



ENSAYO

Nombre del Alumno: Jhom Phirlee Díaz Gómez

Nombre del tema: Mal de ojo

Parcial: Unidad I

Nombre de la Materia: Antropología médica

Nombre del profesor: Dra. María Isabel Cruz López

Nombre de la Licenciatura: Medicina Humana

San Cristóbal de las casas, Chiapas a septiembre de 2025

Mal de Ojo

Introducción

En las sociedades del pasado, y en las del presente los seres humanos han creado diferentes formas de enfrentar las enfermedades. Estas formas de curación han evolucionado hasta convertirse en lo que hoy conocemos como medicina moderna. Sin embargo, no todas las enfermedades tienen una explicación clara desde la medicina allopática, lo que lleva a muchas personas a recurrir a la medicina tradicional. Este tipo de saber, transmitido principalmente de forma oral, ofrece interpretaciones y tratamientos alternativos para fenómenos como el "mal de ojo", cuyo origen y efectos siguen siendo motivo de debate tanto en contextos culturales como médicos.

¿Qué es?

El mal de ojo es una creencia popular que describe un tipo de malestar que afecta principalmente a los bebés y niños pequeños, aunque en algunos casos también puede presentarse en adultos. Según la tradición, este mal es causado por una "mirada fuerte" que proviene de personas con ciertas características físicas o emocionales. Los síntomas más comunes incluyen llanto constante, inquietud, diarrea y vómito. También pueden presentarse fiebre, pérdida de apetito, dolor de cabeza y un ojo más cerrado de lo normal. Aunque no es reconocido por la medicina allopática, el mal de ojo sigue siendo una explicación común en muchas culturas para ciertos malestares infantiles.

Causas

Los antropólogos argentinos Idoyaga y Gancedo en su libro "El mal de ojo como enfermedad: el telore y folklore en Iberoamérica" dicen que las causas del mal de ojo pueden clasificarse en dos grandes grupos: causas naturales y causas sociales. Dentro de las causas

naturales, los autores identifican dos tipos principales. El primero incluye factores como la contaminación del aire, la irradiación del sol, la luna o los eclipses. El segundo se refiere al contacto con personas o animales que pueden transmitir el mal debido a ciertas características físicas o emocionales; a estos se les conoce como “ojeadores”.

En este contexto, los “ojeadores” pueden ser personas enfermas, con problemas en los ojos (como estrabismo), con heridas, cansadas, con hambre o sed, sudorosas, coléricas, melancólicas, con desequilibrios en sus humores corporales, con una “mirada fuerte”, o mujeres embarazadas o menstruando. También se mencionan animales como perros, caballos y mulas que estén cansados o transpirados. Aunque esta lista es variada y difícil de organizar, los autores explican que muchas de estas características pueden entenderse a través de la medicina humoral, una teoría médica antigua que relaciona la salud con el equilibrio de los fluidos del cuerpo. Un detalle interesante que mencionan es que, entre las causas naturales más recientes, algunas personas creen que incluso la irradiación del televisor puede causar mal de ojo.

Por otro lado, las causas sociales están relacionadas con el poder que tiene la mirada de una persona para hacer daño, especialmente cuando está cargada de emociones negativas como la envidia o, en menor medida, el amor. En muchas comunidades, se cree que la envidia es la causa más común del mal de ojo, y suele expresarse a través de una mirada intensa acompañada de halagos. Para algunos, cualquier persona envidiosa puede causar el mal de ojo; para otros, además de la envidia, se necesita que el “ojeador” tenga una energía más fuerte que la de la persona afectada.

Diagnóstico en Comunidades

En el contexto ritual llevado a cabo por una curandera tradicional, se documenta el uso de limpia *con huevo*, práctica común en diversas regiones de América Latina para tratar afecciones

como el mal de ojo o el llamado *aire*. La sesión se realiza en un espacio semioscuro, acondicionado con objetos específicos: vasos con agua, huevos frescos, mezcal y hojas de *floripondio* (*Brugmansia spp.*).

El proceso inicia con oraciones dirigidas a entidades religiosas, estableciendo un marco espiritual. La curandera rocia las hojas con mezcal y las aplica sobre el cuerpo del paciente, verbalizando su poder curativo. A continuación, emplea huevos también rociados con mezcal, pasándolos por el cuerpo como medio de absorción de la enfermedad. Cada huevo fue posteriormente roto en un vaso con agua, y su contenido interpretado visualmente como diagnóstico. El primero presentaba signos de “carga negativa”, mientras que el segundo se consideró limpio, lo que indicaba que el mal había sido removido.

Esta práctica se acompaña de recomendaciones preventivas (amuletos con ajo, chile y albahaca) y de medidas de autocuidado por parte de la sanadora así funcionando como un sistema para la interpretación y manejo del malestar en contextos donde la medicina tradicional conserva legitimidad cultural.

Limpias

Las limpias son prácticas tradicionales utilizadas para equilibrar la energía de las personas y liberarlas de pensamientos y emociones negativas, ya sean propias o proyectadas por otros. Se cree que estas energías negativas pueden acumularse en el cuerpo como una especie de “suciedad energética”. Por eso, se acostumbra a realizar la limpia con especial atención en la zona lumbar, ya que se considera que ahí puede ocultarse esa carga negativa. Generalmente, la limpia comienza en la cabeza, que es por donde se piensa que entra el mal. Algunas curanderas incluso hacen una señal de la cruz con un huevo sobre la cabeza antes de iniciar el ritual.

Estas limpias se acompañan de rezos, oraciones o frases especiales y son realizadas por diversos especialistas de la medicina tradicional, como curanderos, chamanes, terapeutas populares o incluso personas que no se dedican formalmente a la salud, pero que tienen conocimiento en estas prácticas. Además de limpiar energías negativas, estas limpias también buscan eliminar maldiciones, quitar el mal de ojo, contrarrestar hechizos, y atraer protección, amor, salud, trabajo, prosperidad o equilibrio general.

Una limpia representa bien la mezcla entre elementos biológicos, como las plantas o el huevo, y elementos no visibles, como las energías o influencias espirituales. En este sentido, también se valora el aspecto espiritual de cada planta utilizada, ya que cada una cumple una función diferente: unas sirven para limpiar, otras para curar, adornar o comer.

Aunque las limpias tienen su origen en pueblos tradicionales, hoy también se practican en zonas urbanas, a veces combinadas con otros rituales. Los sanadores que las realizan muchas veces se consideran a sí mismos parte del proceso de curación, ya que al tratar al enfermo también pueden recibir parte de su mal. Algunos creen que solo perciben imágenes o reflejos de la enfermedad, pero otros afirman que llegan a sentir síntomas físicos similares a los del paciente por un tiempo.

Diagnóstico Médico

En la medicina actual existen teorías bien fundamentadas que pueden explicar los síntomas más comunes que mencionan Idoyaga y Gancedo, como dolores de cabeza o de estómago, vómitos, problemas en los ojos o cansancio. Los médicos saben que estos síntomas pueden tener muchas causas diferentes, por lo que necesitan más información antes de poder hacer un diagnóstico correcto.

Incluso cuando no se encuentra una causa física clara, es posible que el origen de estos malestares sea psicosocial, es decir, que esté relacionado con el estado emocional, el estrés o el entorno social de la persona. La psicología y la sociología no solo pueden ayudar a entender estos síntomas, sino también por qué algunas personas creen que sus enfermedades tienen causas como el mal de ojo, aunque en realidad puedan estar malinterpretando lo que les pasa.

Conclusión

El mal de ojo es una creencia tradicional que, aunque no es reconocida por la medicina moderna, sigue siendo una explicación válida para muchas personas frente a ciertos malestares físicos y emocionales. A través de prácticas como la limpia con huevo, se busca restablecer un equilibrio del cuerpo y el espíritu.

Si bien la medicina alópata ofrece explicaciones fisiológicas y psicosociales para muchos de estos síntomas, es importante reconocer el valor simbólico y terapéutico que tienen estas prácticas dentro de sus contextos locales, el estudiar el mal de ojo nos permite ampliar la comprensión de la salud más allá del modelo biomédico, integrando el papel de las creencias culturales de cada región.

Referencias

- Aparicio Mena, A. J. (2009). *La limpia en las etnomedicinas mesoamericanas*. *Gazeta de Antropología*, (25). Universidad de Salamanca.
- Clavel De Kruyff, F. (2024). Mal de ojo: un breve análisis epistemológico. *Murmillos Filosóficos*, 4(7), 18–28.