

Significado de estar sano, enfermedad y curación para los sobanderos indígenas del departamento de Nariño

Aldair Ezequiel Andrade-Burgos¹

Karen Dayana Coral-Cepeda²

Ernesto José Córdoba-Arteaga³

Eunice Yarce-Pinzón⁴

Jonathan Adrián Muñoz-Luna⁵

Cómo citar este artículo / To reference this article / Para citar este artículo: Andrade-Burgos, A. E., Coral-Cepeda, K. D., Córdoba-Arteaga, E. J., Yarce-Pinzón E. y Muñoz-Luna, J. A.. (2021). Significado de estar sano, enfermedad y curación para los sobanderos indígenas del departamento de Nariño. *Revista Criterios*, 28(2), 125-139. <https://doi.org/10.31948/rev.criterios/28.2-art8>

Fecha de recepción: 16/02/2021

Fecha de revisión: 21/05/2021

Fecha de aprobación: 27/07/2021

Resumen

Introducción: Estudio que tuvo por objetivo comprender los significados de estar sano, enfermedad y curación de lesiones musculares y esqueléticas para los sobanderos del resguardo indígena Quillasinga "Refugio del Sol". Se realizó un estudio cualitativo fenomenológico, aplicando un instrumento de recolección de información con entrevista semiestructurada de 14 preguntas, dirigidas a 4 sobanderos de la comunidad Quillasinga. **Desarrollo:** Para los sobanderos el significado de salud, enfermedad y curación tiene múltiples definiciones, que dependen de diferentes factores que influye en la interpretación de este conocimiento, como la cultura, el entorno y, sobre todo, la cosmovisión que tenga cada población. **Conclusiones:** Cabe resaltar que, desde la cosmovisión indígena, se entiende por curación: una tradición enfocada al tratamiento de lesiones musculares y esqueléticas, que utilizan diferentes métodos ancestrales, convirtiendo su práctica terapéutica en una manera de curación holística e integral, que beneficia a todo aquel que acuda a ellos; enfermedad: la desconexión del cuerpo con el plano astral, compuesto por diferentes creencias espirituales que conforman el aura de una persona (espíritu), como también el consumo permanente de alimentos cultivados con químicos, que contribuyen a la pérdida de la energía positiva del cuerpo. Finalmente, se puede decir que todas sus



Artículo Resultado de Investigación. Hace parte de la investigación denominada: *Significado de la curación de lesiones musculares y esqueléticas en los sobanderos del resguardo indígena Quillasinga "refugio del sol" en el corregimiento de El Encano*. Desarrollada desde el 15 de agosto de 2018 hasta el 15 de noviembre de 2019, en el corregimiento El Encano, departamento de Nariño, Colombia.

¹Fisioterapeuta. Nariño, Colombia. E-mail: alandrade@umariana.edu.co

²Fisioterapeuta. Nariño, Colombia. E-mail: karencoral8@gmail.com

³Fisioterapeuta. Nariño, Colombia. E-mail: ernejoco@gmail.com

⁴Docente de Terapia Ocupacional, Universidad Mariana, Nariño, Colombia. Integrante del grupo de investigación BIOH. E-mail: eyarce@umariana.edu.co  

⁵Docente investigador de Fisioterapia, Universidad Mariana, Nariño, Colombia. Integrante del grupo de investigación CINESIA. E-mail: jamunoz@umariana.edu.co  



prácticas tradicionales se fundamentan en el aprendizaje empírico que
hace parte de una cascada generacional.

Palabras clave: sobandería; grupos étnicos; sistema musculoesquelético.

Meaning of being healthy, illness and healing for the indigenous bonesetters of the department of Nariño

Abstract

Introduction: A qualitative phenomenological study that aimed to understand the meanings of being healthy, the disease, and the healing of muscular and skeletal injuries, for the indigenous bonesetters of the Quillacinga indigenous reservation 'Refugio del Sol'. An information collection instrument was applied with a semi-structured interview of 14 questions, addressed to four indigenous bonesetters from this community. **Development:** For the bonesetters, the meaning of health, disease, and cure has multiple definitions, which depend on different factors that influence the interpretation of this knowledge, such as culture, environment, and, above all, the worldview that each population has. **Conclusions:** From the indigenous worldview, healing is understood as a tradition focused on the treatment of muscular and skeletal injuries, which uses different ancestral methods, turning its therapeutic practice into a holistic and comprehensive way of healing, which benefits anyone who comes to them. The disease, for its part, is the disconnection of the body with the astral plane composed of different spiritual beliefs that make up the aura of a person (spirit), as well as the permanent consumption of foods grown with chemicals that contribute to the loss of the positive energy of the body. Finally, it can be said that all their traditional practices are based on empirical learning that is part of a generational cascade.

Keywords: bonesettering; ethnic groups; musculoskeletal system.

Significado de saúde, doença e cura para os curandeiros de ossos indígenas do departamento de Nariño

Resumo

Introdução: Estudo qualitativo fenomenológico que teve como finalidade, compreender os significados de ser saudável, a doença e a cura de lesões musculares e esqueléticas, para os curandeiros de ossos indígenas da reserva indígena Quillacinga 'Refugio del Sol'. Foi aplicado um instrumento de coleta de informações com entrevista semiestruturada de 14 questões, dirigida a quatro curandeiros de ossos indígenas desta comunidade. **Desenvolvimento:** Para os curandeiros de ossos, o significado de saúde, doença e cura possui múltiplas definições, que dependem de diferentes fatores que influenciam a interpretação desse conhecimento, como cultura, meio ambiente e, principalmente, a visão de mundo que cada população possui. **Conclusões:** Ressalta-se que, na visão de mundo indígena, a cura é entendida como uma tradição voltada ao tratamento das lesões musculares e esqueléticas, que utiliza diversos métodos ancestrais, tornando sua prática terapêutica em uma forma holística e abrangente de cura, que beneficia a todos que vêm até eles. A doença, por sua vez, é a desconexão do corpo com o plano astral composto por diferentes crenças espirituais que compõem

a aura de uma pessoa (espírito), bem como o consumo permanente de alimentos cultivados com produtos químicos que contribuem para a perda da energia positiva do corpo. Finalmente, pode-se dizer que todas as suas práticas tradicionais se baseiam na aprendizagem empírica que faz parte de uma cascata geracional.

Palavras-chave: sobandería; grupos étnicos; sistema músculo-esquelético.

1. Introducción

En la actualidad existe un vacío de conocimiento en cuanto al significado de la curación de lesiones musculares y esqueléticas que tienen los sobanderos y sabedores de origen indígena. Lamentablemente no existen investigaciones recientes acerca de la medicina tradicional, lo que obliga a profundizar y relacionar investigaciones pasadas sobre los significados, conocimientos y el hacer que tienen los sobanderos ante situaciones que afectan la integridad del sistema muscular y esquelético para su sanación. Por ello, en este trabajo se tratará de dar a conocer la interpretación, manera como diagnostican, proceso de curación y aplicación de maniobras y elementos para la curación de lesiones, usadas por algunos integrantes de la comunidad indígena mencionada.

La medicina tradicional ha sido utilizada, desde hace miles de años, para contribuir a la salud humana en el ámbito comunitario, siendo aceptada por múltiples comunidades y poblaciones alrededor del mundo. Es vista como una de las formas de tratamiento para enfermedades sistémicas, a pesar de que estas prácticas no son desarrolladas con base en experimentación científica que la respalde. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (como se citó en Jiménez, 2017):

La medicina tradicional es la suma total de conocimientos, habilidades y prácticas basadas en teorías, creencias y experiencias propias de diferentes culturas, sean explicables o no, utilizadas tanto en el mantener la salud como la prevención, diagnóstico y tratamiento de las enfermedades física o mentales. (p. 31)

Igualmente, se relaciona directamente con la cosmovisión de la comunidad y su espiritualidad, busca la conexión paciente-tierra, denominada como medicina alternativa o complementaria (Velásquez et al., 2016), y en consecuencia se ha convertido en una parte cultural de los pueblos, con gran influencia ideológica sobre la muerte, la vida, la salud y la enfermedad (Chávez y Carpio, 2018).

Por otra parte, la medicina occidental es la medicina convencional, considerada oficial en los actuales sistemas de salud en América Latina (Pereyra-Elías y Fuentes, 2012). Tanto la medicina tradicional como la científica son prácticas aparentemente irreconciliables, con una supuesta dicotomía o contradicción, minimizando el valor de la práctica de la medicina tradicional por la naturaleza empírica que la caracteriza. Igualmente, el escepticismo aparece muchas veces en el desprecio y la marginación de estas prácticas, perdiendo tradiciones culturales propias de un territorio a través del tiempo, de una manera multietiológica (Pereyra-Elías y Fuentes, 2012; Bernal-García, 2010).

Respecto a la figura del sanador, se considera como un representante de la comunidad que está preparado especialmente para desempeñar esa labor, con una formación ardua y prolongada, difícilmente reemplazado por alguien sin el entrenamiento correspondiente, además, ocupa un rol importante y prestigioso dentro de su sociedad (Quintana, 2012). Los sanadores tradicionales reciben enseñanzas especiales de sus ancestros y transmiten tradiciones curativas de una generación a la siguiente. «El don de curar» puede ser recibido desde el nacimiento (...), por aprendizaje (...) o por percibir de otro sanador su potencial por medio de la "luz" que una persona irradia y hacérselo saber» (Cuero et al., 2019, p. 13).

Los llamados "sobadores" arreglan fracturas, torceduras, dolores musculares, entre otras lesiones, son especialistas en la medicina tradicional, en las técnicas para tratar malestares relacionados con el sistema musculoesquelético, las cuales han sido enseñadas de generación en generación por tradición familiar (Martínez, 2016). "Los sobadores [o hueseros] no tienen capacitación profesional formal, pero dicen poder curar (...). El tratamiento consiste en masajear la zona dolorida, aplicar medicinas o cremas con hierbas y a veces sugerir cambios en la dieta" (Pazmiño, 2016, p. 19). Además, la falta de acceso a los sistemas de salud ha contribuido a que estos métodos de atención en la salud se sigan utilizando como primer recurso (Herrera

et al., 2018). En algunos estudios se refiere que existe mayor confianza en el sobador que en el médico, ya sea porque desean continuar con la tradición o porque no tienen seguro médico, generalmente estas prácticas son realizadas por el sobandero, en un territorio, por alguna recomendación personal (Múnera, 2017).

Para comprender los significados de la curación de lesiones musculares y esqueléticas en los sobanderos del Resguardo Indígena Quillasinga "Refugio del Sol", es importante conocer e interpretar el concepto de cultura, entendiéndose al hombre como "un animal inserto en tramas de significación, donde la cultura es una urdimbre cuyo análisis científico debe ser interpretativo de las significaciones que la componen" Geertz (como se citó en García, 2007, p. 148), lo cual implica aceptar que un sistema semiótico es aquel que se encarga de las normas, mediante las cuales las personas seleccionan las palabras y las expresiones para transmitir un significado concreto, pero que desde luego no se queda ahí, sino, además de lo significativo de las palabras, las acciones tienen la misma importancia en la transmisión de esos significados, por lo cual es importante interpretar el lenguaje corporal y movimientos específicos realizados por integrantes de la comunidad con un objetivo específico. Además, comprender la significación representada por aprendizajes ancestrales que van de generación en generación indicando una cultura en particular, un sistema de significaciones, es decir, una explicación coherente, no solo de lo que puedan representar estas enseñanzas y adquisición de nuevos conocimientos, sino en el contexto que se encuentra inmersos estos mismos, en otras palabras, la cultura es la red de sentidos, -entendiéndose sentido como un entramado de significados vividos y actuados dentro de un grupo social determinado- con que se le da significados a los fenómenos que ocurren en la vida cotidiana (Sepúlveda y Vela, 2015). Lo anterior va de la mano con el compromiso, como futuros fisioterapeutas, de aportar a la cultura y a la sociedad desde la formación académica, teniendo en cuenta que el desarrollo de la profesión depende, en gran medida, del conocimiento aportado por los ancestros aborígenes.

Martínez (2016), en su investigación:

Buscó describir y contextualizar la "sobandería", una de las múltiples prácticas terapéuticas del pueblo indígena Nasa de Colombia. Esta también conocida como "huesería" o "componenda", en

otras regiones, es un saber práctico orientado al tratamiento de problemas especialmente osteo-musculares, los cuales son interpretados como manifestaciones corporales de situaciones más complejas. (p. 562)

Para el pueblo Nasa, por ejemplo, el cuidado de la salud del pueblo, recae en El the'wala o sabedor tradicional, "es el experto que conoce las diversas formas relacionales -correspondencias, complementariedades y reciprocidades-, siendo los encargados de interpretar los eventos y darles sentido" (Martínez, 2016, p. 564).

Según Martínez (2016),

la "sobandería" [que estas personas utilizan] tiene momentos de atención semejantes a la medicina alopática. Existe un interrogatorio, en el cual el consultante expresa la historia, desarrollo y experiencia del malestar que motiva la consulta; una evaluación diagnóstica, donde se aplican maniobras exploratorias orientadas a establecer atributos de forma, función, simetría, dolor, y en algunos casos, percepción; y finalmente, una acción terapéutica que consiste en la aplicación de presiones, percusiones, masajes o friegas, las cuales pueden hacer uso o no de aceites vegetales o animales, emplastos u otros medios mecánicos. (p. 563)

2. Metodología

Se realizó una investigación cualitativa de tipo fenomenológica, aplicado a 4 sobanderos del Resguardo Indígena Quillasinga "Refugio del Sol" del corregimiento de El Encano de San Juan de Pasto, para comprender los significados que tienen acerca de la curación de lesiones musculares y esqueléticas, a través de una entrevista con una guía de 14 preguntas, creada por los investigadores y validada por jueces expertos (Hernández y Mendoza, 2018). La recolección de la información se realizó con previa autorización de los participantes, mediante la firma del consentimiento informado, según lo demanda el Comité de Bioética de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Mariana, teniendo en cuenta la resolución 8430 de 1993 (Ministerio de Salud, 1993).

Para la interpretación de los resultados se organizó tres categorías, enfocadas al cumplimiento de cada uno de los objetivos

específicos, incluyendo su respectiva subcategoría, teniendo en cuenta la codificación abierta (Hernández y Mendoza, 2018), donde se derivan las diferentes preguntas orientadoras aplicadas a la comunidad quillasinga; se relacionó las respuestas, preposiciones, resultado de las coocurrencias conceptuales y la relación teórica establecida desde la búsqueda bibliográfica (ver Tabla 1).

Tabla 1
Esquema categorial

Significado	Conocimiento	Hacer
Salud y enfermedad	Diagnóstico, cura, proceso de curación	Aplicación de maniobras y elementos
¿Para usted qué significa estar sano?	¿Por qué cree usted que la gente se enferma?	¿Realiza algún tipo de acto o ritual para curar la enfermedad?
	¿Qué significa para usted tener daños de músculos o de huesos?	
¿Para usted qué significa estar enfermo?	¿Cuáles son los daños más comunes en los músculos o huesos que usted ha intervenido?	¿Qué tipo de maniobras o elementos usa para curar los daños de los músculos y los huesos?
	¿Cuáles son los motivos más frecuentes por las que las personas buscan su curación?	
	¿Cómo identifica que tipo de lesión o daño tienen las personas que lo buscan?	¿Qué prácticas aplica en la actualidad que aprendió de sus antepasados?
	¿Ha recibido charlas o educación a cerca de la medicina a parte de la que le enseñaron sus antepasados? Si responde afirmativamente preguntar ¿Quién lo ha capacitado?	¿Cuántas visitas debe realizar el enfermo para curar o reparar el daño?
	¿Usted enseña o capacita a otra persona de su comunidad o fuera de ella para continuar con la tradición?	¿Considera importante que se continúe con la medicina tradicional? ¿Por qué?

Con respecto a la búsqueda de los significados de la curación de lesiones musculares y esqueléticas para los sobanderos, fue necesario identificar la relación que existe con los conceptos de salud, enfermedad, diagnóstico, cura y aplicación de maniobras y elementos, los cuales se describen a continuación.

3. Resultados y Discusión

3.1 Salud y enfermedad

Se indagó sobre el primer interrogante: ¿Para usted qué significa estar sano?, de lo cual se obtuvo la siguiente respuesta: "para estar sano hay que alimentarse bien y no consumir drogas" (comunicación personal) -también conocidas en el mundo occidental como medicamentos- lo cual se contradice con otros sabedores propios de la región, ya que para ellos el consumo de drogas o medicamentos es esencial en la búsqueda de sanación y del mantenimiento de la salud, siempre y cuando estas sean

formuladas por alguien con formación médica profesional, hecho que se relaciona con lo mencionado por Santoro-Lamelas (2016), existen definiciones importantes sobre curación y sanación, pues básicamente la medicina occidental va enfocada al tratamiento de la enfermedad, sea a corto o largo plazo, para el mantenimiento de la salud en esos períodos, sin embargo, puede que más adelante la persona llegue a desarrollar el mismo problema u otros. Por lo tanto, el tema de curación o sanación pasa a ser parte de un segundo plano, ya que no es posible que se erradique por completo la enfermedad con seguridad, y que no vaya aparecer nuevamente, afectando la salud de quien la padece. De esta manera, para que una persona pueda estar sana, debe estar en continuo equilibrio entre alimentación balanceada y orgánica, con controles médicos permanentes, que ayuden a un bienestar físico, mental y emocional prolongado, y así lograr un buen estado de salud.

Mientras tanto, Vallejo (2006) afirma:

El desarrollo que ha tenido la medicina occidental ha permitido ser más "científica" en términos de experimentación y del objeto de estudio, pero se ha distanciado de la persona que sufre o que padece la enfermedad, pues cada vez la relación entre paciente-médico es más difusa (...). Allí han entrado a jugar un papel importante las multinacionales de la farmacéutica, a las cuales les interesa la curación de la enfermedad a través del consumo de determinada droga, y no como un producto de sanación holística de la misma, mediante la interacción de la relación médico-sujeto y entorno-droga. (p. 40)

Dejando atrás consecuencias por el consumo excesivo de fármacos, que igual van afectar la salud. En tanto que la sanación consiste en desaparecer definitivamente esa enfermedad, relacionada más con un equilibrio entre la parte física y espiritual de la persona, actuando principalmente la medicina tradicional indígena como eje restaurador de la salud.

Por tanto, los sobanderos pertenecientes a la comunidad indígena Quillasinga tenían parte de razón al mencionar en sus respuestas que su saberes y conocimientos están ligados con similitudes ancestrales que, aunque tienen enfoques diferentes, van encaminadas a la búsqueda de un bien común para la población. De la misma manera, se menciona que estar sano tiene varios significados y análisis, dependiendo de diferentes factores que influyen en su interpretación, como la cultura, el entorno, la vivienda, el lenguaje y, sobre todo, la cosmovisión que tenga cada población (Martínez, 2016). En este caso, la cosmovisión indígena del pueblo Quillasinga indica que una persona está sana si tiene una alimentación balanceada y orgánica, con productos que no hayan estado expuestos a químicos, puesto que favorecen la aparición de la enfermedad, también con el consumo de "drogas, fármacos o medicamentos", que funcionan como agentes precursores de la enfermedad, aunque brinden bienestar y control sobre aquello que no está funcionando adecuadamente en el organismo, proporcionando funcionalidad y alargando la esperanza de vida, ayudando a mantenerse sanos o a curar de manera temporal (Herrera, 2018).

Igualmente creen que "el consumo excesivo de estos fármacos no trae cosas favorables para la salud, por el contrario, el consumo excesivo de estos ayudará al deterioro físico, mental y

espiritual de quien los consume". Con relación a esto, Cardona-Arias (2012) en su estudio ofrece una conceptualización de medicina tradicional indígena, según el autor,

constituye un componente central de la cultura indígena, donde el arte de curar es producto de la tradición oral, la riqueza ancestral y la biografía del resguardo; donde confluyen el saber acumulado de los comuneros en torno del cuidado físico, mental y espiritual, y la mediación de la naturaleza, sus productos, elementos, espacios y espíritus. La medicina tradicional es el eje articulador de la vida física-mental-espiritual, es la conjunción de saberes y prácticas de relación con la madre naturaleza y sus componentes curativos. (p. 634)

Los quillasinga también expresan que existen otras definiciones de su cosmovisión indígena y de lo aprendido a lo largo de sus vidas en torno al concepto de salud, refiriendo que "estar sano es estar bien", de lo cual se puede indagar acerca de: ¿Qué es estar bien? Se encontró respuestas como: mantener la capacidad de trabajar y ser autónomo para la realización de las actividades cotidianas (Buñay y Pomavilla, 2017), la comprensión de la salud que se soporta en el mantenimiento de la capacidad para hacer una actividad específica. Así mismo, una dimensión más amplia involucra la tranquilidad, el cuidado personal, comprendiendo la salud como un todo, asociándola como la forma que cada persona percibe desde su sentir, como lo expresa un sobandero: "para mi estar sano significa que tengo mi vida propiamente de poder andar y poder continuar con lo que yo quiera hacer" (comunicación personal).

También hay referencia al concepto de enfermedad, obteniendo como respuesta: "estar enfermo prácticamente es como vivir en un infierno" (comunicación personal), relacionando a esta con creencias espirituales que afectan el aura de una persona -como ellos le llaman a su parte interior- y que es la encargada de conectarse de cierta forma con el cuerpo, buscando un equilibrio cuerpo-espíritu, para conseguir un completo bienestar en el ser humano. Igualmente, relacionan que el significado de enfermedad está ligado con el consumo de alimentos cultivados químicamente consumidos en la juventud, causando afecciones físicas, biológicas, y mentales. En este sentido, Cardona-Arias (2012) refiere que el significado de la enfermedad aparece cuando la persona se distancia de su cultura y adquiere espíritus negativos que desencadenan estas

alteraciones, de igual manera, van de la mano con la dimensión natural de la cual hace parte los elementos de la madre naturaleza y sus espíritus, que determinan las afecciones físicas y biológicas, desencadenadas por desórdenes alimenticios de la persona que abandona lo que la cultura le ha enseñado, sobre la soberanía alimentaria (dieta basada en los productos autóctonos de las comunidades indígenas). Por su parte, Cardona-Arias (2012) expresa:

La causalidad de la enfermedad obedece a desórdenes alimenticios del comunero que abandona lo que la cultura ha enseñado sobre la soberanía alimentaria (dieta basada en los productos autóctonos de las comunidades indígenas), al desequilibrio del comunero con los espíritus positivos o presión de terceras personas que direccionan espíritus negativos hacia el comunero. (p. 635)

3.2 Diagnóstico cura, y proceso de curación

Es necesario recordar que, el conocimiento, los saberes y las actuaciones de la comunidad indígena son pilares fundamentales para el desenlace de este proyecto investigativo, por lo tanto, se enfatiza en la aplicación de la segunda categoría, la cual busca analizar lo expresado por los participantes, quienes reconocen la importancia de transmitir el conocimiento que ellos, como sanadores tradicionales, tienen sobre las diferentes modalidades de diagnóstico, cura y proceso de curación, de aquellas lesiones musculares y esqueléticas que presenta la comunidad quillasinga y todos aquellos que acuden por su sanación.

De manera que, al indagar a los abuelos, sobanderos y sabedores tradicionales acerca del concepto de cura y proceso de sanación, estos manifiestan que la curación es una tradición enfocada al tratamiento de lesiones musculares y esqueléticas, utilizan diferentes métodos ancestrales, convirtiendo su práctica terapéutica en una manera de curación holística e integral que beneficia a todo aquel que acuda a ellos en busca de ayuda, de sanación. Esto hace suponer que, básicamente, para que una persona pueda estar sana debe estar en un continuo equilibrio entre alimentación balanceada y orgánica, con controles médicos permanentes que ayuden a un bienestar físico, mental y emocional para lograr un buen estado de salud (Santoro-Lamelas, 2016).

En cuanto al interrogante: ¿por qué cree que la gente se enferma? Se identificó que tienen percepciones diferentes, pero que aun así

todas estas afirmaciones compartidas por ellos van encaminadas por el mismo sendero, finalizando en las razones ineludibles que causan la enfermedad; respuestas enfocadas principalmente en: "la mala alimentación y el consumo frecuente de productos que contenían demasiados químicos", también la sobrecarga laboral y estrés, atraído por múltiples factores, uno de ellos "la preocupación", también por la "inasistencia médica", ya que la mayoría de veces no realizar los debidos controles médicos generan la aparición o avances de enfermedades que se encuentran presentes en el organismo y que al no ser detectadas a tiempo pueden ir deteriorando su salud, poco a poco, por ende, la mayoría de los integrantes de las comunidades indígenas toman como última opción ir al médico general, solo cuando la enfermedad persiste con intensidad, y como última instancia, a un especialista. Lo anterior va de la mano con el incremento de las tasas de mortalidad en estas poblaciones, muchas veces son causadas por negligencia (Martínez-Silva et al., 2015).

En consecuencia, los motivos por los cuales la gente se enferma, sumado a los gastos para la sociedad y sus familias, siempre van a depender de cada individuo, quien tiene que ser capaz de conservar un estado de armonía personal, familiar, social y espiritual, para evitar que le sucedan eventos patológicos en el transcurso de su vida, logrando estar sano para posteriormente ser útil a la comunidad. En este sentido, el tema de alimentación es fundamental, ya que a raíz del cuidado de esta va depender la salud del individuo en un futuro, como lo menciona la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (Soza, 2019), las enfermedades aparecen, en su gran mayoría, por desórdenes alimenticios en la dieta de la población, debido a diferentes factores que influyen en la calidad del producto, afectando principalmente la economía del país, llevando a disminuir la producción de productos autóctonos de las comunidades indígenas que se cultivan naturalmente, por la aplicación de fertilizantes y diferentes tipos de sustancia químicas que generan el aumento de la producción de los alimentos, en menor tiempo y costos, que aumenta el consumismo de productos cultivados químicamente, que principalmente son los causantes, a largo plazo, de generar alteraciones en la salud y que, a través del tiempo, desencadenan diferentes tipos de enfermedades, lo cual afecta a varias poblaciones y comunidades, convirtiéndose esto en un problema de salud pública (Soza, 2019).

Además, otro factor que influye mucho en la salud de la población, según Gálvez (2005), puede ser la sobrecarga laboral, que conlleva a un deterioro significativo de la salud del trabajador, causado por aumento de estrés, por estar inmerso en situaciones de tensión o en situaciones de desafíos, ante eso el cuerpo reacciona negativamente, generando modificaciones en los diferentes sistemas biológicos y alteraciones en el sistema musculoesquelético.

Las caídas son otro factor principal como significado de lesiones musculoesqueléticas en la población; producen incapacidad funcional e invalidez, imposibilita a la persona para moverse y/o realizar sus actividades con normalidad. Es así como los sobanderos indígenas quillasingas coinciden en que la mayoría de lesiones musculares y esqueléticas que afectan a la población tienen que ver con factores de riesgo que aumentan la probabilidad de incapacidad funcional e invalidez. Así las cosas, Suelves et al. (2010) afirman: "las caídas no intencionadas [o traumáticas] (...) podrían resultar banales en alguien joven, suponen una grave amenaza para la salud, ya que frecuentemente conducen a lesiones que afectan negativamente la autonomía personal, la calidad de vida y [su funcionalidad]" (p. 37), lo cual resulta más grave si la persona que sufre estas caídas tiene una edad avanzada. En diferentes estudios se ha identificado algunos de los factores que se asocian a un mayor riesgo de lesiones por caídas entre las personas adultas mayores.

Sobre el concepto de curación y sanación, Cardona-Arias (2012) expresa:

Curar va más o menos enlazado en tratar una enfermedad pero que quede algún residuo, sanar es desaparecer definitivamente, curar puede relacionarse con calmar por un tiempo, pero puede más adelante la persona llegar a tener el mismo problema de acuerdo a la dieta o al desmante que tenga la persona, luego ya sanar sería como cerrar definitivamente y que ya no volviese a tener esta enfermedad. La sanación se utiliza mucho dentro de la parte espiritual, con la incorporación de espíritus. Sanar a una persona es hacerle una limpieza, montarle su protección para que así ella no vuelva a ser atacado. (p. 635)

Por otra parte, la presencia de deficiencias motoras, visualesocognitivas, que comprometan la estabilidad de la marcha, la fuerza muscular y el equilibrio, atendidas con medidas de prevención, podrían reducir la morbilidad y la

mortalidad por lesiones derivadas de caídas, las cuales afectan la independencia funcional y el desempeño de actividades básicas de la vida diaria, como lo menciona Martínez et al. (2020), las caídas pueden provocar fracturas, lesiones y secuelas psicológicas, condicionando a restricciones físicas en la persona que las padece y que posteriormente presentan efectos negativos en la funcionalidad física personal, generando aislamiento social y contribuyendo a la disminución de la autoestima.

Así pues, teniendo en cuenta y siendo consecuentes con las alteraciones que estas caídas puedan provocar en las personas implicadas, se plantea el siguiente interrogante, el cual consistió en indagar de manera directa, ¿cuáles son los daños más comunes de músculos o huesos que usted ha intervenido? Teniendo como respuesta que los daños más comunes que han intervenido son dolores musculares, torceduras, dislocaciones, lisiaduras, entre otros, pero la mayoría de ellos asemejan una lesión en común y por la cual la gente acude con mayor frecuencia hacia los sobanderos tradicionales, definiéndolas como cuerdas, que para ellos significa la existencia de daños a nivel muscular que ocasionan tirones musculares, causados por sobreesfuerzos que ocurren por la realización de múltiples actividades que implican movimientos forzados y repetitivos, las cuales generan dolor y limitación funcional.

Aquellas alteraciones, de acuerdo con González (1998), se presentan por causa de varios tipos de lesiones que tienen diferentes terminologías, clasificándolas como contusiones, contracturas, calambres, espasmos musculares o roturas fibrilares, generadas principalmente por accidentes, tensiones musculares violentas y por asincronismo articular, afectando la capacidad de contracción de aquella fibra muscular, que generalmente produce múltiples alteraciones tanto físicas como funcionales en actividades esenciales, importantes para el diario vivir de la persona afectada. De la misma manera, aquellas lesiones se pueden relacionar por insuficiencia de calentamiento cuando se realiza ejercicio físico, accidentes musculares, sean traumáticos o no, por la edad de la persona y por la falta de una alimentación equilibrada, como factores determinantes que favorecen el mantenimiento o progreso de la lesión, siendo una de las principales alteraciones por las cuales las personas acuden al centro médico o a un sobandero tradicional, tal como lo afirma Ramos (2018), dentro de las demandas de atención más frecuentes se encuentran

padecimientos del sistema musculoesquelético como reumatismo, cuerdas, golpes, dolores de espalda, y desvío o descompostura de huesos, los cuales son tratados por aquellos especialistas y adquirentes del don de curar.

Estas lesiones son intervenidas desde una mirada holística y tradicional. Por ello, se planteó el interrogante acerca del motivo por el cual la persona acude a curarse, de lo cual se identificó que, si la lesión es a nivel muscular o esquelética, se realizan movimientos y toques de la extremidad afectada. Una vez identificada la lesión, se procede a realizar el tipo de intervención, que es específica dependiendo de las necesidades del paciente, de factores como el tipo, causa y severidad de la lesión; se utiliza técnicas enfocadas a la sanación de la patología, a través de masajes manuales o el uso de diferentes herramientas como piedras y palos. De la misma manera, acompañan la sanación con ritos espirituales y baños térmicos, utilizan plantas calientes extraídas de la naturaleza. Los sobanderos del corregimiento de El Encano comentan que las causas y motivos más frecuentes por los cuales las personas buscan su curación se encuentran asociados a cambios climáticos, malos hábitos alimenticios e inactividad física, que conllevan a otras enfermedades de tipo musculoesquelético como artritis, torceduras, luxaciones, cuerdas, desgarros; generalmente el principal síntoma que aqueja a las personas es un dolor incapacitante que dificulta la realización de las actividades de la vida diaria y las desempeñadas en el trabajo.

Los sobanderos y curanderos afirman, además, que cuando la enfermedad ya se encuentra establecida, las condiciones climáticas no suelen ser la causa primordial, pero sí pueden influir en cómo se siente la persona, aumentando o disminuyendo la sintomatología. Según Arthritis Foundation (s.f.), la nutrición y los estilos de vida se encuentran íntimamente ligados a la salud, por lo cual, unos inadecuados hábitos alimenticios afectan directamente al desarrollo, avance y síntomas de los diversos tipos de artritis y enfermedades relacionadas.

En la actualidad, dependiendo de los sectores de la población y, sobre todo, del estilo de vida que se está adoptando, teniendo en cuenta las jornadas de trabajo continuas, en las que no se dispone del tiempo necesario para comer debidamente, se opta por tomar algo rápido, la prisa con la que se vive, la subida de precios de productos básicos, etc., ha hecho que la dieta completa y adecuada se esté dejando de lado, y se está sustituyendo cada vez más

por la comida rápida y consumo de alimentos que vienen ya preparados y procesados. Este cambio tan brusco en la alimentación afecta directamente a la salud, incrementando la incidencia de enfermedades sistémicas, musculares, óseas, entre otras.

Según Quiroz (2015), la profesión de la sobandería implica estar atento a cualquier signo de dolor que presente el enfermo, se basa en los síntomas del paciente y lo que este reporte, su función es tratar descomposturas, es decir, dislocaciones producto, generalmente, de traumas como esguinces, luxaciones, clasificadas en torceduras o esguinces, zafado o luxaciones. El autor refiere que los daños musculares y esqueléticos se producen por golpes o caídas, o el levantar objetos pesados, que pueden conllevar a un falseado, que se caracteriza por intenso dolor en la zona afectada, añadiendo otros síntomas como hinchazón y moretones, por lo cual se empieza a usar otras medidas para verificar el estado de la lesión y el estado en el que se encuentran los músculos, los tendones y los huesos comprometidos. Además, hay casos en los cuales las molestias son persistentes, pero poco tomadas en cuenta, algunas veces los afectados no recurren de inmediato a la sobandería, sino más bien dejan pasar días hasta que el dolor es más prominente y, por ende, el tratamiento es más doloroso.

Para el respectivo manejo y tratamiento de la enfermedad o dolencia que aqueja a algunos de los pobladores del resguardo indígena, los sobanderos utilizan métodos prácticos para la identificación del diagnóstico por lesiones con aspectos de evaluación prioritarios, dado que las técnicas que aplican tratan principalmente de restaurar, por medio de un interrogatorio (análisis, observación y palpación), la zona afectada. El interrogatorio permite conocer a fondo el problema que está afectando a la persona, esto es apoyado por Martínez (2016), en su estudio refiere que, en un interrogatorio:

El consultante expresa la historia, desarrollo y experiencia del malestar que motiva la consulta; una evaluación diagnóstica, donde se aplican maniobras exploratorias orientadas a establecer la forma, función, simetría, dolor, y en algunos casos, percepción; y finalmente, una acción terapéutica que consiste en la aplicación de presiones, percusiones, masajes o friegas, las cuales pueden hacer uso o no de aceites vegetales, emplastos u otros medios mecánicos. (p. 563)

Sobre esto, Cardona-Arias (2012) refiere:

Los recursos terapéuticos en la medicina tradicional y las opciones terapéuticas son múltiples, incluyen aspectos propios de los pacientes como son su fe, espiritualidad y convicciones sobre la medicina tradicional, esta última es central en los indígenas jóvenes, ya que, debido a los procesos de mestizaje muchos comuneros son escépticos de la efectividad de su sistema médico. Otras opciones terapéuticas incluyen los espíritus de los sitios sagrados; los principios activos o espíritus de las plantas; los rituales y los rezos.

'Hay que aprovechar al máximo los elementales de las plantas ya que con ellos, son quienes nos van a ayudar a curar, nosotros somos intermediarios dentro de la medicina tradicional y en la parte espiritual, lo que hacemos es activar un poco la relación con nuestra madre naturaleza y en base a ello los conocimientos se van dando y nosotros no somos quienes curamos los que curan son las plantas y los componentes elementales de ellas' (pp. 635-636)

Como saber práctico curativo, la sobandería incorpora una serie de actividades. La primera de ellas, el "cateo", es la búsqueda de la "seña". Esta puede ser un hallazgo objetivo producto de la observación, la palpación o de la identificación de los pulsos; o una manifestación subjetiva del consultante - la queja, su génesis y las tramas involucradas en la narrativa. Sin embargo, para que alguna de las dos adquiera la categoría de "seña", deben asociarse a una experiencia sensorial en el mismo sobandero/a, quien, a partir de las características de esta, reconoce el problema e identifica el lugar de intervención. Durante el "cateo", el sobandero/a recorre mediante la palpación el área que concentra el interés del consultante. Dicha palpación involucra maniobras pasivas, y maniobras activas - ejercicios de presión buscando zonas dolorosas o la sensorial de la "seña". (Martínez, 2016, pp. 565-566).

El conocimiento transmitido tiende a ser ejercido por los conocedores mayores del resguardo, el cual va de la mano con la cultura y cosmovisión. La enseñanza transmitida tiene el objetivo de conservar la tradición y dar cubrimiento a las necesidades de la misma comunidad. La mayoría de los saberes de los sobanderos se han transmitido de forma ancestral y empírica,

a través del tiempo, mediante las enseñanzas dadas por sus familiares, conocidos o vecinos.

Suarez (2018) refiere: "la participación de personas conocedoras de métodos, de experiencias y de transmisión de la información en la comunidad, debe verse como un recurso adicional al aprendizaje integral" (p. 12). Esta metodología es usada por el Resguardo Indígena Quillasinga para la conservación de la medicina, con el compartir de conocimiento entre sobanderos. Además, las comunidades indígenas, desde tiempos inmemorables, han tenido un sistema de resistencia, a partir del conocimiento del medio ecológico, simbólico y cultural, sobre el manejo de la biodiversidad, del conjunto de creencias y de la experiencia del mundo espiritual, así como las relaciones con el ser, con las lógicas espirituales y en fundamento con una forma de ver e interpretar el mundo que los rodea; parte de la cosmovisión, que representa la comprensión sobre la naturaleza, fuente de conocimiento y reconocimiento (Suarez, 2018).

Lastimosamente, hoy en día, la falta de interés e identidad cultural limita la transmisión de saberes, ya que los jóvenes se enfocan en otras tareas y actividades, dejando de lado todo proceso relacionado con la tradición indígena enfocado en la medicina ancestral. Actualmente las prácticas de sobandería rescatan algunas personas de la comunidad, que, por medio de la transmisión de estos conocimientos, intentan recobrar la identidad, dándole la importancia que requieren estas prácticas para la generalización cultural de este pueblo. Según Escobar (2007):

El conocimiento tradicional y ancestral es la base de la cultura, se transmite a través de la sangre y de las enseñanzas cotidianas de las mujeres indígenas a sus hijos e hijas. Por medio de esta transmisión intentan formar una identidad dentro de una sociedad que no reconoce la presencia de los pueblos indígenas, y que no valora su cultura como tal. Esta recuperación de la tradición supone un sentido de pertenencia y de identidad como pueblo que lucha para que su cultura sea reconocida. (p. 138)

La medicina tradicional ha sido remplazada en gran medida por la medicina occidental, y se han dejado de lado las prácticas tradicionales de curación de enfermedades, la utilización de rituales de sanación y protección espiritual de las familias, el territorio y los cultivos, por lo

cual la transmisión de conocimiento ya no se considera tan importante (Suarez, 2018, p. 8).

Por su parte, Quiroz (2015) señala que, dentro de la comunidad de Panan son muy pocos los que se especializan como sobanderos, porque aprenden desde la niñez, siempre que demuestren interés y compasión por los demás; generalmente, este saber es transmitido de abuelos (as) a nietos (as) y se hace acompañado de la realización de esas terapias, además del conocimiento detallado de la estructura y ubicación de los tendones, vasos sanguíneos y nervios, como también de maniobras y secretos para corregir su posición.

3.3 Aplicación de maniobras y elementos

Se tuvo en cuenta varios interrogantes, todos dirigidos a los sobanderos. Se consideró si para curar una enfermedad ellos realizaban algún tipo de acto o ritual, algunos afirmaron que los rituales que realizan son un tipo de agradecimiento con la madre tierra por brindarles sus frutos con los cuales aceleran el proceso, mientras que otros encomiendan su ser como método de curación. En este sentido, Portela-Guarín (2014) identificó:

Los rituales de "limpieza" y "refrescamiento" se dirigen a la naturaleza y a todo lo que es contenida en ella, terrenos, viviendas, animales, personas (enfermas y no enfermas), para equilibrar las energías en exceso y refrescar hasta restaurar el equilibrio y el bienestar. (p. 258)

Para los sobanderos del Resguardo Indígena Quillasinga, el uso de rituales, cantos, oraciones, bailes canalizan toda su fe hacia espíritus de la naturaleza y de la tierra, con el fin de agradecer por todos los recursos de buena calidad que les ofrece la madre tierra, también para pedir y encomendar tanto al recurso como a la persona que busca sanación y las manos del sobandero, con las cuales, a la hora de empezar la curación por medio de los contactos y comandos, se transfiere toda la energía hacia el lugar de lesión, logrando potenciar el alivio y curar las estructuras afectadas y así devolver equilibrio y generar un estado de bienestar.

Así mismo, resulta interesante saber que no implementan tecnología de punta, lo cual lleva al siguiente interrogante, sobre el tipo de maniobras o elementos usados para curar

los daños de los músculos y los huesos. Se resalta que las maniobras más comunes y que comparten estos sobanderos para el tratamiento y curación de lesiones musculares y esqueléticas son los masajes realizados manualmente, se aplica lubricantes naturales, ya sean aceites, vaselina u otro tipo de elemento que facilite su ejecución, además de esto utilizan otros elementos como hierbas del bosque, piedras, y otros remedios naturales.

Algunos estudios comparten argumentos bastante convincentes que defienden las afirmaciones de los sobanderos, como Gómez (2015), quien manifiesta que el sobandero, por medio de frotos y masajes, acompañados de ungüentos como mantecas de animal o aceites vegetales, ayuda al paciente a colocar nuevamente en su sitio lo que se le ha desacomodado, además, los sobanderos solucionan problemas osteomusculares por medio de masajes, acompañados o no de rezos, sobre el área afectada. Por su parte, Martínez (2016) manifiesta que en los masajes o friegas se puede hacer uso o no de aceites vegetales o animales, emplastos u otros medios mecánicos para la curación. López (2017) comenta que los terapeutas tradicionales pueden utilizar plantas, animales, minerales, terapias espirituales, técnicas manuales y ejercicios para tratar al paciente; sin embargo, las religiones prohíben que sus feligreses pasen una planta, un animal, un mineral u objeto por el cuerpo de la persona enferma, como si fuera una curación mágica, cuando el tratamiento debería consumirse, ingerirse, inhalarse y/o sobarse, según sea el caso; por ejemplo, el uso de plantas medicinales para tratar la diarrea, paludismo, tos, indigestión, entre otros. De igual forma, Cardona-Arias (2012) menciona:

Además de la articulación de los dos sistemas médicos en torno de las opciones terapéuticas, existen otras como la atención de algunas lesiones físicas o dolencias de las gestantes por parte de los sobanderos y las parteras, previo a la remisión a la Institución Prestadora de Servicios de Salud, en algunas ocasiones los actores del sistema médico han logrado articular el saber ancestral con prácticas de la biomedicina, especialmente las parteras cuya labor ha sido la más reconocida y valorada por la biomedicina. (p. 363)

En este contexto, Cornelio et al. (2016) mencionan:

El masaje ha ido evolucionando y atravesando diferentes etapas, de forma

que en cada época se priorizó determinado aspecto (ya fuese físico, psicológico, químico o energético). Hoy día se dispone de una amplia gama de mecanismos que ofrecen diferentes alternativas. Entre esos procedimientos se incluyen los sustentados en la medicina natural y tradicional, donde mediante el uso de masajes combinados con digito presión se ha logrado controlar los efectos de la hipertensión arterial, por ejemplo, con mayor rapidez, seguridad, ausencia de reacciones y fácil tolerancia por parte de los pacientes. (p. 7)

Los sobanderos realizan sus técnicas basándose en la habilidad de sus manos y la implementación de algunos materiales naturales, ya que son bastante fáciles de adquirir, además, guiados por sus creencias y conocimientos, aprovechan al máximo para que la curación sea eficiente y mejore las condiciones de salud de las personas que buscan la sanación de su cuerpo. Los sobanderos, mediante la aplicación de masajes, acompañados del uso de recursos, como plantas, ungüentos, aceites, y el uso de herramientas, tales como piedras, palos, o cualquier tipo de mineral, producen efectos potenciales sobre la sanación, generando efectos positivos en la curación de lesiones musculares y esqueléticas, lo cual acelera el proceso de curación, al respecto, Martínez (2016) menciona:

La "sobandería" es una de las múltiples prácticas terapéuticas existentes en el pueblo indígena Nasa de Colombia. Si bien en una mirada rápida esta práctica tendría semejanza con otro tipo de prácticas existentes en contextos rurales y urbanos, la particularidad de la aquí descrita procede de la "cosmovisión" y "epistemología propia" en la cual la acción realizada cobra sentido. (p. 567)

Lo anterior también es manifestado por los sobanderos del Resguardo Indígena Quillasinga. También se tuvo en cuenta las prácticas que aprendieron de sus antepasados. La enseñanza y el conocimiento adquirido por cada uno de los sobanderos ha ido variando a través del tiempo, múltiples afectaciones que atacan a los seres humanos, tanto física como espiritualmente, para ello, se realizan rituales -bailes y oraciones- para agradecer a la *pacha mama* por su don de curación. De igual manera, el uso de plantas naturales y el masaje han sido indispensables para la curación de lesiones musculares y esqueléticas.

Los sobanderos del resguardo aprendieron algunas técnicas, que son realizadas con diversidad de materiales e instrumentos, como también de oraciones y bailes que complementan la curación en la medicina tradicional. En el estudio realizado por Cruz (2016) se confirma lo mencionado anteriormente, ya que afirma:

El sistema de medicina tradicional comunitaria ha sobrevivido con los servicios de los chamanes, los curanderos, los hierberos, los hueseros, los ancianos, las comadronas que desde la sabiduría de la cultura maya utilizan consejos, rituales, baños, plantas medicinales y productos animales y minerales para solucionar sus problemas de salud. (p. 85)

De acuerdo con los sobanderos del resguardo indígena, en la gran mayoría de prácticas que aprendieron de sus antepasados se realizaban oraciones, bailes y rituales, que iban acompañados del uso de herramientas y materiales, ya que complementaban la curación; impulsados por sus propias creencias y considerados como acto de fe, con la invocación de la *pacha mama* y los espíritus de las plantas, los cuales potencian los beneficios de los elementos usados, y otorgan al sobandero el don de sanar de manera más eficiente. Otros sobanderos experimentaron con su propio cuerpo y analizaron la funcionalidad del cuerpo, apoyados teóricamente de libros que complementaban su conocimiento para realizar las curaciones de forma más adecuada.

En cuanto a la práctica de la medicina tradicional, los sobanderos respondieron el interrogante sobre si consideran importante que se continúe con dicha medicina y por qué. Todos los entrevistados están de acuerdo con que se continúe con la medicina tradicional para mantener su tradición indígena y porque consideran que con estos tratamientos tradicionales la gente llega a curarse completamente, no como con las drogas - medicamentos- que solamente producen alivio del dolor momentáneamente, y la enfermedad sigue presente sin poder erradicarla. De acuerdo con Portilla et al. (2016), en su estudio realizado en el Resguardo Indígena de Túquerres-Nariño, para preservar la medicina tradicional es necesario enfocarse en la educación de los niños y de la comunidad, para que no se olvide la sabiduría en el tiempo y espacio, y mantener su cultura ancestral.

4. Conclusiones

Para los sobanderos, el significado de salud tiene múltiples definiciones y formas de análisis, dependiendo de diferentes factores que influyen en la interpretación de este conocimiento, factores determinantes: la cultura, el entorno, la vivienda y, sobre todo, la cosmovisión que tenga cada población. En este sentido, la salud, para ellos, tiene un componente entre la alimentación balanceada y los controles médicos oportunos, consiguiendo un estado de bienestar completo tanto en la esfera física, espiritual y mental, que ayuda con la independencia y funcionalidad del ser humano.

Desde la cosmovisión indígena, se entiende por enfermedad: la desconexión del cuerpo con el plano astral, compuesto por diferentes creencias espirituales que conforman el aura de una persona (espíritu), como también, el consumo permanente de alimentos cultivados con químicos, ya que esto contribuye a la pérdida de la energía positiva del cuerpo.

Del mismo modo, las maniobras y elementos más usados por los sobanderos para el diagnóstico de lesiones van encaminadas inicialmente a un escaneo u observación general del estado del paciente a tratar, asimismo, realizan un interrogatorio acerca de cuáles fueron las causas y motivos de consulta; después realizan una palpación directa en el foco de la lesión, con el fin de identificar si realmente es una lesión musculoesquelética que puedan intervenir o, por el contrario, se recomienda acudir a un manejo clínico.

Ahora bien, en referencia a cuales son las practicas curativas más comunes que los sobanderos utilizan para la sanación de lesiones musculoesqueléticas, la más habitual es el uso inicial de rituales espirituales, por lo cual los sobanderos agradecen a la "Pachamama"

su don de curar y bendicen los elementos que van a utilizar, también encomiendan sus manos como instrumento de sanación, siendo el masaje la técnica de intervención principal, por preferencia y uso frecuente, para lo cual aplican todo tipo de lubricantes naturales, doloran y vaselina, como elementos principales para la sanación y alivio total de las dolencias. Esta aplicación, en la mayoría de los casos, la realizan manualmente, aunque en algunas ocasiones específicas, se ayudan de objetos externos como piedras naturales extraídas del bosque y, de la misma manera, aplicación de infusión de hierbas naturales como la chuchuguaza y la caraña, todas estas encaminadas a la búsqueda de un bien común: la sanación final y permanente de quien lo necesite.

Finalmente, se puede decir que todas sus prácticas tradicionales se fundamentan en el aprendizaje empírico que hace parte de una cascada generacional, siendo fundamentada en la práctica constante de estos conocimientos ancestrales, generando en la comunidad una identidad indígena, que va en pro de continuar con la aplicación de la medicina tradicional para mantener en el tiempo sus creencias y tradiciones, logrando que, en cada intervención, el tratamiento realizado sea efectivo y eficaz a la hora de sanar completamente a una persona.

5. Agradecimientos

A los sobanderos del Resguardo Indígena Quillasinga "Refugio del Sol" del departamento de Nariño, Colombia y a la Universidad Mariana.

6. Conflicto de intereses

Los autores del artículo declaran no tener ningún tipo de conflicto de intereses sobre el trabajo presentado.

Referencias

- Arthritis Foundation. (s.f.). Alimentación adecuada en personas con artritis. <http://espanol.arthritis.org/espanol/disease-center/imprimia-un-folleto/alimentacion-adecuada-en-personas-con-artritis/>
- Bernal, E. (2010). Síndromes folklóricos en cuatro ciudades de la sierra del Perú: prevalencia de vida, asociación con tres síndromes psiquiátricos y sistemas de atención. *Anales de Salud Mental*, 26(1), 39-48.
- Buñay, C. y Pomavilla, J. (2017). *Creencias y costumbres de la medicina ancestral en la comunidad de Malal, Cañar 2017* [tesis de pregrado, Universidad de Cuenca]. Repositorio Institucional. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/28139>

- Cardona-Arias, J. (2012). Sistema médico tradicional de comunidades indígenas Emberá-Chamí del Departamento de Caldas-Colombia. *Revista de Salud Pública*, 14, 630-643.
- Chávez, O. y Carpio, C. (2018). El reconocimiento del sistema indígena de salud. Implicaciones de la cobertura de salud gubernamental en México. *Revista Latinoamericana de Bioética*, 18(35-2), 195-209. <https://doi.org/10.18359/rbi.3422>
- Cornelio, G., González-Quirarte, G., Olán, C., Pardo, D. y González, N. (2016). Acupuntura y masaje: auxiliar en el tratamiento de pacientes con hipertensión y diabetes en el Ejido Cuitláhuac de Tacotalpa. *Enfermería actual en Costa Rica*, (31). 1-14. <http://dx.doi.org/10.15517/revenf.v0i31.25501>
- Cruz, S. (2016). Medicina tradicional y fitoterapia una alternativa para el mejoramiento de la salud en Guatemala. *Ciencia, Tecnología y Salud*, 3(1), 81-90.
- Cuero, E., Caicedo, L. y Guerrero, W. (2019). *Propuesta pedagógica con medicina tradicional para la cura de enfermedades de mal de ojo, malaire y espanto con estudiantes del grado 2º del Centro Educativo Codemaco del municipio de Olaya Herrera (Nariño)* [tesis de pregrado, Universidad Nacional Abierta y a Distancia]. UNAD. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/26264>
- Escobar, E. (2007). Introducción: la vida es la posibilidad de estar en el mundo como parte de la naturaleza. En E. Donato, E. Escobar, P. Escobar, A. Pazmiño, A. Ulloa. (Eds.), *Mujeres indígenas, territorialidad y biodiversidad en el contexto latinoamericano* (pp. 137-139). Universidad Nacional de Colombia.
- Gálvez, J. (2005). Trastornos por estrés y sus repercusiones neuropsicoendocrinológicas. *Revista colombiana de psiquiatría*, 34(1), 77-100.
- García, O. (2007). La cultura y su interpretación desde la perspectiva de la cultura organizacional. *Pensamiento & gestión*, 22, 143-167.
- Gómez, F. (2015). Grandes constelaciones del pensamiento indígena en Colombia. *Revista Poligramas*, (41), 249-259.
- González, J. (1998). Lesiones musculares y deporte. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 4(2), 39-44. <https://doi.org/10.1590/S1517-86921998000200002>
- Hernández, R. y Mendoza C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill
- Herrera, J., Ávila, A., Dalgo, V., Velasco, E. y Moyano, X. (2018). Medicina e Interculturalidad. *Mediciencias UTA*, 2(4), 55-62. <http://dx.doi.org/10.31243/mdc.uta.v2i4.138.2018>
- Jiménez, Á. (2017). Medicina tradicional. *Boletín Conamed-OPS*, 13, 31-34. http://www.conamed.gob.mx/gobmx/boletin/pdf/boletin13/medicina_tradicional.pdf
- López, F. (2017). *Beneficios del uso de la medicina tradicional en la salud de las personas de la aldea La Unión Cuarto Pueblo, Ixcán, Quiché, Guatemala, CA* [tesis de maestría, Universidad de San Carlos de Guatemala]. Archivo Digital. <http://postgrado.fausac.gt/wp-content/uploads/2017/11/Febronio-Tun-Lopez.pdf>
- Martínez, B., Hernández, N., Díaz, D., Arencibia, F. y Morejón, A. (2020). Envejecimiento y caídas. Su impacto social. *Revista Médica Electrónica*, 42(4), 2066-2077.
- Martínez, P. (2016). "Sacando el frío": imágenes del ejercicio de la sobandería en el pueblo Nasa. *Revista de la Universidad Industrial de Santander Salud*, 48(4), 562-569. <http://dx.doi.org/10.18273/revsal.v48n4-2016015>
- Martínez-Silva, P., Montoya-Chica, P. y Caicedo-Sandoval, E. (2015). Salud en los planes integrales de vida: aproximación a cuatro organizaciones indígenas del departamento del Vaupés. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 33(3), 335-344.
- Montiel G. (2016). Estudios sobre la cultura y las identidades sociales. ITESO.
- Múnera, M. (2017). Saberes y prácticas campesinas de sanación: una aproximación a la medicina tradicional en el Norte de Antioquia, Colombia. *Pensamiento Actual*, 17(29), 11-25. <http://dx.doi.org/10.15517/pa.v17i29.31544>

- Pazmiño, V. (2016). *Acromioplastia postraumática en el adulto mayor* [tesis de pregrado, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio Universidad Técnica de Ambato. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/21390>
- Pereyra-Elías, R. y Fuentes, D. (2012). Medicina Tradicional versus Medicina Científica ¿En verdad somos tan diferentes en lo esencial? *Acta Médica Peruana*, 29(2), 62-63.
- Pérez, P. M. (2009). Biblioteca Digital de la Medicina Tradicional Mexicana.
- Portela-Guarín, H. (2014). Epistemes–otras: contribución potencial a la organización intercultural de la salud en Colombia. *Universidad y Salud*, 16(2), 246-263.
- Portilla, S., Madroñero, O. y Getial, P. (2016). Sistema médico tradicional-ancestral en el territorio de los Pastos Resguardo Indígena de Túquerres-Narino, Colombia. *Ciencia e Interculturalidad*, 19(2), 66-80. <https://doi.org/10.5377/rci.v19i2.3120>
- Quintana, R. (2012). Estudio de plantas medicinales usadas en la comunidad indígena Tikuna del alto Amazonas, Macedonia. *Nova*, 10(18), 181-193. <https://doi.org/10.22490/24629448.1006>
- Quiroz É. (2015). *La mujer y la medicina tradicional en el resguardo de Panan: el rastro detrás de la historia* [informe final de trabajo de grado, Universidad de Nariño]. SIREN. <http://sired.udenar.edu.co/2516/>
- Ramos, J. (2018). *Diagnóstico situacional del manejo fisioterapéutico de trastornos musculoesqueléticos en la provincia de Tungurahua* [tesis de pregrado, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio UTA. <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/27707>
- Resolución 8430 de 1993. (1993, 4 de octubre). Ministerio de Salud. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>
- Santoro-Lamelas, V. (2016). La salud pública en el continuo salud-enfermedad: un análisis desde la mirada profesional. *Revista de Salud Pública*, 18, 530-542. <http://dx.doi.org/10.15446/rsap.v18n4.47854>
- Sepúlveda, O. y Vela, F. (2015). Cultura y hábitat residencial: el caso mapuche. *Revista INVI*, 30(83), 149-180. <https://www.scielo.cl/pdf/invi/v30n83/art05.pdf>
- Soza, J. (2019). *El Rol de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), en la lucha contra la pobreza desde la seguridad Alimentaria y Nutricional en la zona del pacífico de Nicaragua 2015-2017* [tesis de pregrado, al dissertation, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua]. UNAN. <https://repositorio.unan.edu.ni/12712/>
- Suarez, E. (2018). *Rescate de las enseñanzas de la etnomedicina como estrategia pedagógica para fortalecer la cultura Zenú en los estudiantes del grado 5° del Centro Educativo Flecha, municipio de Tuchín – Córdoba* [tesis de pregrado]. Repositorio UNAD. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/21682>
- Suelves, J., Martínez, V. y Medina, A. (2010). Lesiones por caídas y factores asociados en personas mayores de Cataluña, España. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 27(1), 37-42.
- Vallejo, Á. (2006). Medicina indígena y salud mental. *Acta Colombiana de Psicología*, 9(2), 39-46.
- Velásquez, V., López, A., Puerto, A., Cataño, N. y Muñoz, A. (2016). Por un futuro mejor: programa de promoción de la salud para afrodescendientes. *Revista CUIDARTE*, 7(1), 1185-1194. <http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.v7i1.239>

Contribución

Aldair Ezequiel Andrade Burgos, Karen Dayana Coral Cepeda, Ernesto José Córdoba Arteaga: Investigadores principales, procesamiento de información y escritura de discusión.

Eunice Yarce Pinzón: Redacción del manuscrito, participación en el análisis de resultados, consolidación de referencias, asesora de investigación.

Jonathan Adrián Muñoz Luna: Participación escritura de la discusión, revisión crítica del artículo.

Todos los autores participaron en la elaboración del artículo, lo leyeron y aprobaron.