

## 6. REMEDIOS HOMEOPÁTICOS

Se denominan remedios homeopáticos a aquellos compuestos que se utilizan para el tratamiento de los enfermos. En este sentido y aunque en sus comienzos los remedios utilizados eran muy pocos, en la actualidad se aplican los principios de la homeopatía a cientos de sustancias con un resultado igualmente valioso. Las plantas medicinales (tóxicas o inocuas), los compuestos químicos, los oligoelementos y la organoterapia, entre otros, se utilizan ya en todo el mundo con eficacia y sin efectos secundarios, abriendo así un abanico mucho más amplio al concepto de las diluciones homeopáticas.

Lo importante para que una sustancia farmacológicamente activa se convierta en un producto homeopático es aplicar la ley de similitud según la terapia del Dr. Hahnemann. Las preparaciones homeopáticas constituyen la base del tratamiento y estas pueden proceder de:

### **Vegetales**

#### **Minerales**

#### **Animales VEGETAL**

La materia prima está formada por la planta entera, sus hojas, flores o raíces, ya sea silvestre o cultivada. La denominada cepa homeopática se elabora a partir de la tintura madre (TM) la cual se prepara según normas mundiales de la farmacopea.

La extracción alcohólica se efectúa dejando macerar la planta fresca o las partes de interés medicinal en alcohol de graduación adecuada durante un período no inferior a tres semanas. Para determinar con exactitud la cantidad de planta fresca necesaria nos valemos del residuo seco. Para llegar a éste se selecciona, limpia y corta la planta elegida y se la deseca mediante calentamiento hasta lograr el "residuo seco". La relación que exista entre el "residuo seco" y la droga fresca introducida en alcohol en una proporción de 1:10, será la cifra que tomaremos como referencia. Por ejemplo: Planta fresca 50 gramos, Residuo seco 4 gramos, Tintura madre resultante 40 gramos.

Tras un período de 21 días de maceración y previa decantación de la materia resultante, se filtra el sobrante líquido y los residuos que quedan en el fondo se prensan con 100 kg/cm<sup>2</sup>, filtrándose de nuevo el líquido resultante. Se mezclan

entonces los dos líquidos obtenidos, se dejan reposar otras 48 horas y después de un nuevo filtrado ya tenemos la Tintura Madre preparada.

La graduación alcohólica comúnmente utilizada es de 65°, aunque es bastante habitual el que se parta de graduaciones más bajas, al menos para lograr los preparados homeopáticos. Una vez obtenida la suficiente cantidad de TM se conserva en un recipiente cerrado, en lugar fresco y oscuro, utilizándose inexcusablemente el cristal como recipiente. Al tratarse de una sustancia viva y no de un compuesto inorgánico, las tinturas no deben emplearse después de cinco años desde su preparación.

Aunque en la actualidad muchos laboratorios ya no emplean el alcohol como método extractivo de las sustancias activas, el grueso de las experiencias homeopáticas se han realizado con la base alcohólica y a ellas nos referimos.

Las plantas medicinales, sean tóxicas o inocuas, deben ser cultivadas en un medio natural, alejado de las poblaciones, sin emplear abonos químicos y utilizando si es posible solamente agua de lluvia o de manantial. La recogida se hará según las normas universales de la farmacopea, teniendo muy en cuenta el clima, el terreno, la temperatura y la hora del día. Desde el momento de la recogida hasta que se empieza a utilizar en el laboratorio no deben pasar más de 48 horas, ya que a partir de ese momento la planta fresca sufre un proceso de degradación muy importante. No obstante y si por necesidades económicas o por no disponer de plantaciones situadas en las proximidades, se requiere el empleo de la planta seca deberemos estar seguros de su procedencia, su transporte, cuándo fue recogida y cómo se realizó la recolección.

Si tenemos que emplear plantas exóticas lo mejor es tratar de cultivarlas en nuestro país, evitando los laboriosos embarques desde el país de origen. Si no podemos hacerlo deberemos emplear solamente plantas secas.

**MINERALES** El origen de los productos químicos o minerales es tan amplio que no existen normas muy estrictas sobre ellos, aunque se deja bien claro que deben ser componentes plenamente definidos, sin mezclas a ser posible, aunque en estos casos hay que asegurarse que la proporción entre los componentes sea siempre la misma.

Los componentes minerales deben ser en lo posible de origen natural y no obtenidos en laboratorio y solamente en casos extremos se utilizarán compuestos químicos sintéticos lo más puros posible. Un ejemplo de ello lo tenemos en el Natrium Muriaticum, nombre químico de la sal marina en su estado natural, la

cual nunca debe ser sustituida por el cloruro sódico químico. De hacerse así, lo más probable es que la formulación no surta efecto alguno y se piense que el defecto está en la homeopatía en sí, no en la sustancia empleada erróneamente.

**ANIMAL Venenos** En homeopatía se trabaja mucho con venenos obtenidos no solamente de plantas, sino de animales como las serpientes y en estos casos lo normal es importar la materia prima de países con gran experiencia en la manipulación de estas sustancias, los cuales, además, cuentan con criaderos suficientemente abastecidos de reptiles o arácnidos.

## 7. EXCIPIENTES Y FORMAS DE PRESENTACIÓN

En cuanto a los excipientes, esto es, el vehículo en el cual se encuentra mezclada la materia prima, se dividen en dos grupos básicos: líquidos y sólidos.

**Sólidos:** Lactosa y Sacarosa.

**Líquidos:** Alcohol, agua destilada o glicerina. Estos excipientes se consideran neutros y, por tanto, no pueden alterar la sustancia activa que contienen, aunque en este sentido parece ser que el agua destilada sigue siendo el vehículo idóneo. Su problema es la poca capacidad de conservarse durante períodos dilatados, muy superados por el alcohol o la lactosa.

Por eso y aún siendo la preparación más idónea y por supuesto inocua, solamente se recomienda para que sea consumida en los días inmediatos. También es muy importante el uso del vidrio oscurecido como envase, el cual se lava cuidadosamente con agua del grifo varias veces, posteriormente con agua destilada, para terminar con el esterilizado en una estufa de 150° durante dos horas.

**8. LAS DILUCIONES** Y ahora entramos en el capítulo más apasionante de la homeopatía, el que le diferencia totalmente de la medicina química, y por ello el más criticado por los ignorantes. Las diluciones homeopáticas no fueron establecidas con el fin de que los productos administrados no fueran tóxicos, motivo este suficientemente importante, sino con el fin de asegurar su efectividad. Lo que ocurre es que una cosa va unida a la otra y junto a la total y absoluta carencia de toxicidad, las diluciones homeopáticas son muy eficaces.

Otro dato curioso es que aquí, en la homeopatía, cuanto más diluida está una sustancia y, por tanto, menos presencia de ella podemos encontrar en el producto ingerido, más potente es, aunque ello no quiere decir más eficaz. Esto

que puede parecer un contrasentido, mucho más si seguimos teniendo en cuenta los criterios de la medicina química, no lo es cuando comprendamos el “secreto” de las diluciones.

**Como base de partida podemos tomar las siguientes leyes:**

Cuanta mayor sea la similitud entre los síntomas del enfermo y los efectos de la droga a emplear, más alta tiene que ser la dilución. Si la sintomatología se manifiesta de forma local, las diluciones deben ser bajas. Este es el caso del dolor, calor o tumefacción, el cual se cura bien con una concentración de apenas 5 CH.

Si los trastornos son más generalizados, emplearemos diluciones medias. Estos casos los encontraremos en aquellas enfermedades que cursan que fuerte sudor, sequedad de mucosas o en las amigdalitis intensas, trastornos que nos indican que podemos emplear una dilución a la 8 o 9 CH.

Y si nos encontramos con problemas psíquicos o lesiones, utilizaremos dosis altas. Este ejemplo también nos sirve para aquellas enfermedades en las cuales existe una lesión del órgano afectado, como es el caso de la hepatitis, en la cual emplearemos una dilución de 15 o 30 CH de Phosphorus, el cual sabemos posee un efecto hepatotóxico a concentraciones normales.

**Una vez que los síntomas remiten no hay que continuar ese mismo tratamiento.** Como es lógico y aquí nos acercamos a la medicina oficial, cuanto más grave es la enfermedad o el síntoma, mayor será la frecuencia de administración, sin que ello implique aumentar la dosis. Dosis grandes no tienen más efecto que las pequeñas, ya que no se busca la presencia de la materia activa, sino su efecto y este se logra con pequeñas cantidades.

Y en cuanto a las enfermedades crónicas o muy antiguas, lo normal es emplear diluciones altas con una frecuencia media, ya que ahora la sintomatología no debe ser muy intensa y el enfermo quizá la haya asimilado con el paso de los años. Diluciones de 15 o 30 CH son normales en la diabetes, el asma, las jaquecas crónicas y de 300 CH en las alergias al polen.

Otras enfermedades menos graves, pero no por ello menos molestas por su cronicidad, nos indican que la posología debe ser de una dosis semanal y una dilución alta. Solamente en aquellas enfermedades crónicas en las cuales sea necesario emplear un método de drenaje o depurativo, como pueden ser las enfermedades de piel o la litiasis, será conveniente emplear diluciones muy bajas,

de apenas 5 CH o DH. La materia prima a emplear ya no debe ser tóxica sino totalmente inocua, como es el caso de las plantas medicinales, la organoterapia o los oligoelementos. Estos componentes, curiosamente, solamente funcionan con diluciones bajas y en muchos casos como Tintura Madre.

Una dilución alta no indica más potencia en sentido literal, pero se emplean cuando los síntomas corresponden más fielmente con la patogenesia del producto empleado.

**8.1. DIFERENTES MÉTODOS DE DILUCIÓN** La proporción será siempre centesimal (CH) de 1:100, o decimal (DH) de 1:10, tanto si trabajemos con productos líquidos como sólidos, procedente de Tintura Madre (TM), producto químico o de naturaleza orgánica. La “potencia”, pues, de la dilución lo marca las siglas DH o CH, mientras que las agitaciones (sucusiones) suelen tener la cifra 100 como estándar, sin que un mayor número aporte más ventajas o eficacia.

**Diluciones centesimales** El procedimiento según las indicaciones hahnemánianas es muy sencillo: 1. Se disponen una serie de frascos de vidrio y de porciones del material inerte a emplear, en número exacto al grado de disolución que queremos obtener. En el primer frasco se introducen 99 partes del excipiente recomendado y una gota de tintura madre (o un grano de la sustancia sólida), con lo cual ya tenemos una relación de 1/100.

2. Se efectúan 100 agitaciones o sucusiones y la dilución así obtenida será una 1 CH o primera dilución centesimal hahnemanniana. 3. Para pasar a potencias superiores, a la segunda por ejemplo, utilizaremos una gota del producto resultante anteriormente y le añadiremos 99 partes de líquido inerte, para realizar después las 100 sucusiones. Ya tenemos la potencia 2 CH y así sucesivamente podremos obtener la potencia deseada.

4. Como es fácil de comprender, llega un momento en las disoluciones en que es imposible detectar la presencia de la materia prima y, sin embargo, su eficacia es incuestionable. A partir de la 4 CH ni siquiera los métodos de laboratorio más sofisticados son capaces de encontrar algo más que agua y alcohol. La inocuidad, por tanto, está garantizada.

**Diluciones decimales** El procedimiento es el mismo que para las centesimales, solamente que la materia a emplear se diluye en 9 gotas de líquido, por lo cual la proporción es de 1/10. Las sucusiones, sin embargo, deben seguir siendo 100, ya que es así como se activa el producto.

En el caso de emplear gránulos o cápsulas como vehículo inerte, se realiza la dilución previamente en líquido en la proporción elegida (1:10 o 1:100) y se impregna el excipiente.

**Otras formas comercializadas** Un método bastante introducido, más que nada por su coste reducido de elaboración, es el Korsakof el cual utiliza un frasco de vidrio de 15 ml de capacidad y cierre hermético, en donde se introducen 5 ml de Tintura Madre que permanece adherida a la pared del recipiente. Se agita 100 veces y se vacía hasta la última gota mediante aspiración o centrifugado.

En este recipiente ahora vacío se introducen 5 ml de excipiente, lo que representa ya las 99 partes necesarias para conseguir la proporción 1:100 (DK). Se agita de nuevo 100 veces y ya tenemos la primera dilución ahora llamada korsakoviana o 1 K; distinto nombre pero misma proporción. Si queremos aumentar a la dilución siguiente, la 2 K, vaciaremos el frasco totalmente, introduciremos los 5 ml de excipiente, realizaremos las 100 succusiones de rigor y ya tenemos la siguiente potencia.

No obstante y aunque el método parece válido, no es seguido por la mayoría de los laboratorios comerciales ya que no existe seguridad en su eficacia. El problema está en asegurar el vaciado completo del recipiente, en los tiempos de vaciado necesarios, en los materiales utilizados, e incluso en el ambiente en que se trabaja. Ello no excluye totalmente el sistema de Korsakof, sino que debemos asegurarnos que el laboratorio que lo emplea cumple los requisitos necesarios para llevarlo a buen fin. Si nos encontramos con diluciones mediante este método habrá que tener en cuenta que las potencias no siguen un paralelismo ya que, por ejemplo, una 4 DH equivale a una 6 K, una 5 CH a una 30 K y una 9 CH a una 1000 K.

Menos utilizadas por su complejidad están las diluciones 50 milésimas empleadas por Hahnemann y el método de flujo continuo. En el primer caso se efectúan tres trituraciones centesimales sucesivas de la materia prima en lactosa, se toman 0,05 gramos de esta tercera trituración centesimal, la cual se incorpora a 500 gotas de líquido inerte. Las 500 gotas así obtenidas son el punto de partida para las siguientes diluciones centesimales.

**8.2. FORMA DE ADMINISTRACIÓN** Para una mejor absorción de los principios activos se recomienda, en el caso de las

Para una mejor absorción de los principios activos se recomienda, en el caso

de las directamente debajo de la lengua o, en su defecto, en una cucharilla metálica sin añadir agua. Se mantiene la solución al menos un minuto sin tragar, ya que así se consigue que pase directamente a sangre a través de la mucosa perlingual, intensamente vascularizada.

No se deben masticar los gránulos o glóbulos homeopáticos. Los gránulos es la forma de administración más idónea para los niños, ya que a su buen sabor dulce se une el que se vean obligados a mantenerla en la boca al menos un minuto mientras la chupan; de esta manera la absorción es total. Se suelen presentar en envases que contienen unos 80 gránulos de 4 gramos de peso, siendo normal tomar entre 3 a 5 gránulos cada vez.

Los glóbulos son pequeñas esferas constituidas por lactosa con una impregnación del 1%, conteniendo el envase unos 200 glóbulos de un gramo de peso. Las ampollas son una solución muy extendida para asegurar la pureza del contenido y la dosificación exacta, presentándose con uno o dos ml de contenido y una graduación alcohólica del 15%.

En cuanto a las cápsulas hay dos maneras de emplearlas: una, tragándolas y dejando que se absorban lentamente a su llegada al duodeno, o dos, abriéndolas y tomando directamente su contenido para que sea absorbida vía perlingual.

**Sea cual sea la forma elegida es imprescindible guardar las siguientes precauciones:** 1. No beber o chupar nada que contenga menta dos horas antes de la ingestión de un producto homeopático, ya que existe la creencia de que cierra los poros de la boca e impide la absorción de las sustancias medicinales. Esa advertencia llega hasta el uso de dentífricos y chicles.

2. Tomar las dosis una hora antes de las comidas o dos horas después.

3. Dejarlas en la boca un minuto al menos. Si se traga por error hay que volver a tomar la dosis.

Muy divulgada es la presentación en forma de pomada, extraordinariamente bien tolerada incluso por la piel sensible, en la que se utilizan la vaselina o lanolina como excipiente en una proporción del 4%.

Los colirios llevan como excipiente agua destilada, mientras que los supositorios emplean glicerina.

También se emplea la homeopatía en forma de inyectables subcutáneos en tratamientos de belleza.

## 9. LOS POLICRESTOS

Son aquellos remedios, potencialmente tóxicos en su estado natural, pero que administrados en dosis homeopáticas son capaces de actuar eficazmente sobre una gran cantidad de órganos o sistemas. Se emplean siguiendo las leyes de la Similitud y su eficacia e inocuidad son muy altas, siendo prescritos ampliamente por todos los homeópatas del mundo. Se utilizan aisladamente o mezclándolos entre sí, aunque ahora se contemplarán solamente las formas individuales.

Síntomas muy intensos requieren altas diluciones

### ACÓNITO

*Aconitum Napellus* Patogenesisia:

Hipertensión arterial con taquicardia, pulso lleno y duro, neuralgias del trigémino, inflamaciones generalizadas y sensación de angustia con miedo a morir. Se suele dar en personas fuertes, muy activas, las cuales presentan los síntomas después de un cambio repentino climático, especialmente a causa de una insolación, aunque también por una exposición al frío seco o al viento helado.

#### Características de la enfermedad:

Empeora a medianoche con el frío brusco y mejora si la persona comienza a sudar. Los dolores son intensos, con angustia y suele haber sed intensa de líquidos fríos. La enfermedad se declara bruscamente, es muy intensa y el enfermo está inquieto y tiene temor de morir. La piel está roja, sin sudor, hay escalofríos y fiebre alta de rápida aparición.

#### Los síntomas se agravan por la noche y en ambientes cálidos.

**Tratamiento:** En todas las sintomatologías febriles (5 y 30 CH), en la amenorrea que se declara después de un enfriamiento (9 y 30 CH), en las neuralgias por frío (15 y 30 CH), y en la hipertensión arterial que hace pensar al enfermo que padece un infarto (9 CH). Es uno de los mejores remedios como antiinflamatorio, analgésico y detumesciente.

También lo emplearemos a la 3 DH en:

Ciática, gota, síntomas reumáticos, tos espasmódica, asma, amigdalitis y laringitis, así como en las secuelas de hemiplejía.

**ANTIMONIUM ARSENICOSUM**

### *Antimonio arseniado*

#### **Patogenesis:**

Afecta al hígado, sistema nervioso central, piel y mucosas.

**Características de la enfermedad:** Hay inquietud, piel azulada acompañada de tos intensa, asma bronquial y estasis sanguínea. Otros síntomas incluyen embotamiento, vértigo, somnolencia, pesadez de los párpados, estertores en la tráquea, sudoración fría y en ocasiones vómitos, opresión en el estómago, meteorismo y deseos de consumir alimentos ácidos.

#### **Tratamiento:**

Se emplea en las afecciones de vías respiratorias bajas, en las bronquitis asmática por alergias y la disnea.

El Antimonium crudum (antimonio negro) es adecuado en los trastornos digestivos, la dermatitis crónica, afecciones de las uñas, verrugas, gangrena de los pies y las grietas en la piel.

El Antimonium sulfuratum aurantiacum (sulfuro de antimonio) en las inflamaciones crónicas de las vías respiratorias, especialmente aquellas que cursan con gran mucosidad. El Antimonium tartaricum (Tartrato de antimonio) es eficaz en las inflamaciones de las vías respiratorias inferiores que cursan con fiebre, en el asma, la disnea paroxística y la insuficiencia circulatoria.

### *APIS Apis mellifera, Abeja entera macerada en alcohol*

#### **Patogenesis:**

Picadura que escuece fuertemente y produce bruscamente un eritema, el cual mejora si se aplica frío local.

Afecta al sistema nervioso central, meninges, piel, mucosas, riñones, corazón, ojos, amígdalas y ovarios.

#### **Características de la enfermedad:**

El edema se puede declarar en cualquier mucosa o estar generalizado, pudiendo afectar incluso al riñón y producir nefritis edematosa. Los dolores son punzantes que empeoran con el calor y mejoran con el frío. Puede haber fiebre y la piel estar indistintamente seca o húmeda. Existe inquietud y gran actividad, edemas, carencia de sed, intolerancia al calor, deseos de enfriamiento con agua o compresas frías y los dolores son punzantes.

**Empeoran por la tarde y mejoran con el aire fresco y el frío.**

**Tratamiento:**La posología se debe administrar cada media hora o cada diez minutos si el caso es agudo, siendo la potencia de 7 a 15 CH. En la medida en que mejora la enfermedad se conserva la potencia pero se espacia la frecuencia.

Podemos tratar una gran cantidad de enfermedades cutáneas como la urticaria, las quemaduras de sol, las picaduras de insectos y cualquier otra enfermedad cutánea que mejore con el frío.

Es útil en enfermedades oculares como la conjuntivitis o la queratitis, en las anginas con edema de glotis, en los derrames pleurales, en las paperas y las meningitis, en la nefritis aguda, albuminuria y de manera general en cualquier edema que no curse con sed.

Su eficacia en casos iguales o similares que necesiten la aplicación urgente de un corticoide es muy alta, aunque la eficacia es pasajera y se impone tener preparado el remedio definitivo.

**ARGENTUM NITRICUM *Nitrato de plata*** **Patogenesis:**Produce inflamación de mucosas que pueden llegar a ulcerarse si se localizan en la garganta, el aparato digestivo o los genitales. A nivel general provoca temblores, convulsiones, astenia intensa, pérdida de coordinación e incluso parálisis.

El nitrato de plata se obtiene disolviendo plata en ácido nítrico, lo mismo que para fabricar placas fotográficas.

**Características de la enfermedad:**

Se localiza preferentemente en la cabeza, la cual se siente como abultada o con una astilla imaginaria clavada. Empeora con el trabajo intelectual, el calor y la ingestión de dulces, los cuales le perjudican bastante. La persona se puede encontrar ansiosa, agitada, muy envejecida, llegando a adelgazar. Su abatimiento es muy fuerte, siente miedo a estar con gente y aunque la altura le da miedo siente impulsos de tirarse al vacío.

**Mejora apretándose la zona dolorida y con aire fresco.**

Hay ojos rojos, frío y temblores, excitabilidad, falta de confianza, diarreas nerviosas y claustrofobia.

**Tratamiento:**

La dilución aconsejada es de 6 a 30 CH tres veces al día, aunque en problemas nerviosos basta con una dosis al día o semanal.

Podemos tratar todas las alteraciones del carácter que cursen con fobias, vértigo,

nerviosismo o miedo a relacionarse. También es eficaz en amigdalitis, conjuntivitis, sensación de tener algo clavado en la garganta, trastornos digestivos como aerofagia, úlcera gástrica, diarreas o enteritis, así como en metritis e inflamaciones del cérvix.

## ÁRNICA

*Arnica montana* Fiebre con astenia acompañada de agujetas y dolores musculares, así como moratones y púrpuras. La acción se extiende al tejido conectivo, vasos sanguíneos, corazón, estómago, piel e intestinos.

### Características de la enfermedad:

El cuerpo entero está dolorido y se agrava al menor contacto y especialmente con las sacudidas, siendo habitual el que no se soporte la cama por parecer demasiado dura. Mejora con el reposo y acostado con la cabeza baja. **Se agrava con cualquier movimiento o vibración. Tratamiento:**

Es eficaz en cualquier clase de traumatismo, en los postoperatorios, después del parto, en la fatiga del deportista y después de un trabajo intenso.

Mejora la congestión sanguínea de la cara y la nariz, especialmente si el cuerpo permanece frío, cuando se tienen escalofríos y deseos intensos de beber, así como en las afonías de los cantores después de un gran esfuerzo con la voz. En estos casos es normal encontrarse con un sujeto a quien le huele el aliento y sus heces son fétidas.

También lo utilizaremos en la trombosis, las parálisis, los espasmos arteriales, la arteriosclerosis, el infarto de miocardio y la tosferina. Igualmente en la ciática, varices, apoplejía, hemorragias de la retina y los abscesos purulentos.

En los traumatismos antiguos bastará con una dosis semanal a la 30 CH, mientras que en los casos agudos emplearemos desde la 5 a la 15 CH. **ARSENICUM ALBUM**

*Anhídrido arsenioso, acidum arsenicum anhydricum* **Patogenesis:** Es un potente veneno que provoca, entre otros males:

Lesiones del sistema nervioso con convulsiones y parálisis progresiva con fuertes calambres. Irritación que conduce a la necrosis en mucosas digestivas, respiratorias o genitales.

Afecciones del aparato circulatorio con gangrena, hemorragias y anemia, al mismo tiempo que se lesiona la médula gris. Hay una pérdida progresiva de las

funciones vitales con adelgazamiento, astenia y anemia, mientras que la piel aparece escamosa y seca.

**Características de la enfermedad:** Nos encontramos con una persona delgada, pálida, con el rostro demacrado, con arrugas y edemas en los párpados inferiores.

Los niños, meticulosos y ordenados, son frioleros, frágiles, se atemorizan con facilidad y tienen miedo a la soledad y la noche.

Adultos y niños sufren con frecuencia episodios de agitación y depresión, a lo que se suma la debilidad, los deseos de tumbarse, la ansiedad y el miedo a la muerte.

Mejoran con el calor, cambiando de posición y con las comidas y bebidas calientes, salvo en los casos agudos en los que prefieren las bebidas frías. No les gusta la carne, padecen sed fuerte que se mitiga bebiendo pequeñas cantidades repetidas y tienen sensaciones diversas de quemaduras, empeorando generalmente entre la una y las tres de la mañana.

**Tratamiento:** Los casos leves se solucionan con una dosis diaria a la 7-15 CH, reservando las diluciones altas para emplearla una vez a la semana o al mes.

Eficaz en las infecciones graves que cursan con hipersensibilidad al frío y con dolores que mejoran con el calor.

También en infecciones intestinales, urinarias, vaginales, así como en el asma, la coriza nocturna, las dermatosis crónicas, la psoriasis y las neuralgias. El *Arsenicum iodatum* (yoduro de arsénico) se emplea en la tuberculosis pulmonar, derrames pleurales, exantemas pruriginosos, erupciones escamosas del cuero cabelludo, psoriasis, acné o vaginitis.

**El individuo sensible se siente débil, suda por las noches y adelgaza.**

**BARYTA CARBONICA**

*Carbonato de bario, Barium carbonicum*

**Patogenesis:**

Provoca degeneración general sobre las amígdalas, la próstata, las paredes arteriales y en niños afecta al desarrollo físico e intelectual. Actúa sobre los vasos sanguíneos, el corazón, las glándulas, el sistema linfático y la piel.

**Características de la enfermedad:**

En niños hay retraso escolar, hipertrofia amigdalár, vientre abultado, hipersensibilidad al frío, suelen ser tímidos y no les gustan los extraños. En adultos aparecen síntomas de esclerosis con demencia y comportamiento infantil. Ambos empeoran con el frío, la humedad y los cambios de tiempo.

Hay falta de memoria, insomnio, tumefacción de los ganglios linfáticos, palpitaciones, vértigos y otorrea.

**Tratamiento:**

Empleada en el retraso físico e intelectual (30 CH), en la amigdalitis sin supuración (9 CH), en la hipertensión arterial, en la insuficiencia cerebral y en los adenomas de próstata (9 CH). También en el corazón senil, la debilidad física en general, el cuero cabelludo tenso, los dolores de cervicales, ronquera y el prurito senil.

El Barium chloratum es adecuado en el corazón senil, trastornos de circulación periférica, en la hipertensión y en las inflamaciones del oído. **BELLADONA** *Atropa belladonna* **Patogenesia:**

Produce aceleración del pulso, midriasis, sequedad de mucosas, fiebre y picores. Después, delirio con alucinaciones, decaimiento, parálisis, coma y muerte. Actúa sobre el sistema parasimpático, las mucosas, los nervios periféricos, las meninges, los ojos, las vías respiratorias superiores, la piel y las glándulas endocrinas.

**Características de la enfermedad:** La aparición es brusca, imprevista, normalmente en infecciones. Hay fiebre alta, sudores, cara roja y congestionada, dolores de cabeza con agitación y hasta convulsiones. También palpitaciones,, especialmente en la cabeza, escalofríos, sequedad de mucosas, dificultad para tragar, pupilas dilatadas, dolores cólicos que mejoran al inclinarse hacia atrás.

Aparecen afonía, sequedad de garganta, tos seca, anginas y calores intensos. Empeoran con la luz, el ruido, el aire frío y mejoran con el reposo en cama. La menstruación es abundante y de mal olor.

**Tratamiento:** Es muy eficaz en amigdalitis, faringitis y escarlatina, especialmente si hay fiebre alta, rubor y dolor (8 CH cada hora). En cualquier proceso febril intenso, especialmente si hay calambres y convulsiones (15 CH). También en la menstruación prolongada e intensa y las inflamaciones uterinas.

**BRYONIA ALBA**

### *Nueza dioica*

#### **Patogenesia:**

Produce una gran sequedad a nivel general, incluido el aparato digestivo, lo que genera una intensa sed.

Los trastornos pueden llegar a afectar al tejido pleural, el peritoneo, el tejido cardíaco y las bolsas sinoviales.

#### **Características de la enfermedad:**

Normalmente se declara en individuos atléticos, agresivos, de tez morena y que toleran mal el calor.

Los síntomas empeoran con el movimiento y hasta con el roce, con dolores agudos, punzantes y que se agudizan con el calor. Hay una gran sed y necesidad imperiosa de beber, mejorando la enfermedad con el reposo, el frío y el sudor. También existe malhumor, cefaleas, tos irritativa seca, gusto amargo, lengua saburral, opresión en el estómago con sensación de tener un objeto duro, dolores costales, meteorismo y sensación de calor en las articulaciones.

**Tratamiento:** Se empleará en cualquier estado patológico que produzca sed intensa, fiebres intermitentes y que se agrave con el movimiento, especialmente en la artritis reumatoide, las cefaleas frontales, las articulaciones doloridas, las punzadas de costado, las pleuritis y pleuresías, así como las afecciones del aparato respiratorio que impliquen tos seca dolorosa y dolores en el esternón.

También es útil en los problemas digestivos que cursan con fiebre, náuseas, vómitos y diarreas, si se agravan con el movimiento y mejoran con el reposo. Igualmente en las afecciones hepáticas, dolores punzantes en el esternón y tórax, inflamaciones pleurales y tos gripal.

**En las mujeres es de gran ayuda en las mastitis y los senos dolorosos a la presión.**

### **CALCÁREA CARBÓNICA**

*Calcárea ostreica, calcium carbonicum a partir de la concha de ostra* **Patogenesia:**

Provoca deformaciones en el tejido óseo e inflamación sobre los ganglios linfáticos, los cuales tienen tendencia a supurar. Hay un aumento de pólipos nasales y vaginales, además de congestiones en la cabeza y los pulmones. Los pies fríos y la anemia son también otras acciones. Actúa sobre las paratiroides, las gónadas, ganglios linfáticos y los músculos.

**Características de la enfermedad:** Es muy frecuente en bebés gordos, de

abdomen voluminoso, con fontanelas abiertas, piel blanca y retraso en la dentición. Son apáticos, de aspecto rubio y ojos azules, muy sensibles al frío y con gran apetito que les provoca vómitos con frecuencia. Tienen eccemas en el pelo y escoceduras rebeldes en las nalgas.

Cuando llegan a adultos son muy anchos, de pequeña estatura, obesos y aunque metódicos y ordenados se aburren con facilidad. Frecuentemente son testarudos, con predisposición a la epilepsia, con trastornos del crecimiento, de pequeños padecen costra láctea, erupciones cutáneas, fístulas, úlceras y dolor de espalda.

Suelen tener frío interno crónico, los pies húmedos, horror al frío, apetencia por comer cosas raras, incluso tierra, no les gusta la carne y toleran mal la leche. Les afecta especialmente el frío, trabajar en lugares húmedos, el cansancio físico y, curiosamente, la luna llena. Mejoran con el tiempo seco y les gusta comer helados, huevos, leche y dulces fríos.

**Tratamiento:** De aplicación en niños que padezcan problemas de garganta, otitis, bronquitis, trastornos del crecimiento y eczemas. En el raquitismo, espasmos infantiles, tuberculosis cutánea, sudores en la cabeza, heces ácidas, vómitos ácidos, menstruaciones prolongadas y abundantes y tumefacción de los ganglios linfáticos.

En los adultos obesos, especialmente si padecen gota, diabetes, hipertensión, pólipos, migrañas y/o artrosis. La Calcarea fluorica (Calcium fluoratum, fluoruro de calcio) se emplea en los trastornos de útero, trompas y ovarios, la caries, las hemorroides dolorosas y los tumores de mama. También en las estrías, piel marchita y varices. Está presente en la superficie de los huesos, las fibras elásticas de la piel, los músculos y los vasos sanguíneos.

Los síntomas incluyen nariz tapada, mucosidad en los oídos, dolor de espalda que empeora al moverse y que se alivia al continuar y debilidad general.

La Calcarea phosphorica (Calcium hypophosphorosum, dihidrogenofosfato de calcio) en la tuberculosis pulmonar y cutánea, la sudoración nocturna y las inflamaciones de la córnea. Es un buen remedio para los niños descontentos, los que tienen dolores de crecimiento y cambios de humor. También para el amor no correspondido, y para los bebés que no toleran la leche, en la debilidad infantil, problemas del crecimiento, raquitismo, dolores óseos, fracturas óseas y cefalea infantil.

Se encuentra en el plasma, la saliva, dientes, tejido conjuntivo y jugos gástricos.

Hay dolores de estómago al comer, abdomen flojo, diarreas verdes, cuello rígido por corrientes de aire, entumecimiento, deseos de alimentos salados, aunque se aborrecen la leche, fruta y helados. El Calcium iodatum (yoduro de calcio) en la hipertrofia tiroidea, inflamación de los ganglios linfáticos, amigdalitis y faringitis crónica, y la supuración ósea.

La Calcarea sulfuricum (Calcium sulfuricum, sulfato de calcio) en amigdalitis supuradas, abscesos, queratitis, nefritis y fístulas. Cuando exista mucosidad espesa, incluso acompañada de sangre, en el acné, eczema varicoso, abscesos supurantes, ojos con supuración y dolor de cabeza por la congestión.

**Los enfermos suelen ser perezosos, ansiosos y llorones.** Se encuentra en el hígado, sangre y tejido conjuntivo.

#### **CANTHARIS**

##### *Cantárida*

**Patogenesis:** Se prepara con el insecto pulverizado que contiene cantaridina.

Actúa sobre las gónadas, tracto gastrointestinal y sistema nervioso, ocasionando lesiones renales, hemorragias, úlceras e inflamaciones. **Características de la enfermedad:**

Inflamaciones renales, de vejiga o uretra, con retención de orina y dolores espasmódicos.

Hay leucorrea, dolor al orinar, inflamación de la próstata y del glande y con frecuencia pleuritis, dermatitis y pericarditis.

##### **Tratamiento:**

Inflamación de las vías urinarias, especialmente cuando curse con ardor y fuerte dolor. Gastralgias acompañadas de debilidad, diarreas con moco y sangre. Faringitis. Los síntomas empeoran al beber y con la micción.

#### **CAUSTICUM *Bisulfato de Potasio y Cal apagada destilada***

##### **Patogenesis:**

Provoca debilidad general con parálisis en cara, laringe y esfínteres, extendiéndose después al resto.

##### **Características de la enfermedad:**

Se da en individuos delgados, mayores, tristes, con articulaciones rígidas y

sensibles al frío. Si se trata de niños suelen llorar con facilidad, tienen miedo a la noche y no quieren acostarse solos. Los síntomas se agravan de madrugada y mejoran con el calor de la cama.

Suelen orinarse sin darse cuenta y hacen sus necesidades mejor en pie. Al levantarse suelen tener la garganta seca y enrojecida y se alivian al beber agua fría, aunque mantienen una ligera tos seca, especialmente en tiempo frío. Mejoran en un ambiente húmedo y caliente, padecen verrugas con facilidad y sus heridas o quemaduras cicatrizan lentamente.

Tienen dolores en los músculos, padecen estreñimiento y su piel es sumamente frágil. Hay inquietud general, sensibilidad al frío con abundante sudor, sensación de entumecimiento, descenso de los párpados, vértigo con ansiedad y debilidad, así como un deseo intenso de consumir alimentos salados, aunque con aversión a los dulces.

**Tratamiento:** Se aplicará con preferencia en los trastornos que cursen con parálisis, en la incontinencia de orina y en los problemas cutáneos, urinarios y respiratorios de origen neurológico.

## CHAMOMILLA

*Manzanilla, Matricaria chamomilla*

**Patogenesis:** Actúa sobre el sistema nervioso, piel, órganos genitales, sistema respiratorio, estómago y útero.

**Características de la enfermedad:**

Hay una alta sensibilidad al dolor en general, la cual no tiene relación directa con la gravedad del mal. La persona se vuelve colérica, caprichosa y tiene problemas digestivos frecuentes.

El adulto afectado se vuelve intolerante, muy sensible y le sienta especialmente mal el café o los excitantes. Con su enfermedad se vuelve grosero y su desesperación le conduce al insomnio, mal que se le agudiza por su afán de beber café. Padece dolores fuertes, especialmente al llegar la noche y con el calor.

**Los niños son caprichosos, lloran por todo, tiran cuanto se les ofrece y padecen fuertes dolencias cuando le salen los dientes.** Existe impaciencia, irritabilidad, trastornos de la personalidad, melancolía e hipersensibilidad al dolor. Son frecuentes la sed, la coloración de una de las mejillas, el cosquilleo en la garganta, el sabor amargo, la tumefacción de las amígdalas, la sordera y el dolor de

oídos y los cólicos, diarreas verdosas y las menstruaciones dolorosas.

Los síntomas mejoran con el calor y el movimiento. En los dolores de encías se utilizarán gránulos cada cuarto de hora, lo mismo que si tiene una rabieta fuerte. Si tiene fiebre o diarreas la dosis es tres o cuatro veces al día. En los trastornos del carácter, tanto en niños como en adultos, bastará una dosis tres veces por semana, mientras que si se trata de dolores fuertes se puede dar cada hora, hasta que desaparezcan.

Es adecuada en los dolores paroxísticos de la cabeza, la tos seca y la ronquera de los resfriados, la opresión torácica o gástrica y las heridas que cicatrizan mal.

#### **CHINA OFFICINALIS** *Corteza de la Quina, Cinchona succirubra*

**Patogenesia:**Produce hipotensión, dolor de cabeza, zumbidos de oídos, hipoacusia, y alteraciones en el sentido del tacto, el sabor, el oído y la luz. Finalmente, debilitamiento cardíaco y colapso, con destrucción de leucocitos, eritrocitos y plaquetas.

#### **Características de la enfermedad:**

Los trastornos de oído van unidos a hemorragias diversas, visión borrosa, debilidad general, dolor en el cuero cabelludo y gran distensión estomacal. El gusto es amargo, hay anorexia, intolerancia a la leche y a la fruta, diarrea y fuerte debilidad. Empeoran con las corrientes de aire y mejoran con el calor. Hay fiebre que oscila durante el día, palidez amarillenta, sudoración, debilidad, ansiedad, falta de ánimo, cefaleas y somnolencia. También dolores faciales, permanencia prolongada de los alimentos, gases, diarreas después de comer, vértigos y depresiones.

**Tratamiento:**En casos agudos se administrará la dosis cada seis horas e incluso cada diez minutos si hay hemorragias. Se tratarán el meteorismo, las diarreas indoloras y la convalecencia de enfermedades con fiebre. En las inflamaciones de la mucosa gástrica, pérdidas de sangre, convalecencia de enfermedades, enflaquecimiento de brazos y piernas, dolores que se agravan con el contacto y neuralgias faciales.

**COCCULUS** *Coca de Levante, Anamirta Cocculus* **Patogenesia:**Es un tóxico espasmógeno con acción en el tronco encefálico. Actúa sobre el sistema nervioso central, el sistema simpático, los nervios periféricos, el tracto gastrointestinal y el

útero.

**Características de la enfermedad:** Debilidad con agitación, agotamiento, depresión profunda, meteorismo, cólicos, hormigueo en las manos, vómitos al levantar la cabeza, sensación de vacío y síntomas que van de un lado a otro del cuerpo.

**Tratamiento:** Especialmente vértigos, mareos en viajes, vómitos incontrolados y lipotimias por cambios posturales. También en cosquilleos en manos y pies, sordera por cambio de presión, zumbidos de oído y migrañas por cambio de altitud. Igualmente en convulsiones epilépticas, parálisis parciales y menstruaciones dolorosas. Todos los síntomas empeoran en los viajes.

## DULCAMARA

*Solanum dulcamara*

**Patogenesia:**

Actúa sobre la vejiga, riñones, vías respiratorias, piel, sistema nervioso central y músculos.

**Características de la enfermedad:**

Hay irritación renal, úlceras bucales, inquietud, delirio, saliva viscosa, estornudos secos, y accesos de cólera.

Se dan igualmente cólicos, vómitos y diarreas acuosas, síntomas que se agravan con la humedad, el frío y que mejoran con el calor. **Tratamiento:**

Se emplea para el reumatismo ocasionado por humedad o frío, lo mismo que para las afecciones de las vías urinarias.

Es eficaz en la orina turbia y de intenso olor, en el herpes, el eccema húmedo y en la diarrea estival.

## GELSEMIUM

*Gelsemium sempervirens*

**Patogenesia:**

Actúa sobre los músculos oculares, el corazón, los órganos sexuales femeninos y el tracto intestinal.

**Características de la enfermedad:**

Hay cansancio general, dolor occipital, fiebre con escalofríos, sensación de calor en la cabeza y cara, intensa cefalea y dilatación de la pupila, síntomas que se agravan con el calor, el sol, el miedo y el tabaco, aunque mejoran orinando.

Habitualmente se dan trastornos visuales, dilatación de la pupila,

estrabismo y caída del párpado superior.

Se emplea en gripes, cefaleas paroxísticas, estrabismo, miopía progresiva, parálisis del músculo ocular y neuralgias en la parte posterior de la cabeza. También en meningitis, histerias, menstruaciones dolorosas y parálisis de las extremidades. Tiene efectos antipiréticos y tranquilizantes.

**GRAPHITES** *Carbón mineral* **Patogenesia:** Altera las funciones genitales de ambos sexos, disminuyendo la libido en el hombre. Hay erupciones ecematosas, flatulencia, hemorragias, sofocos, problemas venosos y anemia.

**Características de la enfermedad:** Afecta principalmente a personas obesas, con abdomen hinchado, anémicos y mujeres con menopausia. Los sujetos tienen la piel seca, están tristes y hay frecuentes erupciones cutáneas a nivel de la oreja, párpados, genitales y cuero cabelludo. Son habituales las verrugas, el estreñimiento, las hemorroides, las fístulas anales y un aspecto pálido que indica anemia.

En la mujer se le retrasan las reglas, hay picores vulvares, y el hombre no llega al orgasmo aunque sienta placer sexual. Mejoran al pasear al aire libre y empeoran con el frío.

#### **Tratamiento:**

Es adecuada para el aumento en la secreción sebácea, la descamación de la piel, la psoriasis, alopecia, orzuelos y piel seca. También en los dolores umbilicales, el estreñimiento crónico y enfermedades del colon. En la piel áspera, las estrías, las costras en los párpados y pestañas, la leucorrea, las grietas del pezón, el abdomen abultado. Los síntomas mejoran al caminar al aire libre, con las bebidas calientes y al abrigarse y empeoran en los lugares ruidosos.

En las afecciones dérmicas se darán dos dosis al día durante dos meses, lo mismo que en los trastornos de la menopausia

#### **HEPAR SULFUR**

*Sulfuro de calcio*

#### **Patogenesia:**

Hay hipersensibilidad al dolor y al aire frío, y se producen supuraciones con fuerte olor rancio, con inflamaciones en piel, mucosa respiratoria, laringe y amígdalas. Se obtiene de la flor de azufre. **Características de la enfermedad:**

Los enfermos están irritados, coléricos y su piel es extremadamente delicada

al tacto y al frío. Suelen declararse forúnculos, úlceras y eczemas, así como nariz obstruida, laringitis, hipertrofia de amígdalas y adenopatías cervicales.

Extremadamente frioleros, sensibles psíquicamente, con ataques de rabia, hipocondríacos, se ofenden con facilidad y están ansiosos por las noches. Les apetece el vinagre y el calor, empeorando con las bebidas frías y las corrientes de aire. Hay hipersensibilidad al dolor, decaimiento, mal humor, tristeza, dolores punzantes, sensación de tener una astilla en la garganta, dolor de hambre, imposibilidad de llevar cinturón, tos seca, crepitación en el oído.

**Tratamiento:** En los problemas de garganta se administrará cada seis horas a la 15 CH. La misma dilución es adecuada en otitis y supuraciones agudas, empleando las dosis de 5 CH solamente para favorecer la supuración en caso necesario. Posteriormente se seguirá con la dosis altas que reabsorberán los exudados.

También es adecuada en las sinusitis, amigdalitis supuradas, pielonefritis, conjuntivitis, edemas, inflamaciones de los párpados y de la conjuntiva. En el mal olor corporal, y en general, en los problemas de piel crónicos y recurrentes.

#### **IGNATIA AMARA *Haba de San Ignacio* Patogenesis:**

Hay una gran sensibilidad a los problemas, la cual abarca a todos los órganos, así como espasmos y disfunciones orgánicas en general.

De las semillas maduras se extrae la estrocnina. **Características de la enfermedad:** Predominan las alteraciones emocionales como tristeza, aprensión, llanto, suspiros y cambios de humor que terminan en cólera. La emotividad alterada genera intolerancia a los olores, el dolor y las contrariedades. Hay bulimia, tos espasmódica que no cesa, dolor de garganta al comer, náuseas, dolor de cabeza, tics faciales y de párpados. Tendencia a la auto-recriminación, a la contradicción en su comportamiento y a los rasgos histéricos. Sus dolores de cabeza y náuseas mejoran al inclinarse, tiene sensación de un cuerpo extraño en la garganta, manifiesta sentir un clavo en su cabeza que desaparece al orinar, y suelen acusar hemorroides punzantes.

**Empeoran hacia media mañana y sienten una gran debilidad, no necesitando consuelo aunque sí distracciones y calor. Afecta más a las mujeres de pelo oscuro y a los niños.**

**Tratamiento:** Es adecuado sobre todo en los problemas emocionales que

produzcan tensión, deseos contradictorios, conflictos familiares o laborales, así como en aquellos que generen angustia en el sujeto.

Es eficaz en los problemas depresivos intensos, en los cuales suele bastar con una dosis semanal a la 30 CH, y en las crisis de histeria y angustia en la que se administrará una dosis por la mañana a la 9 CH.

Puede ser adecuado en las depresiones, melancolía, migrañas punzantes, úlceras gastroduodenales, contracciones uterinas y hemorroides.

### **IPECACUANA**

*Raíz de Uragoga ipecacuanha, Cephaelis ipecacuanha*

**Patogenia:** Alteraciones en la mucosa del aparato digestivo con vómitos, diarreas y náuseas.

Hay inflamaciones respiratorias con disnea, asma, tos espasmódica e incluso vómitos de sangre.

#### **Características de la enfermedad:**

La tos suele ir acompañada de náuseas y vómitos, es agobiante y en las crisis la cara se pone cianótica, declarándose, además, una fuerte disnea con expulsiones de sangre en los accesos de tos.

Los trastornos se acompañan con abundante salivación, vómitos al comer con sensación de asco, cólicos, ausencia de sed y expulsión de flemas. Los síntomas se agravan por la tarde y noche, y hay transpiración en la frente, náuseas, diarreas fermentativas, intolerancia a las grasas, a la fruta y a los helados, lagrimeo intenso y fotofobia.

#### **Tratamiento:**

La posología es de dos a cinco veces al día en las náuseas de embarazada, las diarreas, las indigestiones y las heces hemorrágicas.

También se empleará en la tos que produzca vómitos, en las bronquitis, el asma y la tosferina grave, así como en la fiebre del heno, cefaleas paroxísticas, disentería y conjuntivitis. **KALIUM BICROMICUM** *Bicromato Potásico*

#### **Patogenia:**

Afecta a la piel provocando erupciones y ulceraciones profundas, a las vías respiratorias superiores, y a las articulaciones.

Se obtiene a partir del mineral de cromo. **Características de la**

**enfermedad:** Se da en personas gruesas y se declara de manera brusca en forma de dolores punzantes, cambiantes y de forma periódica. Hay aftas bucales, alteraciones del paladar, sensación de tener algo en la lengua, acidez gástrica con sensación de plenitud, alternándose con diarreas y gastralgias.

**Mejora con el calor y empeora de madrugada, especialmente con frío y con el movimiento.** También hay problemas reumáticos, ciática, dolores en los talones y es normal que aparezcan erupciones muy intensas, pápulas y costras en los niños, así como diversos tipos de ulceraciones. A nivel respiratorio hay coriza, moco espeso que forma costras y tos violenta de madrugada.

**Tratamiento:** Es eficaz en las patologías de vías respiratorias altas, incluida la amigdalitis, en las lumbalgias, ciática y tendinitis, en las afecciones de piel que cursen con eczemas, úlceras y varicosas, así como en los trastornos de la mujer tipo leucorrea o metritis.

En las úlceras gástricas y las gastralgias se administrará la dosis antes de las comidas. El Kalium bromatum (bromuro de potasio) se empleará en los estados maníacodepresivos, la epilepsia, ataxias, diseña paroxística, impotencia, asma y exceso de secreción grasa.

El Kalium carbonicum (carbonato de potasio) en el agotamiento posinfeccioso, los edemas, amenorreas, dispepsia, incontinencia urinaria y ciática. El Kalium chloratum (cloruro de potasio) en las afecciones de oído, conjuntivitis, inflamación de los ganglios linfáticos, derrames sinoviales, alteraciones del ojo y conjuntiva, infecciones por Cándida, mucosidad viscosa blanca, leucorrea y neumonía.

El Kalium phosphoricum (dihidrogenofosfato de potasio) en el agotamiento, el insomnio, depresiones, alteraciones mentales y problemas gástricos nerviosos. Es una sal que fortalece el organismo y los nervios, siendo adecuada para la pereza, la hiperactividad mental, el insomnio y la depresión, así como para el sonambulismo y los terrores nocturnos.

En todas las enfermedades con excitación, preocupación, en el estrés, los miedos, la irritabilidad y la aversión a estar en compañía. En la espalda dolorida, los dolores de la nuca, la sensación de vacío en el estómago y las irregularidades en el período.

Suelen ser personas que sudan mucho y que empeoran tras los esfuerzos,

mejorando con el calor, el descanso y la alimentación. El Kalium sulfuricum (sulfato de potasio) en las otitis, bronquitis, laringitis, nefritis y leucorreas. Se encuentra en las capas externas de la piel y proporciona oxígeno a las células de la piel y las mucosas.

Es adecuado en la ansiedad, tristeza y ansiedad, en personas que padecen resfriados y tos con mucosidad, psoriasis y granos. La piel suele estar amarillenta, hay sensaciones alternas de frío y calor, cansancio, síntomas que moran con el aire frío.

### **LACHESIS MUTUS**

*Veneno de serpiente surucucú*

#### **Patogenesis:**

Su acción es preferentemente sobre el sistema nervioso provocando trastornos vasomotores, trastornos sensitivos, excitación seguida de depresión, disminución de la función respiratoria y cardiaca, así como hemorragias con cianosis de piel y mucosas.

**Características de la enfermedad:** La encontramos en personas obesas, con mejillas sanguíneas y que tienen un carácter muy cambiante en el que no faltan la desconfianza, los celos y la depresión. Son orgullosos, vengativos, vanidosos, desconfiados y sueñan frecuentemente con su muerte. No toleran la ropa ajustada, tienen la lengua seca, temblona, y padecen frecuentemente amigdalitis y faringitis. También se dan en personas delgadas, depresivas y agotadas.

Suelen ser grandes bebedores, padecen sinusitis, oleadas de calor en el rostro, dolores de cabeza, hipertensión arterial y varices o hemorroides. Son frecuentes también las úlceras cutáneas. **Las mujeres padecen frecuentes problemas en los ovarios, tienen reglas irregulares, dolorosas, aunque mejoran de sus molestias una vez que se declara el período.**

Ambos empeoran con el calor, los días de sol y al despertar, mientras que mejoran al aire libre y con ambientes primaverales. No toleran los vestidos, el contacto personal, pero gustan del movimiento y suelen ser locuaces.

**Tratamiento:** Indicado en alcoholismo y sus secuelas de trastornos gástricos, así como en el coma etílico, en el cual se dará 30 CH cada seis horas. En flemones, amigdalitis, lesiones de los capilares, septicemia e hipertiroidismo.

En los trastornos del carácter, celos o envidias acusadas, se administrarán 15

CH una vez al día y en la menopausia y las dismenorreas, así como en los sofocos, las varices y las migrañas, 9 CH en días alternos.

### LYCOPODIUM CLAVATUM

#### *Pie de lobo Patogenesis:*

Actúa sobre la mayoría de las funciones y órganos humanos, especialmente hígado y vías respiratorias superiores.

#### **Características de la enfermedad:**

Se da en personas delgadas, de tórax poco desarrollado, con piernas delgadas y rostro envejecido. Suelen ser inteligentes, vivaces, anoréxicos, cerebralmente activos y con frecuentes dolores de cabeza. Su inteligencia ágil les hace ser malhumorados, autoritarios y despreciativos, aunque en el fondo no tienen confianza en sí mismos.

Se les considera antisociales, hipersensibles y con tendencia fácil al llanto y a la misantropía.

Les gustan los dulces y aunque tienen hambre enseguida se hartan con pocos bocados. Padecen frecuentemente hinchazón estomacal, malas digestiones, estreñimientos y dolores hepáticos.

Por la noche se les reseca la nariz, se les inflaman con frecuencia la amígdala derecha y su piel está arrugada y con el cabello gris prematuramente. Les huele el sudor casi siempre, no soportan a su familia, especialmente a los niños, padecen con frecuencia arenillas renales, enuresis cuando son niños, e impotencia de adultos.

Las mujeres suelen tener la vagina reseca y con varices, mejorando ambos con el movimiento, el aire fresco y los alimentos calientes. Se sienten peor por la tarde, al levantarse y con el calor.

**Tratamiento:** De aplicación en la litiasis renal, la prostatitis, la impotencia, falta de libido, la vaginitis, así como en la psoriasis, las úlceras duodenales, las afecciones hepatobiliares, la anorexia y el exceso de colesterol.

También en varices, úlceras varicosas relacionadas con el hígado y tumefacción de ganglios linfáticos.

**En los niños es muy eficaz en los vómitos por acetonemia y en la enuresis.** En los casos crónicos se dará una dosis cada quince días y en los demás una dosis de 5 CH al levantarse y al acostarse.

**MERCURIUS** *Metal de mercurio*

## **Patogenesia:**

Tóxico muy energético que produce, entre otros males: lesiones de la mucosa bucal con estomatitis, úlceras y encías blandas, lengua hinchada y saburral, sed intensa con sialorrea, parotiditis y fiebre con escalofríos y temblores.

También daña al sistema digestivo provocando vómitos y diarreas, al riñón produciendo hematurias, albuminuria y anuria, llegando a generar un fallo renal total. Hay abundante sudoración, palidez, anemia, grandes úlceras y fetidez de aliento.

## **Características de la enfermedad:**

La encontramos en personas débiles, sudorosas y que tienen excreciones irritantes, corrosivas y olorosas, al mismo tiempo que dolores punzantes en los huesos.

Empeoran con el sudor, por la noche y cuando hay temperaturas altas, teniendo asco a la carne. Les gusta la leche, el calor moderado y seco y padecen deseos incontrolables de orinar, aunque lo que expulsan es escaso y oscuro. Las mujeres padecen leucorrea y los hombres uretritis, y ambos aliento fétido, garganta enrojecida y expulsan heces verdosas.

Las personas son frioleras, débiles, inquietas, descontentas y suspicaces. Hay resfriados frecuentes, estornudos al exponerse al sol, dolor de oídos, dolores punzantes por las noches, lengua sucia, mal aliento, exceso de saliva y sed intensa.

**Tratamiento:** En los problemas de garganta como amigdalitis, gingivitis, paperas y estomatitis, administrar 15 CH cuatro veces al día.

En las afecciones urinarias y genitales la misma dosis a la 9 CH y en los trastornos emocionales bastará una dosis semanal a la 30 CH.

El **Mercurius iodatus** se empleará en las amigdalitis, inflamaciones de ovarios y trompas, exceso de saliva, dientes flojos, otitis, diarreas sanguinolentas, enuresis, inquietud, insomnio, sudoración excesiva nocturna, sensibilidad al frío y al lecho caliente y lengua saburral.

El **Mercurius solubilis** (aminodonitrato de mercurio) en la patología bucal en general, amigdalitis, otitis media, inflamaciones de ojos y párpados, inflamación de la cápsula sinovial y ovaritis.

Se empleará en los escalofríos, el exceso de sudor y cuando la enfermedad

mejore con el reposo y el tiempo suave. Empeoran por la noche, con el calor de la cama, al tumbarse sobre el lado derecho, al sudar y con la humedad.

El **Mercurius corrosivus** (cloruro de mercurio) es adecuado en las inflamaciones e infecciones del intestino grueso, mucosa bucal, así como en la psicosis.

#### **NATRIUM MURIATICUM *Sal marina sin refinar* Patogenesia:**

Produce sequedad de mucosas, aumento del moco, deshidratación y dificulta la asimilación de los nutrientes. Hay debilidad, depresión y aspecto aceitoso de la piel.

#### **Características de la enfermedad:**

Nos encontramos con personas delgadas, de piel amarillenta, con acné en los jóvenes, con labios resecaos y grietas en las comisuras labiales. La persona tiene buen apetito, mucha sed y cambia de humor con facilidad, eligiendo casi siempre la soledad como alternativa más cómoda. Suele estar triste, llora con facilidad, es melancólico y tiene frecuentes dolores de cabeza.

Se encuentra peor a orillas del mar, con el calor y a las diez de la mañana. Le gustan los alimentos salados y esto le genera sequedad de mucosas y sed muy fuerte. Se decepciona sentimentalmente con facilidad, cae en depresiones rápidas, y con frecuencia su piel está marcada por verrugas, herpes y eczemas.

Tiene la zona que rodea a las uñas despellejada y mejora con el aire libre. Tendencia al llanto, a la melancolía, la indiferencia por la familia y se encuentra frecuentemente cansado. Existen estornudos crónicos con hemorragias nasales, inflamaciones articulares, pérdida del olfato y el gusto, enfermedades de las vías respiratorias superiores, urticarias, prurito en la palma de la mano, en el dorso y en la planta del pie y herpes labial.

**Tratamiento:** Es eficaz en la astenia, adelgazamiento, las depresiones, los problemas escolares y las desilusiones sentimentales. También en las deshidrataciones, en el estreñimiento, las alergias primaverales, el asma y el dolor de cabeza por estudios.

En las afecciones hepáticas e intestinales crónicas, la cefalea, tuberculosis cutánea, menstruaciones escasas, hipertiroidismo y ataques de gota con náuseas.

Remedio adecuado en las verrugas de las manos y el acné juvenil. La dosis puede bastar con 30 CH una vez por semana. El **Natrium carbonicum** (carbonato de sodio) se aplicará en las cefaleas crónicas, afecciones nerviosas que empeoran con los cambios meteorológicos, inflamaciones de la parte inferior de la nariz y trastornos digestivos de origen nervioso.

El **Natrium choleinicum** (coleinato de sodio) en las afecciones intestinales crónicas que coinciden con afecciones hepáticas, la ictericia y la cirrosis hepática. El **Natrium phosphoricum** (monohidrogenofosfato) en la insuficiencia digestiva, pirosis, acidez gástrica y dificultad en la digestión de carbohidratos. Se encuentra en todos los tejidos y controla la digestión de las grasas y los ácidos.

Hay agotamiento nervioso, apatía e indiferencia, nerviosismo por la noche, dolor de cabeza en la frente, acidez estomacal y tensión nerviosa.

Se emplea en los cólicos de vesícula, eructos, lengua pastosa y amarillenta y picores en la piel.

El **Natrium sulfuricum** (sulfato de sodio) en las afecciones hepatobiliares, las diarreas hepáticas alternadas con estreñimiento y en la gota.

Es una sal imprescindible para el equilibrio hídrico del organismo, para la función renal y para eliminar el exceso de agua.

El cuadro incluye melancolía, tristeza, cansancio de vivir, sensibilidad al ruido y aversión a la luz. Se emplea en los dolores intensos de la parte superior de la cabeza, el vértigo, el sabor amargo en la boca, las ventosidades, la indigestión frecuente, el abdomen hinchado, el asma ruidosa, y cuando los síntomas empeoran con el tiempo húmedo y por la noche.

**NUX VOMICA** *Strychnos nux-vomica* **Patogenesis:** Suele alterar la sensibilidad a la luz, el ruido y el frío, y genera personas impacientes, irritables, coléricas cuando se les contradice, mucho más acentuadas en personas con responsabilidades laborales, hombres de negocios e impacientes crónicos.

**Características de la enfermedad:** Hay una hipersensibilidad a casi todo, incluido los olores. Por ello el individuo afectado está casi siempre irascible, con deseos de polémica, de mal humor al despertarse y con sueño después de comer. Le sienta mal el café, el frío, el tabaco y los estimulantes, aunque los toma con frecuencia para aguantar la lucha diaria y solamente se sienten aliviados con el sueño, el cual es agitado y solamente es profundo casi al amanecer, cuando apenas

le quedan unos minutos para levantarse.

Con lengua saburral, repugnancia por el pan y deseos de platos muy condimentados, se sienten incapaces de trabajar después de comer, a no ser que duerman una pequeña siesta.

Todo ello les produce trastornos hepáticos, estreñimiento, hemorroides y estornudos frecuentes al levantarse. También padecen dolores lumbares y fiebres con escalofríos de naturaleza imprecisa.

La posología puede ser de la 5 CH en los casos locales y de la 30 CH en los casos emocionales.

**Tratamiento:**

Emociones intensas que ocasionan náuseas y vómitos o jaquecas. Inflamaciones del aparato digestivo, especialmente ocasionadas por el alcohol, estreñimiento pertinaz, hemorroides dolorosas, dismenorreas y ciática.

**PHOSPHORUS *Fósforo blanco* Patogenesis:**

Este compuesto afecta especialmente al hígado y en menor medida a los pulmones y riñones, aunque al final es el corazón el más sensible.

**Características de la enfermedad:** Suele darse en personas de aspecto enfermizo, delgados, con abdomen pequeño, de piel pálida y muy sensibles a todas las notas discordantes.

Son ansiosos, con miedo a la soledad, las tormentas y la muerte y por ello buscan desesperadamente compañía, aunque su pasión es tan fugaz como su entusiasmo. Tienen ansiedad por el futuro, tristeza, depresiones, hiperexcitabilidad y gran inquietud. Son frecuentes los trastornos visuales, la fotofobia y el lagrimeo, las encías sangran con facilidad, tos seca que se agudiza al hablar, ronquera, lengua blanca, meteorismo, fiebre con ausencia de sed y la mayoría de los síntomas van acompañados por sensación de intenso calor.

Mejoran con el calor, el sueño y suelen tener las manos ardiendo, jaquecas, vértigos al llegar a la vejez, y es frecuente que tengan la mucosa faríngea en carne viva. Empeoran con el frío, acostados del lado izquierdo, al correr y con el trabajo intelectual, aliviándose sus dolores de cabeza al apretarse la frente con la mano fría.

Les gusta la sal, los alimentos fríos, tienen mucha sed y les repugna la carne,

la leche y las ostras.

Mejoran con el descanso, el sueño y el calor, aunque empeoran por las tardes y las noches.

**Tratamiento:**

Especialmente indicado en las afecciones hepáticas graves, incluida la cirrosis, con dosis de 15 CH en ayunas. También es adecuada en las hemorragias de cualquier tipo y localización, las quirúrgicas (también como prevención) y las metrorragias.

Eficaz en los problemas pulmonares con fiebre alta, en la tos seca sin expectoración, en las nefritis agudas, en la hipertensión arterial, los fallos cardiacos y los accidentes vasculares cerebrales. Eficaz en la tuberculosis, el raquitismo, el hipertiroidismo y las caries, así como en las inflamaciones de los tendones, la descalcificación y las atrofas musculares después de accidentes.

En los vértigos de los ancianos emplearemos la 15 CH una vez a la semana, en la hipersensibilidad nerviosa la misma dosis, y en las hemorragias una dosis cada seis horas a la 9 CH.

**POUMON HISTAMINE *Pulmón e histamina***

**Características de la enfermedad:**

Alergias intensas que afectan especialmente a las vías respiratorias bajas, con asma nocturna.

**Tratamiento:** 5 gránulos a la 15 CH, preferentemente de noche o cuando se está expuesto a una gran cantidad de sustancias alergénicas.

**PULSATILLA *Pulsatilla pratensis, Anémone pulsátil***

**Patogenesia:**

Hay alteraciones en las mucosas y en el sistema venoso de las extremidades. Afecta a la hipófisis, útero, hígado, vesícula biliar, mucosas, vena porta y sistema venoso.

**Características de la enfermedad:** Se da en personas rubias y de ojos azules que padecen con frecuencia estancamientos venosos en manos y pies. Tienen tendencia al llanto, aunque pasan de ese estado a la euforia. Son de carácter suave, resignados, aunque se sienten heridos con facilidad y buscan consuelo enseguida.

Les gusta el aire libre fresco, los alimentos naturales, así como moverse en el campo. Pierden con frecuencia el gusto y el olfato, tienen la nariz seca por la noche y húmeda por la mañana, la boca seca sin sed, dolores diversos con escalofríos que

cambian con rapidez, mal sabor por las mañanas, digestiones lentas, acidez gástrica y en la piel son frecuentes los sabañones y las úlceras varicosas.

Empeoran con el calor, el reposo y comiendo tocino, mantequilla y otras grasas saturadas. Les apetece mucho el vinagre, los pepinillos y los platos fríos, lo que les produce frecuentemente diarreas.

No le gustan las relaciones de pareja a pesar de tener un fuerte deseo sexual y los varones es normal que tengan orquitis, mientras que las mujeres padecen amenorreas, leucorreas y flujo negro.

Es frecuente en mujeres rubias, tímidas, dulces, hipersensibles y con tendencia a la depresión y al llanto, que son frioleras y se les adelanta la menstruación.

**Tratamiento:** Podemos tratar los trastornos digestivos derivados del consumo de grasas animales y helados, las otitis purulentas, las corizas primaverales o crónicas, las varices y sabañones, así como las depresiones por falta de compañía familiar.

También las orquitis producidas por las paperas y los trastornos de la menstruación que cursen con flujos anormales. Igualmente es eficaz en el infantilismo, la esterilidad, la menopausia, las afecciones hepatobiliares, la diarrea aguda con vómitos, los moratones y las inflamaciones de los párpados y conjuntiva.

#### **RHUS TOXICODENDRON** *Zumaque venenoso*

##### **Patogenesis:**

Alteraciones fibrosas en tendones, ligamentos y aponeurosis que provocan rigideces. Hay edemas y erupciones, así como depresión nerviosa.

**Características de la enfermedad:** Hay entumecimiento general, con agujetas y sensación de rigidez que empeora con la humedad, el frío y la inmovilización. El dolor continúa unos minutos después de iniciado el movimiento y se agudiza en caso de esfuerzos musculares. Las ciáticas que aparecen son especialmente dolorosas en todo el recorrido del nervio, aunque también mejoran con el movimiento.

A nivel cutáneo aparecen unas pequeñas erupciones, transparentes, que no mejoran al rascarse. Hay ronquera, fiebre, sequedad de boca, sed muy intensa y

diarreas con flemas y sangre. También excitabilidad del sistema nervioso, inquietud, depresión, angustia inexpressable por la tarde y la noche, deseos de llorar y gran temor por el futuro, síntomas que mejoran con el movimiento y el calor.

A nivel general se declaran escalofríos, tos seca, sudor, herpes bucal y un estado de estupor con agitación y dolores. Hay dolores reumáticos, de nuca y espalda, en tendones, lumbalgias, trastornos cardiacos y fiebre.

**Tratamiento:**Dilución a la 9 CH varias veces al día en reumatismos, esguinces, luxaciones y fatiga muscular por excesos deportivos. También en los reumatismos inducidos por la humedad.

Trataremos también los problemas de piel como la dermatosis, el herpes, el acné y la conjuntivitis, así como la gripe y la fiebre tifoidea.

Es eficaz en la tortícolis, neuralgias, vesículas en la piel, luxaciones y alteraciones del carácter que cursen con depresión y ansiedad.**SEPIA**

*Tinta de sepia*

**Patogenesia:**

Acción sobre el sistema venoso, el hígado y el tejido conjuntivo. **Características de la enfermedad:**

Se encuentra en mujeres delgadas, morenas, asténicas y con manchas en la cara.

Son depresivas, hipocondríacas, no les gusta las relaciones sexuales, no se apasionan por nada y caen en la depresión y el llanto.

El coito les resulta doloroso por la sequedad vaginal, tienen retrasos menstruales, frecuentes ganas de orinar y deseos de tomar vinagre y platos de fuerte sabor.

Mejoran con el ejercicio, teniendo las piernas en alto y se sienten mal al levantarse y al acostarse, así como en tiempo frío. Padecen de dolores de espaldas, hinchazón abdominal, estreñimiento, hemorroides muy dolorosas, pesadez en bajo vientre y útero y es frecuente que tengan manchas en la cara, erupciones vesiculosas en boca y mentón y psoriasis.

**Tratamiento:**Eficaz en las hepatopatías, el estreñimiento y las hemorroides, así como en los trastornos del período y la menopausia. En las manchas de piel emplearemos 5 CH dos veces al día, en la leucorrea irritativa 9 CH tres veces a la semana y en los problemas psíquicos 30 CH una vez a la semana.

## **SILICEA *Sílice* Patogenesisia:**

Afecta al desarrollo en general y al óseo en particular, al sistema nervioso y a los ganglios linfáticos. Es una sal tisular que se encuentra en la sangre, pelo, uñas y piel.

**Características de la enfermedad:** Son personas delgadas, débiles, malnutridas y muy sensibles al frío, que tienen fragilidad capilar, manchas blancas en las uñas, sudor fuerte en los pies y poca fortaleza ligamentosa. Suelen ser niños de vientre abultado, con frente amplia, mirada vivaz y con ganglios linfáticos siempre abultados.

Nerviosos, irritables, tímidos, miedosos y con poca confianza en sí mismos, padecen crisis de ansiedad. Su crecimiento es lento, alas fontanelas cierran mal, tienen poca confianza en sí mismos, son tercos, ansiosos, irritables, sensibles al frío y se cansan de todo, pero no gustan que les consuelen.

Hay dolor de cabeza que llega hasta el ojo derecho, como si la cabeza fuera a explotar, nariz obstruida, pérdida del olfato, estreñimiento y menstruaciones muy intensas.

Les afecta especialmente el frío el cual penetra hasta los huesos y les produce sensaciones dolorosas. Son niños con poca energía, delgados y raquíuticos, con las fontanelas abiertas más tiempo del normal, los cuales tardan mucho en aprender a caminar.

Les afecta mucho la vacunación, no les gusta la leche de la madre y mejoran con el calor y el tiempo seco.

Tienen la piel pálida, con facilidad para las heridas y la supuración, siendo habitual las otitis, sinusitis, los pies húmedos y las uñas frágiles. Su carácter es de ideas fijas, muy miedosos, se agotan enseguida y aunque son eficaces en el trabajo nunca se sienten satisfechos.

Aunque inteligentes tienen dificultad en concentrarse en los estudios y su gran cansancio psíquico les impide estudiar lo suficiente.

Las mujeres padecen estreñimiento antes y después de la menstruación y se agotan mucho durante el coito, padeciendo, además, cefaleas en la nuca y en el ojo derecho.

Tienen oleadas de frío durante los días del período. **Tratamiento:** Para casos de raquitismo y poco desarrollo óseo y dental se empleará 9 CH dos veces al día y

si hay parásitos intestinales otra dosis de 15 CH los domingos, lo mismo que antes de las vacunaciones. En la tendencia al enfriamiento y las infecciones invernales, así como en el aumento de los ganglios linfáticos, 9 CH dos veces al día.

Para mejorar el carácter y el rendimiento escolar, lo mismo que para corregir el miedo y la timidez, 15 CH una vez por semana. En las afecciones de piel, uñas y fístulas 9 CH una vez al día y posteriormente 15 CH en días alternos.

También en los pies helados y sudorosos, las paperas, los forúnculos y el acné. **SULFUR** *Azufre*

**Patogenesis:**

Actúa sobre la piel, tejido conjuntivo y cartílagos, a nivel hepático, regulación del colesterol, coagulación sanguínea y circulación venosa y arterial.

**Características de la enfermedad:** Se da en personas optimistas, muy activas y que padecen problemas de piel como eczemas, pústulas, herpes, picores y frecuentemente orzuelos. Hay alergias respiratorias con asma, inflamaciones de la mucosa digestiva que cursa con diarreas nocturnas, reumatismos, gota y picores en ano y vulva.

Son grandes consumidores de dulces lo que les ocasiona parásitos intestinales frecuentes, incluso a nivel de piel, mejoran con la expulsión de las heces, con el sudor y con el movimiento, empeorando con la inmovilidad, el agua, la cama caliente y al despertarse.

**Tratamiento:** La posología debe aumentarse cada día, pasando de la 5 CH a la 30 CH, especialmente en las afecciones de piel como psoriasis, alergias, urticaria, eczema y acné, las cuales mejoran mucho con el frío.

También es eficaz en el asma, la fiebre del heno, la artritis y la gota, lo mismo que en la obesidad, el exceso de urea y colesterol. Eficaz en la arteriosclerosis, la hipertensión arterial, las varices y hemorroides, las hepatopatías, las migrañas y la enuresis.

**THUYA** *Thuja officinalis*

**Patogenesis:**

Actúa especialmente a nivel de piel y en menor proporción en genitales, vías urinarias, sistema nervioso y ganglios linfáticos.

**Características de la enfermedad:**

Suelen ser personas fuertes, de piel grasa, déspotas y agitados, además de

muy sensibles al frío y la humedad. Con frecuencia caen en paranoias, alucinaciones y obsesiones, siendo los candidatos más fáciles para embaucadores psíquicos.

Sudan con facilidad, tienen verrugas, pólipos y condilomas, así como inflamaciones genitales y vegetaciones. Las mujeres acusan leucorrea, vaginitis extrema que impide el coito, dolores de ovarios, menstruaciones dolorosas e hirsutismo. Hay neuralgias fuertes, aversión a la cebolla y al té, grasa alrededor de la nariz, pelo seco y quebradizo, piel sensible en el tórax, uñas quebradizas, estrías y piel con poros dilatados.

**Tratamiento:** Es el tratamiento de elección en las verrugas (9 CH una vez al día), en los papilomas, condilomas, acné juvenil y rosácea, seborrea, caspa, alopecia, quistes, pólipos y fibromas.

También en hipertrofia de próstata, infecciones urinarias, neuralgias, obsesiones, psicosis, intolerancia a las vacunaciones, anticonceptivos y antibióticos, así como en la obesidad y la celulitis.

## 10. REMEDIOS VEGETALES

De aplicación milenaria en la medicina natural, se han incorporado a la homeopatía en un lugar de privilegio ya que unen a su gran experiencia en millones de personas su inocuidad, mucho más acentuada al emplearse ahora diluidas y dinamizadas.

Mientras que en su preparación estándar en forma de tintura o extracto contienen una proporción importante de alcohol que obliga a emplearlas con precaución en niños y ciertos enfermos, gracias a la dilución homeopática el contenido alcohólico se emplea a tan bajas concentraciones que garantiza su inocuidad.

La posología es de 30 gotas en adultos y 15 en niños, siempre una hora antes de las comidas y dejándolas absorber en parte debajo de la lengua durante un minuto antes de tragarlas.

Para calcular la dosis en niños muy pequeños podemos tomar como referencia dar 1 gota por kilogramo de peso.

Estos son los remedios vegetales más utilizados y su primera dilución no tóxica:  
**ABRÓTANO** *Artemisia abrotanum* DH2

**Enfermedades:**

Menstruaciones dolorosas, digestiones pesadas, úlceras gastroduodenales, parásitos intestinales y neoplasias digestivas.

**ADONIS**

*Adonis vernalis* DH3

**Enfermedades:** Regulador de las funciones cardíacas en casos de insuficiencia, hipertrofia, asma y disneas. Hipertensor y diurético.

Insuficiencia vascular, edemas de origen cardio-renales.

**AGRIMONIA** *Agrimonia eupatoria* DH2

**Enfermedades:** Obesidad, asma, diabetes y albuminuria. Diarreas y disentería. Litiasis renal y albuminuria. Hemoptisis.

**AJENJO** *Artemisia absinthium* DH2

**Enfermedades:**

Antiepiléptico moderado. Trastornos hepático biliares con inapetencia y anemia. Atonía digestiva, flatulencia, gastritis y espasmos. Amenorreas, fiebre intermitente y antiparasitario, especialmente para la Tenia.

## **ALCACHOFA**

Cynara scolymus DH2

### **Enfermedades:**

Especialmente en hepatopatías agudas y crónicas, insuficiencia biliar, diabetes, hipercolesterolemia, cirrosis hepática y anorexias.

## **ALHOLVA Trigonella foenum-graecum DH2 Enfermedades:**

Adelgazamiento, poco desarrollo muscular, decaimiento y astenia, convalecencia, anemia o raquitismo. Tuberculosis, diabetes y gota.**AMAPOLA**  
Papaver rhoeas DH2

### **Enfermedades:**

Calmante nervioso e inductor al sueño suave.

Tos espasmódica nocturna, bronquitis, neumonía y pleuresías. Fiebres eruptivas en la infancia.

## **ANGÉLICA**

Angélica archangelica DH2

**Enfermedades:** Procesos digestivos que cursen con acidosis, aerofagia, espasmos, atonía o vómitos.

Cefaleas, vértigos, síncope y asma de origen emocional.

Anemia, disfunciones ováricas con dismenorreas e impotencia genital. **ANÍS**

## **ESTRELLADO**

Olicium verum DH2

### **Enfermedades:**

Problemas digestivos con gases, dispepsia, flatulencia y vómitos.

**ANÍS VERDE** Pimpinela anisum DH2

### **Enfermedades:**

Alteraciones digestivas con gases, vómitos, dispepsias, cólicos infantiles y jaquecas de origen gástrico.

Retrasos menstruales y dismenorreas, palpitaciones, frigidez femenina, impotencia y sensación de padecer enfermedades cardíacas. Bronquitis con abundante moco, asma y espasmos bronquiales.

## **ARÁNDANO Vaccinium mytillus DH2 Enfermedades:**

Fragilidad vascular en venas y arterias, arteriosclerosis, varices y púrpura retiniana diabética. Edemas y hemorragias en general. Mejora la visión nocturna.**ARENARIA** Arenaria rubra DH2

**Enfermedades:**

Cálculos y arenillas renales. Cistitis, cólicos renales e hiperuricemia. **ARTEMISA**  
Artemisa vulgaris DH2

**Enfermedades:**Remedio de elección en la epilepsia femenina. Lipotimias, vértigos, vómitos nerviosos e histeria. Amenorrea con anemia, neuralgias y aumento de los ganglios linfáticos. Convulsiones febriles.

**BARDANA** Artium lappa DH2 **Enfermedades:**Todas las alteraciones de la piel, ántrax, dermatosis, forúnculos, vitíligo, tiña, acné y heridas infectadas. Eficaz contra el estafilococo dorado, la sífilis y el sarampión. Enérgico contra la gota y la diabetes.

**BIZNAGA** Ammis visnaga DH2

**Enfermedades:**

Cólicos e insuficiencia arenal. Asma. Prevención y tratamiento del infarto de miocardio.

**BOLDO**

Peumus boldus DH2

**Enfermedades:**

Colecistitis, litiasis biliar, insuficiencia hepática, infecciones urinarias. **BORRAJA**  
Borrago officinalis DH2

**Enfermedades:** Gripes, edemas, oliguria, reumatismo, bronquitis crónica. Angina de pecho.

**BRUSCO** Ruscus aculeatus DH2

**Enfermedades:**

Fragilidad capilar, varices, hemorroides, flebitis y edemas en las pantorrillas. Dismenorreas, menopausia, litiasis renal y biliar, gota, uremia. Prevención de embolias.

**BUCHU PULU**

Barosma betulina DH2

**Enfermedades:** Infecciones urinarias y renales, cistitis, uretritis y prostatitis.

**CALÉNDULA**

*Calendula officinalis dh2*

**Enfermedades:** Dismenorreas y oligomenorreas. Ulceras de estómago y duodeno. Tumores malignos en útero y aparato digestivo.

**CANELA** Cinnamomon zeylanicum DH2

**Enfermedades:**

Metrorragias, leucorrea, frigidez femenina. Hipotensión, astenia, parásitos intestinales e infecciones.

### **CASTAÑO DE INDIAS**

*Aesculus hippocastanum* DH2

#### **Enfermedades:**

Insuficiencia venosa con varices y hemorroides. Varicocele, insuficiencia hepática, menopausia e hipertrofia prostática.

### **CELIDONIA**

*Chellidonium majus* DH3

#### **Enfermedades:**

Afecciones hepato-biliares, litiasis biliar. Angina de pecho, bronquitis, hipertensión, asma, parásitos intestinales. Espasmos en los párpados con neuralgias.

**CIPRÉS** *Cupressus sempervirens* DH2 **Enfermedades:** Insuficiencia venosa en general. Menopausia, dismenorreas y metrorragias. Tosferina, gripe, afonía, reumatismos. Enuresis infantil. Irritabilidad nerviosa y cuadros neoplásicos.

### **COLA DE CABALLO** *Equisetum arvense* DH2 **Enfermedades:**

Cistitis, oliguria, celulitis, albuminuria. Raquitismo, fracturas óseas, oligomenorreas. Cuadros hemorrágicos en general. Neoplasias.

### **COCLEARIA**

*Cochlearia armoracia* DH2 **Enfermedades:** Bronquitis, reumatismo, neuralgias, asma y gota.

### **CONSUELDA**

*Symphytum officinale* DH2

#### **Enfermedades:**

Artrosis, roturas óseas, traumatismos. Ulceras gástricas, enteritis, diarreas, disentería y hematuria.

### **CUASSIA AMARGA**

*Quassia amara* DH2

#### **Enfermedades:**

Anorexia, dispepsia, atonía digestiva. Insuficiencia hepática y cardíaca.

### **CULANTRILLO**

*Adiantum capillus veneris* DH2

**Enfermedades:** Bronquitis, infecciones urinarias.

**DAMIANA** *Turnera aphrodisiaca* DH2

#### **Enfermedades:**

Impotencia y frigidez. Astenia, agotamiento, hipotensión. Regulador hormonal

genital.

### **DIENTE DE LEÓN**

*Taraxacum officinalis* DH2 **Enfermedades:**

Toda la patología biliar y hepática. Colagogo y colerético. Gota, afecciones dérmicas de origen hepático. Insuficiencia urinaria.**DIGITAL**

*Digitalis purpurea* DH4

**Enfermedades:** Insuficiencia cardiaca, tensión descompensada, miocarditis, arritmias, taquicardias.

**DROSERA** *Drosera rotundifolia* DH2

**Enfermedades:**

Afecciones broncopulmonares que cursan con tos fuerte. Tuberculosis pulmonar y traqueobronquitis.

**DULCAMARA**

*Solanum dulcamara* DH4

**Enfermedades:**

Plétora sanguínea, pleuresía, bronquitis, acné, eczemas, psoriasis, forúnculos. Tosferina, neumonía y pleuresía. Cuadros neoplásicos.**ERÍSIMO**

*Erysimun officinalis* DH2

**Enfermedades:** Afonías, laringitis y faringitis. Litiasis biliar. **ESPINO BLANCO**  
*Crataegus oxyacantha* DH2

**Enfermedades:**

Tónico cardiaco de primer orden, regulador de la tensión arterial. Angina de pecho, arteriosclerosis, arritmias, palpitaciones. Gota, nefritis, hipertiroidismo.**ESTRAMONIO**

*Datura stramonium* CH4 **Enfermedades:**

Muy decisivo en el asma nocturna y la tos intensa. Agitación nerviosa con terrores nocturnos, convulsiones, alucinaciones y deliriums tremens. Epilepsia, parkinsonismo, hidrofobia. Ninfomanía.

**EUCALIPTUS** *Eucaliptus glóbulos* DH2

**Enfermedades:**

Bronquitis, gripe, asma, tos y tuberculosis pulmonar. Fiebres palúdicas, tífus, rubéola, escarlatina. Diabetes.

**FRÁNGULA** *Rhamnus frángula* DH2

**Enfermedades:**

Estreñimiento ocasional y crónico. Trastornos biliares, hemorroides y parásitos

intestinales. Celulitis y obesidad.

### **FRESNO**

*Fraxinus gotoso* DH2

#### **Enfermedades:**

Afecciones reumáticas en general. Gota, litiasis renal, arteriosclerosis. **FUMARIA**

*Fumaria officinalis* DH2

#### **Enfermedades:**

Como depurativo general. Alteraciones hepáticas y biliares graves con intoxicación. Hipertensión arterial, arteriosclerosis, enfermedades venéreas, anemia. Enfermedades de la piel.

### **GAYUBA** *Arctostaphylos uva-ursi* DH2 **Enfermedades:**

Infecciones del aparato urinario, retención de orina, hematuria. Hipertrofia de próstata, blenorragia y enuresis del anciano. Leucorreas. **GELSEMIUM**

*Gelsemium sempervirens* DH5 **Enfermedades:**

Disturbios del sistema nervioso como parálisis, esclerosis, parkinson, temblores, movimientos anormales, sudores emocionales, timidez extrema, diarreas. Miopía evolutiva, estrabismo, retinitis y desprendimiento de retina espontáneo.

### **GENCIANA** *Gentiana lutea* DH2

#### **Enfermedades:**

Anorexia, atonía gástrica, disentería, diarrea, parásitos intestinales. Anemia, astenia y convalecencias. Tuberculosis.

### **GRAMA** *Cynodon dactylon* DH2

#### **Enfermedades:**

Infecciones e inflamaciones urinarias. Cálculos renales, oliguria, gota. Menopausia. **GRINDELIA**

*Grindelia robusta* DH2

**Enfermedades:** Problemas respiratorios con tos, disnea, asma, laringitis y bronquitis. Nefritis.

### **HAMAMELIS**

#### *Hamamelis virginiana* DH2

**Enfermedades:** Insuficiencia venosa y fragilidad capilar. Hemorragias. Varicocele, congestiones uterinas, menopausia. Púrpura.

**HIDRASTIS** *Hydrastis canadensis* DH2

**Enfermedades:**

Hemorragias uterinas. Tónico vaginal y uterino. Menopausia, cáncer en la mujer, úlceras varicosas. Estreñimiento.

**HIPERICÓN (Corazoncillo)**

*Hypericum perforatum* DH2

**Enfermedades:**

Depresiones nerviosas. Insomnio. Fiebres intermitentes, infecciones, diarreas. Insuficiencia circulatoria, bronquitis, asma, cistitis, neuritis. Patología de la médula.

**LIMÓN**

*Citrus limonum* DH2

**Enfermedades:** Jaquecas, trombosis, flebitis. Anginas de repetición. **LOBELIA**  
*Lobelia inflata* DH4

**Enfermedades:**

Tos espasmódica, asma, disnea, enfisema, tosferina. Fatiga de los cardíacos y asmáticos.

**LÚPULO**

*Humulus lupulus* DH2

**Enfermedades:**

Insomnio, falta de apetito, angustia. Menopausia, dispepsias, adenitis, ninfomanía. Convalecencia, anemia, raquitismo.

**MALVA**

*Malva silvestris* DH2

**Enfermedades:** Bronquitis, faringitis y gripe. Estreñimiento leve, colon irritable.

**MALVAVISCO** *Althaea officinalis* DH2

**Enfermedades:**

En general, afecciones de vías respiratorias superiores. Inflammaciones gastrointestinales y urinarias.

**MUÉRDAGO**

*Viscum album* DH2

**Enfermedades:**

Remedio de elección en todos los procesos tumorales. Zumbidos de oídos, hipertensión arterial, arteriosclerosis. Trastornos circulatorios de la menopausia, crisis nerviosas, histeria. Epilepsia, parkinsonismo, convulsiones. Hemorragias por congestión sanguínea.

**OLIVO** *Olea europea* DH2 Hipercolesterolemia, hipertensión, arteriosclerosis. Diabetes, angina de pecho, uremia.

**ORTIGA BLANCA**

Lamium album DH2

**Enfermedades:**

Afecciones de la mujer, metrorragias, dismenorreas, leucorrea, varices. Diarrea, disentería, micción dolorosa.

**ORTHOSIFÓN**

Orthosiphon stamineus DH2

**Enfermedades:** Reumatismos en general, artrosis, gota, obesidad. Edemas, uremias, litiasis renal, cistitis.

**PASIFLORA**

Passiflora incarnata DH2

**Enfermedades:**

Estados de intranquilidad, angustia, insomnio, neurastenia. Hipertiroidismo, taquicardias, convulsiones, sudores nocturnos. Epilepsia moderada.

**PULSATILLA**

Anemone pulsatilla DH4

**Enfermedades:**

Tos fuerte, faringitis. Trastornos genitales en la mujer. Neuralgias, jaquecas.

**RATANIA**

Raameria trianda DH2

**Enfermedades:** Patología de la boca, encías sangrantes, piorreas, aftas.

**REGALIZ**  
Glycyrrhiza glabra DH2

**Enfermedades:** Ulceras gastroduodenales, acidez, aerofagia y dispepsias. Tos, bronquitis. Estreñimiento y enteritis regional.

**ROMERO**

Rosmarinus officinalis DH2

**Enfermedades:**

Afecciones hepáticas leves, hipotensión arterial, cansancio y astenia psicofísica. Asma, bronquitis, disnea. Vértigos, gota, reumatismo, colitis, exceso de colesterol. Rejuvenecedor, impotencia, anemia, diarreas y digestiones difíciles.

**RUDA** Ruta graveolens DH2

**Enfermedades:**

Amenorrea inespecífica. Crisis histéricas.

**SABINA** Juniperus sabina DH4  
**Enfermedades:**

Vegetaciones, condilomas, verrugas, pólipos y otras excreciones. Hemorragias del aparato genital femenino. Amenaza de aborto.

**SALVIA**  
Salvia officinalis DH2 **Enfermedades:**

Rejuvenecedor general. Menopausia, esterilidad, dismenorreas, convalecencias, astenia. Sudores generales, fiebres, inflamación de los ganglios linfáticos. Patología de boca y dientes. Dispepsias y digestiones lentas. Vértigos, parálisis, hipotensión. Neoplasias.

**SAUCE *Salix alba* DH2 Enfermedades:**

Dolores en general. Reumatismo, fiebre. Estados de ansiedad, neuralgias, artritis, insomnio. Dismenorreas, litiasis biliar. Ninfomanía. Prevención del cáncer de colon.**SERPOL**

*Thymus serpyllum* DH2 Bactericida menor, infecciones del aparato respiratorio.

**TILA**

*Tilia tormentosa* DH2

**Enfermedades:**

Síndromes emocionales diversos. Ansiedad, hiperemotividad, depresiones, angustia, neurosis, hipocondría. Refuerza las defensas. Hipercolesterol y sangre viscosa. Espasmos digestivos.

**TOMILLO *Thymus vulgaris* DH2 Enfermedades:**

Antiinfeccioso de primer orden. Refuerza las defensas. No altera la flora intestinal útil. Vermífugo. Tos espasmódica, bronquitis, amigdalitis. Estimulante nervioso.

**TORMENTILLA**

*Potentilla erecta* DH2 Incontinencia de orina en ancianos. Tuberculosis, diarreas. Hemofilia.**TUSÍLAGO**

*Tussilago farfara* DH2

**Enfermedades:** Patología del aparato respiratorio que curse con tos. Adenitis, linfatismo.

**TUYA *Thuya officinalis* DH2**

Todas las excreciones cutáneas, especialmente verrugas. Neoplasias. Hipertrofia de próstata, cistitis.

**VALERIANA *Valeriana officinalis* DH2** Neurastenias, insomnio, angustia, hipocondría. Convulsiones y epilepsias, taquicardias nerviosas.

**10.1. OTROS REMEDIOS VEGETALES**

Este es un resumen de algunos remedios vegetales de amplio uso no mencionados anteriormente. Se incluyen en la misma lista las sustancias inocuas en

su estado natural y aquellas potencialmente tóxicas a las cuales hay que aplicar la dilución correcta.

Solamente se indica el nombre y sus aplicaciones terapéuticas más importantes. **ACONITUM FERROZ CH4** Hipotensor, dolores precordiales. Fiebre, gripe. Angustia y ansiedad.

**ADELFA CH4** Erupciones cutáneas.

**AGRACEJO**

Hepatopatías con dolor. Erupciones de piel crónicas. Herpes.

**ALOE VERA** Colitis y diarreas. Rejuvenecedor cutáneo.

**AVENA**

Equilibrador nervioso.

**BARBA DE CAPUCHINO**

Cefaleas pulsátiles.

**BELLADONA CH4** Fiebre aguda. Amigdalitis. Fotofobia, hipertensión ocular. Dolores de garganta. Neuralgias.

**BOLSA DE PASTOR**

Hemorragias en general. Tónico uterino.

**BRYONIA** Fiebre, sequedad de mucosas.

**CAFÉ CH4** Insomnio.

**CARDO MARIANO**

Hepatopatía graves, cirrosis. Hipotensión.

**CEBADILLA**

Tos dolorosa, punzadas de costado.

**CEBOLLA CH2** Lagrimeo, irritación nasal.

**CEDRO**

Espasmos, neuralgias, neuritis. Dolor de muelas.

**CICUTA DH3** Ptosis mamaria. Ganglios endurecidos. Vértigos, mareos en los viajes.

**CIMICIFUGA CH4** Congestión ovárica

**COLUBRINA CH4**

Trastornos digestivos con aerofagia.

**CONDURANGO**

Ulceras gástricas, esofagitis.

**CORNEZUELO DE CENTENO CH4** Hemorragias uterina, dolores pélvicos, amenorreas. Espasmos y vómitos.

**DULCAMARA CH4**

Enfermedades por frío o humedad. Eccemas, vesículas.

**ECHINACEA** Infecciones en general, refuerza las defensas. Analgésico,

antitérmico, sudorífico.

**ESENCIA DE TREMENTINA CH4** Hipotensión.

**EUPATORIO CH4**

Inflamación vías respiratorias

**EUFRASIA**

Problemas oculares.

**FUCUS** Obesidad, hipotiroidismo, bocio.

**GINSENG**

Rejuvenecedor, afrodisíaco, hipertensor, antidiabético.

**GLADIOLO** Pancreatitis, con dispepsias. Colagogo. Ciática, jaquecas.

**GROSELLERO NEGRO** Estimula las defensas, antiinflamatorio. **HABA DE SAN**

**IGNACIO CH4**

Hipocondría, depresiones, agitación, ansiedad. Espasmos.

**HARPAGOFITO**

Antiinflamatorio, antirreumático. Cólicos renales.

**JAZMIN AMARILLO CH4** Infecciones en general. Inflamaciones. **NOGAL**

Cefaleas por problemas hepáticos.

**PIE DE LOBO** Taquicardia

**PULSATILLA CH4** Congestión ocular, picores. Incontinencia urinaria. Astenia, melancolía. Insuficiencia venosa.

**QUINA** Diarreas, flatulencia. Hepatomegalia. Edemas. Anemia, debilidad. Náuseas y vómitos.

**RODODENDRO CH4**

Patología reumática, muscular y ósea.

**SANGUINARIA**

Bronquitis congestiva.

**SPIGELIA CH4** Alteraciones circulatorias.

**VARA DE ORO** Diurético, insuficiencia hepática.

## 11. FÓRMULAS COMPUESTAS

Desde el comienzo de este fascículo se ha insistido en que la homeopatía es una forma de tratamiento individual, no colectiva, en la cual se trata al individuo en su conjunto, nunca la enfermedad. Por ello la terapia debe elaborarse en el mismo momento de la consulta, con el diagnóstico. Sin embargo, en el mercado farmacéutico existen ya una gran cantidad de preparados homeopáticos no individuales, los cuales se emplean para tratar enfermedades concretas y no enfermos en particular. A simple vista parece un contrasentido que una ciencia que insiste en la ausencia de estandarización de los medicamentos comercialice otros para uso genérico.

Sea lógico o no, lo cierto es que existen y son utilizados cada vez más por médicos, farmacéuticos y homeópatas. Su justificación es que se aplican como drenaje de fondo y no como tratamiento completo, permitiendo así al especialista aplicar posteriormente el tratamiento individualizado sino queda ya resuelto.

También son adecuados para ser manejados por personas no expertas en homeopatía como médicos o farmacéuticos, pero que desean introducirse en ella, o al menos no causar daño al paciente con otros tratamientos más peligrosos. Ya sea por un motivo u otro, lo cierto es que estos compuestos suelen funcionar bastante bien y están disponibles de forma inmediata para el enfermo, lo que es una ventaja.

A continuación, y a modo de ejemplo, vamos a dar algunas de las fórmulas compuestas de mayor éxito, las cuales, además, al estar elaboradas por expertos en homeopatía nos pueden servir de pauta para los tratamientos individualizados.

### **TRASTORNOS VENOSOS**

Hydrastis 3 DH Hamamelis 1 DH

Aesculus 1 DH

Nux vómica 6 DH

Rathania 4 DH

Sulfur 6 DH Arnica 4 DH

Castaño de indias 1 DH

Hamamelis 1 DH

Pulsatilla 2 DH

Viburnum 1 CH

**HIPERTENSIÓN ARTERIAL** Muérdago 2 DH Espino blanco 2 DH Meliloto 2 DH

Arnica 3 DH  
Belladonna 6 CH  
Kalium iodatum 4 CH Rauwolfia 4 CH

### **GASTRITIS**

Manzanilla 4 DH  
Ipeca 4 CH Pulsatilla 4 CH  
China 6 CH  
Dulcamara 4 DH  
Celidonia 2 DH  
Colubrina 4 DH Quina 2 DH  
Condurango 2 DH  
Asaro 4 CH

**HEPATOPATÍAS** Cardo mariano 2 DH Celidonia 2 DH

Belladonna 6 CH  
Cholesterolum 6 CH Bryonia 4 CH Sulfur 6 DH  
Agracejo 1 DH  
Gladiolo 2 DH

**AFECCIONES DE PIEL** Apis 6 CH Sulfur 6 DH

Sílice 6 DH  
Arsenicum album 8 CH Pulsatilla 6 DH Petroleum 4 CH  
Dulcamara 2 DH Adelfa 2 CH  
Rhus Vernix 1 CH  
Bardana 1 DH  
Placenta 1 DH  
Piel 4 CH

### **LAXANTE**

Nux vómica 4 DH  
Bryonia 4 DH  
Graphites 4 CH Lycompodium 4 CH Frángula 1 DH  
Sen 2 DH  
Cáscara sagrada 1 DH

**DIARREAS** Colchico 4 DH

Arsenicum 6 CH China 4 CH  
Veratrum 4 DH  
Podophilum 4 DH

**OBESIDAD** Fucus 1 DH

Thyroides 8 CH  
Pilosella 1 CH  
Thymus 10 DH

Kalium iodatum 4 CH

**AGOTAMIENTO**

Acido fosfórico 3 CH

Kalium fosfórico 3 CH

Arnica montana 3 CH Avena sativa 1 DH Ginseng 1 DH

Quina 2 DH

**TOS INTENSA**

Belladonna 4 CH

Árnica 6 CH

Hyosciamus 3 CH Ipeca 2 CH

Drosera 1 DH

Grindelia 1 DH

Artemisa 3 CH Ferrum phosphoricum 4 CH

## 12. EJEMPLOS PARA UN DIAGNÓSTICO PERSONAL

Con el fin de facilitar la aplicación de los principios homeopáticos al médico profano, he creído conveniente poner algunos de los casos que con más frecuencia se dan en las consultas y explicar así las conclusiones y el tratamiento seguido.

**12.1. FIEBRE** El primer ejemplo es el tratamiento de la fiebre, síntoma que acompaña a la mayoría de las enfermedades infecciosas y que es tratado habitualmente con antitérmicos, los cuales, aunque no modifican el curso de la infección, al menos alivian sensiblemente al enfermo, lo que no es poco.

Pero el tratamiento homeopático pretende ir algo más lejos que el simple alivio sintomático, ya que junto con el efecto antipirético las diluciones son capaces de modificar la enfermedad misma, actuando conjuntamente como antiinflamatorio, analgésico, drenador y estimulando el sistema defensivo.

Sabemos que la fiebre está producida por una interacción entre el agente patógeno (bacteria o virus) y la capacidad defensiva del individuo, lo que hace que un paciente con fiebre no se diferencie sensiblemente de otro, cosa que no ocurre con las enfermedades crónicas o de larga duración. Este hecho facilita sensiblemente el tratamiento de la fiebre, aunque por supuesto nunca es tan sencillo que con la terapia convencional.

### **Los ocho remedios básicos** Aconitum napellus

Apis mellifica

Arsenicum album

Belladonna

Bryonia alba Ferrum phosphoricum

Gelsemium sempervirens

Rhus toxicodendron

La primera pregunta que nos hacemos es si verdaderamente es mejor conservar la fiebre o anularla, ya que es bien sabido que es un síntoma y no una enfermedad, mediante el cual podemos evaluar con bastante certeza el curso de la misma.

Pero esto que para un profano en la materia supone una duda en el camino a

seguir, no debe serlo para el experto ya que se supone que el diagnóstico ya está realizado. La enfermedad se conoce, está valorada, y con anular la fiebre solamente aliviamos al enfermo, no ignoramos la enfermedad que la produce y ésta se supone que tiene el tratamiento adecuado.

El otro punto en discordia es el valor curativo que tiene la fiebre misma y los inconvenientes que puede traer anularla, como ocurre en los niños menores de tres años, las cardiopatías y los afectados de enfermedades hepato-renales. Solamente en estos casos puede ser recomendable no eliminarla, aunque sí mitigarla si es muy alta, y aplicar la homeopatía en el resto de los enfermos a los cuales aliviaremos sus síntomas y abreviaremos la convalecencia.

## REMEDIOS PARA LA FIEBRE

Con gran diferencia, la **BELLADONA** es el remedio más empleado ya que ejerce su acción sobre el sistema nervioso, piel, mucosas y aparato circulatorio.

La dilución empleada debe oscilar entre la 5 y la 9 CH, y la posología oscilará entre una a cuatro tomas diarias a intervalos de apenas quince minutos. La amigdalitis suele ser una clara indicación para la Belladona ya que concurren en ella el dolor, enrojecimiento, edema, fiebre y sequedad de mucosas. Además, es frecuente que se acompañe de otitis, rinitis, y exantemas diversos, todos ellos de aplicación para la Belladona.

Otros síntomas a valorar son la postración sin agitación, la sudoración, sed variable según haya pérdidas de líquidos y fiebre elevada de aparición rápida.

El **ACONITUM NAPELLUS** se emplea en los escalofríos, piel seca, sed intensa, taquicardia, agitación y alternancia entre calor y frío. Normalmente la fiebre aparece después de una exposición al calor o al frío intenso, en personas fuertes que tienen tendencia a la hipertensión y el malestar no se centra en ninguna zona corporal concreta.

Este remedio es de aplicación breve, no definitiva, y se aplicará a altas diluciones (entre 8 CH y 15 CH) y con una frecuencia de seis horas. Otro remedio es **APIS MELLIFICA** obtenido de la maceración de la abeja entera, y sus efectos aparecen en las mucosas, la piel y los riñones, especialmente con un componente inflamatorio.

Lo aplicaremos en las urticarias, edemas, la glomerulonefritis y la fiebre moderada. Hay dolores agudos que mejoran con el agua fría, ausencia de sed y

una respuesta de las defensas orgánicas poco eficaz, así como ausencia de sudor. Las diluciones serán entre la 7 CH y la 9 CH y las tomas cada hora.

El **FERRUM PHOSPHORICUM** es una excelente solución para aquellas fiebres de mediana intensidad que se dan en las patologías de las vías respiratorias superiores, entre ellas las amigdalitis y las rinitis que cursan también con hemorragias.

Normalmente nos encontramos con personas jóvenes, incluso niños, de piel pálida y con poca vitalidad física, aunque cerebralmente fue activos. Este remedio lo emplearemos para aquellas fiebres que se dan en enfermedades benignas o que pueden mejorar en un tiempo no superior a 24 horas. Su efecto antiinflamatorio hay que tenerlo muy en cuenta y también la posibilidad de que pueda asociarse sin problemas a cualquier otra terapia, sea homeopática o no.

La dilución más aconsejable es a la 4 CH administrada cada ocho horas, aunque al principio del tratamiento puede darse cada media hora. Por último, el **ARSENICUM ALBUM** es un veneno que tiene acciones sobre la piel, las mucosas, los riñones y el sistema nervioso, por lo que es de gran amplitud de uso.

La fiebre es de mediana intensidad, con cuadros inflamatorios y suele empeorar entre la una y las tres de la madrugada. El enfermo está agitado, ansioso, sin fuerzas, necesita aire, tienen mucha sed y sus dolores son aliviados con el calor. Normalmente su estado es serio, quizá desesperado, y sus lesiones suelen ser numerosas pudiendo conducir a la muerte si se trata de un anciano.

Empeora con el frío y es frecuente que aparezcan úlceras por decúbito muy dolorosas. Los efectos de este componente son de media duración, es mejor emplearlo unido a otras sustancias y la dilución aconsejada es entre la 7 CH y la 15 CH.

12.2. REMEDIOS PARA LA TOS El tratamiento sintomático de la tos ha estado sujeto desde siempre a grandes controversias, pero sigue siendo uno de los más demandados por los pacientes, los cuales pasan grandes molestias y dolores durante sus ataques de tos, especialmente si se produce durante el sueño nocturno.

Que la tos es una señal de alarma es bien sabido, pero ello no implica que debamos ignorarla, soportarla, en la esperanza de que cuando la enfermedad remita desaparezcan los accesos. Si bien están lejos aquellos tiempos en los cuales la codeína era el remedio de elección, incluso en los niños, por su enérgica acción sobre el centro nervioso que generaba la tos, también produjo no pocas parálisis

respiratorias.

Sin embargo, los antitusígenos actuales tratan de unir a su inocuidad su eficacia, lo que no logran casi nunca. Los remedios naturales, y por supuesto los homeopáticos, suelen tener una acción rápida y decisiva en los ataques fuertes de tos, aunque en ocasiones solamente lograrán moderarla y hacerla más soportable, y ello sin causar ningún daño.

Es más, muchos de ellos, como luego veremos, no solamente mitigan la tos sino que son capaces de mejorar la enfermedad que la produjo y, al mismo tiempo, sanar al resto del organismo

**Tipos de tos** De una manera resumida nos podemos encontrar con tos aguda, crónica, productiva y seca, espasmódica o irritativa. Cada una requiere un tratamiento diferente y aunque esto nos pueda parecer muy complicado, al menos si nos atenemos a los productos químicos (uno sólo para todos los tipos de tos), en la práctica lo que logramos con esta diferenciación es curar antes y mejor al enfermo.

*Tos aguda, seca e irritante:* El momento en que se declara es:

1. A media noche después de un frío intenso y seco (Belladonna o Aconitum napellus.)
2. Después de la media noche, bruscamente. (Hepar sulfur.)
3. Cuando el enfermo se mueve (Bryonia alba.)

**Se acompaña también de:**

1. Agitación ansiedad, fiebre y sed de agua fría (Aconitum napellus)
2. Sudores abundantes (Belladonna)
3. Quemazón en las mucosas (Spongia tosta)
4. Obstrucción total de la nariz (Sambucus nigra)
5. Afonía y labios resecaos (Arum triphyllum).

**Mejora con:** 1. Cerrando la boca (Rumex crispus)

2. Con aplicaciones calientes (Hepar sulfur)

3. Bebidas calientes (Spongia tosta)

4. Durmiendo (Sambucus nigra)

**Empeora con:** 1. Con el frío (Hepar sulfur)

2. El aire fresco (Rumex crispus)

3. Habitaciones calientes (Bryonia alba)

*Tos crónica*

Esta patología es una estupenda indicación para la homeopatía, no tanto por su gravedad que lógicamente no suele darse, sino por la imposibilidad de

administrar los antitusígenos químicos durante períodos largos. Cuando un paciente que lleva padeciendo ataques de tos durante muchos meses o años acude a un homeópata, lo hace ya desesperado y quizá por indicación de su médico.

Si no existe una afección clara que justifique esa tos crónica, o si aún conociendo las causas (bronquitis, fumadores, enfermedades profesionales, etc.), no ha podido corregirse es el momento idóneo para curarla definitivamente.

**La tos se declara con preferencia:** 1. Por la noche, entre las 2 y las 3 de la mañana (Kalium bichrominum)  
2. Durante los meses de invierno (Dulcamara) 3. En la esclerosis pulmonar y con el enfisema (Cuprum arsenicum)  
4. En las personas gruesas, débiles o depresivas (Natrium sulfuricum) 5. En los niños malhumorados. (Cina)

**Existe también:**

1. Respiración difícil y ruidosa (Antimonium tartaricum)  
2. Disnea (Cuprum arsenicosum)  
3. Abundante expectoración muco-purulenta (Stannum metallicum)  
4. Dolor en el pulmón izquierdo (Natrium sulfuricum) 5. Hipertensión arterial pulmonar (Phosphorus)  
6. Prurito anal (Cina.)  
7. Sudores abundantes (Sílice)

**Se agrava:** 1. Con la luna nueva (Cina)

2. El frío y la humedad (Natrium sulfuricum.)  
3. Durante el invierno (Dulcamara)  
4. El movimiento (Kalium carbonicum)  
5. Por la noche (Phosphorus)

### 12.3. REMEDIOS PARA LA CORIZA

Producida por virus, bacterias, durante el curso de una enfermedad del aparato respiratorio, o por un simple resfriado, la coriza es una afección que acompaña durante muchos meses a miles de personas. Suele estar producida por estreptococos, neumococos o estafilococos e ir unida a obstrucción nasal, rinorrea y hemorragias, siendo frecuente en las formas crónicas los pólipos. En otras formas habituales hay costra seca, atrofia de la mucosa, aumento de la permeabilidad y olor nauseabundo.

#### Corizas agudas

**Comienzan:**

1. Con congestión de cabeza (Belladonna) 2. Con escalofríos (Nux vómica.) 3. En los

primeros fríos del invierno (Aconitum napellus.)

**Se acompaña de:**

1. Nariz obstruida y dolor en la raíz (Sticta pulmonaria)
2. Rinorrea amarilla (Pulsatilla)
3. Fiebre, sed intensa, ansiedad (Aconitum napellus)
4. Estornudos con rinorrea y lagrimeo (Allium cepa)
5. Sensación de tener la nariz tapada (Ammonium muriaticum)
6. Cosquilleo en el paladar (Sabadilla)
7. Tos espasmódica precedente a estornudos (Badiaga)
8. Pólipos nasales (Sanguinaria nítrica)
9. Dermatitis (Arsenicum album)
10. Mucosidades espesas amarillas (Kalium bichromicum)

**Mejora con:**

1. El aire fresco (Allium cepa, pulsatilla).
2. Los ambientes oscuros (Euphrasia).
3. El aire caliente (Dulcamara).

**Empeora con:**

1. Los olores fuertes (Sabadilla, nux vómica)
2. Con el calor (Badiaga, euphrasia)

**12.4. REMEDIOS PARA LAS JAQUECAS** Son tantas las enfermedades que pueden desencadenar una jaqueca, migraña o cefalea, que puede hacernos pensar la gran dificultad existente a la hora de administrar un tratamiento individualizado como exige la homeopatía. Sin embargo, y dado que esta terapia tiene en cuenta otros signos y síntomas muy diferentes a los que se valoran en la medicina química, el diagnóstico diferencial y la aplicación del remedio adecuado es bastante más sencillo.

Los “dolores de cabeza”, término genérico empleado por los enfermos para describir de una manera sencilla su mal, es suficientemente esclarecedor del problema aunque es frecuente que vaya unido, entre otros, a afecciones en los ojos, garganta, dientes y oídos.

Pueden darse conjuntamente alteraciones en la visión, hipertermia, irritación nerviosa, vómitos, sueño, irritabilidad, alteraciones del ritmo cardíaco, edemas, hipertensión, etc.

Además de los dolores de cabeza circunstanciales o funcionales, hay una larga serie de enfermedades que, entre otros síntomas, producen dolor de cabeza,

entre las cuales tenemos: tumores cerebrales, absceso cerebral, hematomas, meningitis, sífilis, tuberculosis, alteraciones vasculares, alcoholismo, infecciones, uremia, intoxicación por plomo, encefalitis, hipertensión, iritis, glaucoma, otitis, infecciones de boca, tensión muscular, ansiedad y otras muchas.

## 12.5. REMEDIOS PARA AFECCIONES DE PIEL

La larga lista de la patología dérmica imposibilita el realizar un estudio amplio sobre los tratamientos homeopáticos recomendados, por lo que solamente incluiremos algunos ejemplos más característicos. **Tipo de lesión:**

1. Pequeñas vesículas que contienen ácido cítrico (Rhus toxicodendron)
2. Vesículas azuladas, con sangre (Ranunculus bulbosus)
3. Eritema edematoso (Urtica urens, apis mellifica)
4. Vesículas con líquido blanco (Mezereum)
5. Piel con descamación blanca (Arsenicum album)
6. Costra espesa con secreción purulenta (Mezereum)
7. Fisuras en los pliegues interdigitales (Graphites)
8. Fisuras en comisuras labiales (Nitricum acidum)
9. Descamación eritematosa (Natrium sulfuricum)
10. Erupciones intercostales (Ranunculus bulbosus)
11. Erupciones ardientes (Arsenicum album)
12. Herpes a lo largo de un nervio (Hypericum perforatum)
13. Verrugas en la planta de manos y pies (Antimonium crudum, thuya)
14. Verrugas juveniles (Dulcamara, thuya)

### **Mejora con:**

1. Con el frío (Apis mellifica, graphites)
2. Con el calor (Urtica urens, arsenicum album)
3. Con el movimiento (Rhus toxicodendron)

### **Empeora con:**

1. El rascado (Rhus toxicodendron)
2. Al lavarse (Mezereum)
3. En el invierno (Pteroleum)

### **Algunos remedios para la piel ya comercializados**

Las siguientes fórmulas compuestas son una buena solución para un tratamiento de emergencia, especialmente para ser utilizados en oficinas de farmacia que no cuentan con un experto en homeopatía.

Arsenicum album 8 DH

Apis mellifica 6 DH

Pulsatilla 6 DH

Sulfur 6 DH

Petroleum 4 DH Silice 6 DH

Lappa mayor 3 CH

Saponaria officinalis 3 DH

Fumaria officinalis 3 DH

Rhus vernix 3 CH Viola tricolor 3 CH Smilax medica 3 DH

Adelfa 1 CH

Dulcamara 2 CH

### **13. EL TRATAMIENTO HOMEOPÁTICO Tipo de enfermo**

1. Mujeres rubias o de pelo claro de piel blanca y ojos azules (Pulsatilla). 2. Mujeres delgadas, morenas, con manchas alrededor de la boca. (Sepia) 3. Escolares (Kalium phosphoricum).

4. Mujeres en la premenopausia (Lachesis).

5. Adolescente cansado por los estudios (Natrium muriaticum). 6. Jóvenes de crecimiento muy rápido (Phosphoricum acidum, calcárea phosphórica), 7. Personas con las uñas manchadas de blanco (Sílice)

8. Personas débiles (Lycopodium clavatum)

9. Personas morenas, delgadas, con estómago flojo (Sepia) 10. Enfermos con estreñimiento (Lac bichromicum)

11. Enfermos con hipertensión (Glonoinum)

12. Personas obesas (Aurum muriaticum)

**Tipo de dolor** 1. Congestión cefálica de aparición rápida (Belladona) 2. Dolores pulsátiles (Sanguinaria canadensis)

3. De aparición periódica (Iris versicolor)

4. Localizado en la frente o los ojos (Venus mercenaria) 5. Localizado en el ojo derecho (Kalium bichromicum)

6. Comienza a las 10 de la mañana (Natrium muriaticum).

7. Localizada en la zona izquierda (Sepia).

8. Sensación de golpes de martillo (Ferrum metallicum)

9. Con trastornos visuales, estrabismo, miopía (Gelsemium).

#### **Suele ir unido a:**

1. Vértigos, trastornos visuales, menstruación (Cyclamen europaeum). 2. Exceso de trabajo, diversiones o tristeza (Phosphoricum acidum) 3. Insuficiencia venosa (Pulsatilla)

4. Sed intensa y ansia de sal (Natrium muriaticum) 5. Infecciones uro-genitales (Sepia)

6. Vómitos con flemas (Iris versicolor)

7. Insuficiencia hepática (Lycopodium clavatum)

8. Alteraciones cutáneas (Sulfur)

9. Hambre intensa (Psorinum) 10. Fotofobia (Belladona)

**Mejoran con:**

1. Presión local (Kalium bichromicum).
2. Con el frescor (Sulfur, allium cepa).
3. Comiendo (Anardium orientale).
4. Cubriéndose la cabeza (Sílice, psorinum).
5. Con una ligera hemorragia (Melilotus)
6. Poniendo la cabeza en alto (Gelsemium).
7. Con el frío local o ambiental (Aurum muriaticum)
8. Con el calor (Strontium carbonicum).

**Empeoran con:** 1. El ruido, el sol y los golpes (Belladonna).

2. Durante el período (Cyclamen europaeum, actaea racemosa).
3. Tomando vino o alcohol (Zincum metallicum).
4. A la orilla del mar (Natrium muriaticum).

**CONCLUSIÓN**

Si hay una característica que define a la homeopatía es su originalidad, su tremenda personalidad que la hace ser una terapia sin parecido alguno con cualquiera de las conocidas. Sin embargo, no es, lógicamente, este rasgo lo que la hace interesante como método curativo sino su absoluta inocuidad, incluso más amplia -si cabe- que la medicina natural. Y es precisamente esa misma inocuidad la causa (¡) de que la medicina oficial no la incluya entre sus opciones terapéuticas desde su descubrimiento.

Algo que no hace daño y que ni siquiera se puede detectar mediante los análisis conocidos no puede tener ningún valor, alegan. A esto hay que añadir que son tratamientos empíricos, imposibles de contrastar científicamente y que no siempre funcionan, ya que hay al menos un 25% de enfermos que no responden a la homeopatía.

**14. RESUMEN**

El principio básico de la homeopatía es que aquello que te puede dañar te podrá curar empleando dosis ínfimas.

Las sucusiones o agitaciones generan grandes cambios en los productos empleados, aumentando así su eficacia.

Una potencia mayor no equivale a mayor eficacia, sino que se emplea este término para diferenciar la dilución empleada.

Cuanta mayor similitud exista entre los síntomas y la patogenesia del producto, así deberá aumentar la dilución. No hay un producto homeopático para cada enfermedad, sino para cada enfermo en ese momento y circunstancia dados.

La curación homeopática se logra activando los mecanismos naturales de autodefensa.

Cuando el síntoma de la enfermedad cambia, se reduce o desaparece, hay que cambiar el producto o dilución homeopático.**15. EJERCICIOS DE AUTOEVALUACIÓN**

1. ¿Se puede emplear cualquier elemento en los preparados homeopáticos? SÍ NO
2. ¿Existen especialistas en homeopatía? SÍ NO
3. ¿Se deben masticar los gránulos o glóbulos homeopáticos? SÍ NO
4. ¿La pasta de dientes aromatizada con menta dificulta la absorción? SÍ NO
5. ¿Se pueden mezclar preparados homeopáticos con plantas medicinales? SÍ NO
6. ¿Síntomas muy intensos requieren altas diluciones? SÍ NO
7. ¿Existe la predisposición a padecer determinadas enfermedades? SÍ NO
8. ¿Se emplean venenos en la homeopatía? SÍ NO
9. ¿Las diluciones altas se emplean en afecciones locales? SÍ NO
10. ¿Cuántos gránulos se toman por término medio?

#### **15.1. RESPUESTAS A LOS EJERCICIOS DE AUTOEVALUACIÓN**

1. SÍ

2. NO 3. NO, hay que dejarlos disolver lentamente debajo de la lengua

4. SÍ, aunque no hay pruebas decisivas que la incriminen, lo mismo que al café y otras esencias.

5. SÍ, aunque se recomienda hacerlo en horas diferentes del día.

6. SÍ

7. SÍ, y esta puede ser genética o adquirida

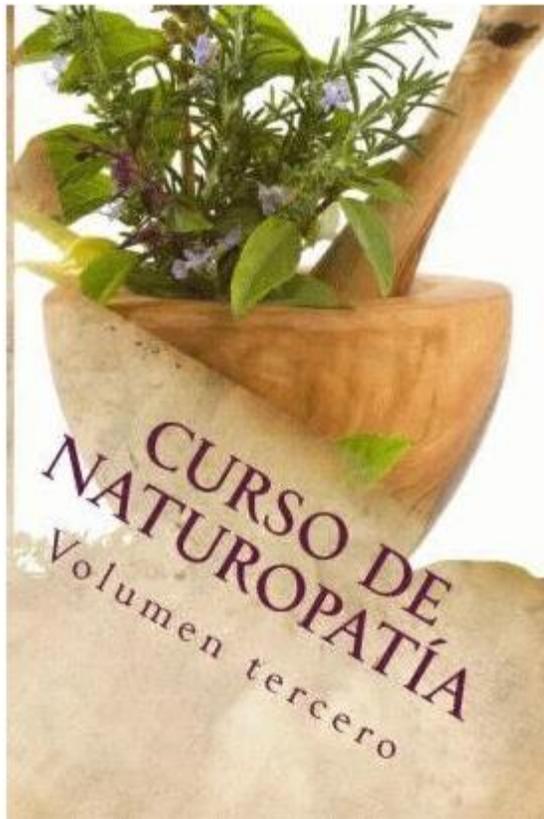
8. SÍ, inicialmente solamente se empleaban sustancias tóxicas convenientemente diluidas, pero en la actualidad hay cientos de productos diferentes.

9. NO, salvo que afecten a todo el organismo, por ejemplo, una picadura de abeja.

10. Cinco

#### **EXAMEN**

1. Explica lo que quiere decir curar sin dañar
2. ¿Por qué la homeopatía es muy inocua?
3. ¿Cuál es la dosis homeopática media a partir de la cual ya no se detecta el principio activo?
4. Según la homeopatía ¿la enfermedad afecta al órgano enfermo o a todo el conjunto?
5. ¿Qué circunstancias contribuyen a una mejor asimilación de la homeopatía?
6. ¿Cuál es la mejor vía de absorción de los preparados homeopáticos?
7. ¿Qué es la patogenesis?
8. ¿Es igual una vacuna que un preparado homeopático?
9. ¿Por qué es tan importante el ambiente del individuo?
10. ¿Hay que valorar todos los síntomas en conjunto para dar un remedio?



**CURSO DE  
NATUROPATÍA**  
Volumen tercero

**CURSO DE NATUROPATÍA © Adolfo Pérez Agustí  
(2015) edicionesmasters@gmail.com Madrid (Spain)**

# Lección 1 VOLUMEN TERCERO PATOLOGÍAS Y SU TRATAMIENTO NATURAL

## ÍNDICE

### LECCIÓN 1

### VOLUMEN

### TERCERO 1. Tratamiento del enfermo

#### 2. Principales enfermedades

2.1. Acné

2.2. Aerofagia

2.3. Afonía 2.4. Aftas

2.5. Agujetas

2.6. Albuminuria

2.7. Alcoholismo

2.8. Alergia 2.9. Alopecia

2.10. Amenorrea

2.11. Amigdalitis 2.12. Anemia

2.13. Angina de pecho

2.14. Anorexia

2.15. Ansiedad

2.16. Apendicitis 2.17. Arritmias

2.18. Arteriosclerosis

2.19. Artritis

2.20. Artritis reumatoide

2.21. Asma 2.22. Astenia

2.23. Atrofia muscular

2.24. Bocio

2.25. Bradicardia

2.26. Bronquitis 2.27. Calambres

2.28. Cálculos biliares

2.29. Cálculos renales 2.30. Callos

2.31. Cáncer

2.32. Caries

2.33. Caspa

2.34. Catarata 2.35. Ciática

2.36. Cinetosis

2.37. Cirrosis

- 2.38. Cistitis
- 2.39. Claudicación intermitente 2.40. Colon irritable 2.41. Colesterol
- 2.42. Colitis
- 2.43. Conjuntivitis
- 2.44. Crecimiento 2.45. Cretinismo
- 2.46. Criptoquirdia
- 2.47. Delgadez 2.48. Demencia senil
- 2.49. Dependencia a drogas o medicamentos
- 2.50. Depresión
- 2.51. Dermatitis
- 2.52. Dermatitis por contacto 2.53. Dermatitis seborreica 2.54. Dermatitis del pañal
- 2.55. Dermatomicosis.
- 2.56. Diabetes
- 2.57. Diarrea 2.58. Dientes (rechinar, sarro)
- 2.59. Difteria
- 2.60. Dismenorrea
- 2.61. Disnea
- 2.62. Distrofia genital 2.63. Eczemas
- 2.64. Edema .
- 2.65. Enfermedad de adisson 2.66. Enuresis
- 2.67. Envenenamientos
- 2.68. Epilepsia
- 2.69. Epistaxis
- 2.70. Escarlatina 2.71. Esclerosis múltiple
- 2.72. Esguince
- 2.73. Esquizofrenia
- 2.74. Esterilidad (en la mujer)
- 2.75. Esterilidad masculina 2.76. Estreñimiento
- 2.77. Estrés
- 3. Resumen
- 4. Ejercicios de autoevaluación 4.1. Respuestas a los ejercicios de autoevaluación

# LAS ENFERMEDADES Y SU TRATAMIENTO NATURAL (I)

**Objetivos de la lección** En esta última lección, compuesta de tres módulos ordenados por orden alfabético, el alumno podrá encontrar de una manera sencilla cualquier enfermedad, descripción, sintomatología, así como los diferentes tratamientos que la medicina natural puede aportar.

Llegado a este momento del aprendizaje, suponemos que el alumno domina ya perfectamente las técnicas de diagnóstico aprendidas en lecciones anteriores, así como las múltiples posibilidades de curación. No obstante, esta relación alfabética le será de gran utilidad para potenciar y actualizar sus conocimientos.

## 1. TRATAMIENTO DEL ENFERMO

Un tratamiento global del enfermo incluiría:

**Nutrición** Es importante saber los alimentos que come habitualmente, incluidos aquellos que se toman compulsivamente entre las comidas o en los actos sociales. También es importante averiguar qué alimentos no come habitualmente, el número de comidas que efectúa al día y las posibles alergias e intolerancias a alguno de ellos.

**Complementos nutritivos** En este aspecto hay que valorar si es mejor aportar cuanto antes los nutrientes que suponemos carece el enfermo o dejarle que los ingiera con la alimentación. Un aporte excesivo quizá sea menos perjudicial que una carencia prolongada.

**Hierbas** No deben constituir el único tratamiento del enfermo, sino solamente una parte de ello. Hay tantas hierbas a nuestra disposición que en ocasiones se hace difícil seleccionar la más idónea, motivo por el cual muchos profesionales prefieren mezclarlas.

**Homeopatía** Un sistema polémico que puede ser muy eficaz. Funciona muy bien en niños y en personas con las defensas orgánicas fuertes. Es mejor trabajar estrechamente con un doctor homeópata experimentado, aunque también es conveniente tener conocimientos de este tratamiento para los casos leves.

**Medicamentos** A veces, un tratamiento médico ortodoxo funciona muy bien, especialmente en los casos en los cuales no dispongamos de mucho tiempo para restablecer la salud. No es bueno caer en fanatismos hacia ninguna medicina, puesto que todas poseen sus virtudes y defectos.

**Energía** Esto puede incluir tanto la energía natural del cuerpo como la mano de una persona querida o un sanador. La Resonancia Magnética u otras formas de energía, como los estímulos eléctricos efectuados en la zona transcutánea, así como la terapia con imanes o colores, suelen ser muy eficaces. La acupuntura, por ejemplo, es un tratamiento de la energía.

**Conducta** Esto incluye las cosas que se deben hacer, y quizá no se hagan, lo mismo que aquellas que se deberán abandonar cuanto antes. Ya sabemos que la

curación definitiva depende esencialmente de uno mismo, del enfermo, no del tratamiento ni del médico.

**Conciencia**A la larga, el propio poder individual de nuestra conciencia tiene mayor potencial curativo que el tratamiento.

La salud debe restablecerse primeramente a nivel del espíritu, de la conciencia, pues parece ser que mediante ello conseguimos efectuar multitud de complejas vibraciones en el cuerpo en todos los átomos y moléculas que lo componen.

La conciencia tiene la habilidad de causar modelos vibratorios en el cuerpo para restablecer la salud, no importa la enfermedad ni lo avanzada que esté. La conciencia ha sido considerada despreciativamente por los médicos como el efecto placebo, curiosamente la manera más inocua de curar una enfermedad. ¿A quién no le gustaría restablecer la salud solamente mediante su mente? Y si esto es una utopía alcanzable, ¿por qué se habla de ello tan burlescamente?

Ahora sabemos que el deseo de curarse puede activarse conscientemente de varias maneras, especialmente con la presencia a la cabecera del enfermo de los seres queridos, y que este sencillo sistema potencia extraordinariamente el resto del tratamiento médico.

## 2. PRINCIPALES ENFERMEDADES

### 2.1. ACNÉ Descripción:

Se denomina así a los granos purulentos de naturaleza pilosebácea que aparecen sobre la piel.

El acné puede darse como un trastorno pasajero con apenas alguna espinilla, o formarse un exceso de sebo en el espesor de la piel y desarrollarse pústulas. En los casos más avanzados puede haber destrucción de la piel e incluso afectar a hombros y brazos.

El deseo de hacerlos desaparecer mediante la manipulación o quitarlos a base de exprimirlos, agrava la mayoría de las veces las lesiones, las cuales pueden infectarse y dejar cicatrices perennes. Tampoco son recomendables los lavados frecuentes y mucho menos con productos abrasivos o secantes. Cuanta más grasa tratemos de limpiar, más grasa segregará la piel de nuevo, ya que, a fin de cuentas, la grasa es una necesidad en la piel, por ser nuestra capa protectora.

**Causas:**El hecho de que sea una enfermedad que se da principalmente en la adolescencia, hace pensar que se debe a un efecto de las hormonas andrógenas; además, se observa también en las personas que ingieren anabolizantes. Pero si tenemos en cuenta que esta enfermedad se cura por sí sola, con solo mantener una alimentación vegetariana, es muy probable que sean otros factores los que influyen para que una persona padezca acné.

La menstruación, el clima frío, los factores emocionales, las carencias nutritivas, muchos medicamentos, el yodo, el chocolate, la leche, los dulces, las grasas animales, y todos los derivados de la cola, son algunas de las causas que agudizan el problema del acné.

**Tratamiento:**Los tratamientos y las limpiezas naturales suelen dar muy buenos resultados, aunque no inmediatos. Localmente se pondrá una cataplasma de arcilla, a la que se pueden añadir algas.

Igualmente eficaces y que se deben utilizar alternadas con las de arcilla, son las cataplasmas de bardana, col, malva, caléndula y salvia. Internamente se tomarán infusiones de alguna de las siguientes plantas o la mezcla de varias: bardana, milenrama, abedul, achicoria o diente de león.

La leche de vaca no es aconsejable y podemos sustituirla por la leche de almendras. Para que la piel no se reseque en exceso no se utilizarán geles ni jabones, salvo los de arcilla o azufre, pero de forma moderada, siendo muy recomendable quitar la grasa excesiva con zumo de limón diluido.

La carencia de algunos oligoelementos, como son el zinc, el azufre y el manganesocobre, tiene aquí un papel importante, por ello hemos de asegurarnos que no existen dichas carencias.

**Oligoterapia:** Los casos serios requieren cobre-oro-plata, pero siempre unidos al zinc.

**Nutrientes:**

También son necesarias las vitaminas B-6, A, Niacina y levadura de cerveza. Para eliminar las cicatrices, una vez curada la enfermedad, se aplicará jalea real, de forma interna y externamente.

**Homeopatía:**

Sulphur CH6, Pulsatilla CH4, Sílice CH6, Rhux toxicodendron CH4, Calcium Sulfuricum DH6.

**2.2. AEROFAGIA**

**Flatulencia, meteorismo**

**Descripción:** Exceso de gas en el estómago o el intestino.

La mayoría de los gases que se forman por fermentación en el intestino grueso, durante el proceso de la digestión, son eliminados normalmente mediante las heces. El gas formado en el estómago puede ser expulsado mediante erupción, mientras que la flatulencia intestinal se alivia por la expulsión de flatos.

**Causas:** En aquellas personas que tragan los alimentos con gran rapidez o son muy nerviosas, pasa una cantidad excesiva de aire al estómago. En muchos pacientes neuróticos, la aerofagia es muy frecuente.

Comer demasiado deprisa, no masticar suficientemente los alimentos o consumir hidratos de carbono refinados, son algunas de las causas más normales para que se forme gas. De igual modo, la carencia de sal en los alimentos produce con frecuencia formación de gases. La ingestión de bebidas carbónicas puede causar la distensión del estómago por gas, lo que genera una sensación de presión o plenitud que se intenta aliviar eructando. Si esto se consigue, hay un alivio temporal.

La aerofagia extrema produce disnea, palpitaciones, ahogos, dolor cardíaco y sensaciones similares a la angina de pecho. Suele estar producida por fermentaciones o putrefacción de las comidas ingeridas. **Tratamiento:**

Un tratamiento que suele dar muy buenos resultados, en los casos crónicos, consiste en hacer una dieta basada en copos de avena y manzanas cocidas. En los enfermos más leves, bastará con un régimen saludable en el que estén excluidos aquellos alimentos que el mismo enfermo sabe ya que le producen gases. Ponerse una cataplasma caliente en el bajo vientre entre las comidas es también de gran ayuda.

Entre los alimentos desaconsejados están las fresas, la familia de las coles y las legumbres poco cocinadas. Las infusiones a partir de anís, estragón, mejorana, orégano e hinojo son bastante eficaces en el tratamiento de la aerofagia. Otras hierbas a tener en cuenta son: la menta (digestiva), la manzanilla (calmante de los espasmos), la melisa (regulador nervioso), la angélica (digestiva), y el azahar (calmante) La milenrama y el perejil también son de gran ayuda.

**Para la acidez se beberá en ayunas agua de arcilla y si hay carencia de fermentos o enzimas digestivos, la alfalfa en comprimidos.**  
**Oligoterapia:**

Cobalto, ya que frena el simpático, así como zinc y magnesio. La mezcla zinc-níquelcobalto se dará si hay afecciones pancreáticas.

#### **Homeopatía:**

Carbón vegetalis CH3, Lycopodium CH3, Chamomilla CH2, Magnesium Phosphoricum DH6, Natrum Sulfuricum DH6, Natrum Phosphoricum DH6.

#### **AFONÍA**

**(véase laringitis) 2.4. AFTAS**

#### **Descripción:**

Hongos bucales que se desarrollan por una infección.

**Causas:** En muchos casos una faringitis puede hacer que el hongo que en sí es inofensivo desarrolle pústulas bucales.

También las alergias gastrointestinales suelen provocar aftas sobre todo en lactantes y casi siempre se deben a una deficiente alimentación, bien sea por mala calidad, preparación culinaria, defecto o exceso.

Los hospitales suelen ser un lugar importante de contagio, lo mismo que

intercambiarse barras de labios, o beber en el mismo recipiente.

**Tratamiento:**El tratamiento es sencillo y consiste en la ingestión de infusiones de salvia, tomillo, manzanilla, romero, ortiga verde o vara de oro, según la sintomatología y respuesta del paciente. También el agua de arcilla por vía oral es útil como primera medida.

Localmente, los toques de Própolis, más una infusión de centaurea mayor, y los lavados de boca con una decocción de cola de caballo son bastante eficaces.**Oligoterapia:** Responden muy bien a los oligoelementos Cobre-oro-plata.

**Nutrientes:**

Levadura de cerveza y polen.

**Homeopatía:** Mercurius corrosivus CH6, Acidum Sulfuricum CH3, Kalium Chloratum CH3, Kalium Phosphoricum DH6.

## 2.5. AGUJETAS

**Descripción:** Dolor muscular producido por ácido láctico

**Causas:**

Para dar una explicación sobre la causa de las agujetas se han barajado diversas teorías, pero la más extendida sigue siendo la del ácido láctico, producto catabólico que se concentra en los músculos excesivamente trabajados.

El dolor muscular puede ser tan intenso que la persona no puede volver a mover los músculos afectados hasta después de varios días.Sin embargo, el simple hecho de realizar masajes, estiramientos e incluso repetir el mismo ejercicio que produjo el mal, suele ser suficiente para eliminarlas en poco tiempo.

No hay que olvidar que el ácido láctico debe reabsorberse para volver a formar parte de la cadena energética y la mejor manera es movilizarlo de nuevo. Si esperamos que esta reabsorción se haga por sí sola tardará mucho tiempo.

**Tratamiento:**Aunque es obvio que lo mejor es prevenirlas mediante la moderación en el ejercicio, una vez declaradas, además de las medidas anteriormente citadas, dan buen resultado los baños muy calientes de magnesio y las cataplasmas igualmente calientes de puerros y apio.

**Nutrientes:**

Las dosis extras de vitamina C, la miel, la fructosa y las mezclas de electrolitos, son de alguna ayuda.

**Homeopatía:** Arnica CH4

## 2.6. ALBUMINURIA

### **Descripción:**

Exceso de albúmina en la orina. **Causas:**

La presencia excesiva de albúmina en la orina en muchas personas, es una alteración transitoria. Se da con frecuencia en el embarazo, tras esfuerzos musculares intensos, al reanudar la marcha después de haber permanecido sentado mucho tiempo o en las personas de mucha edad.

Las causas parecen ser debidas a una alteración renal pasajera, aunque también puede deberse al inicio de una enfermedad más grave como pueden ser las nefritis, infecciones del aparato urinario, cardiopatías, etc.

Las tiras de papel que se venden en el mercado constituyen una prueba sencilla y rápida para determinar la cantidad de albúmina presente en la orina.

**Tratamiento:** Este es similar al de cualquier enfermedad del riñón, aunque la hierba de elección es la corteza de abedul, la cual ha de tomarse en infusión varias veces al día, al mismo tiempo que se suprimen las carnes y el exceso de proteínas en general. Si hay retención de líquidos o hipertensión, se darán, además, dosis adecuadas de potasio orgánico e infusiones de cola de caballo.

## 2.7. ALCOHOLISMO

**Descripción:** Intoxicación etílica crónica. El alcohol pasa directamente a sangre, sin sufrir ningún proceso digestivo o metabólico, manteniéndose en sangre casi cinco horas. Dependiendo de la sensibilidad o tolerancia al alcohol, una persona puede acusar graves problemas con solamente 200 mg en sangre y otras llegar a morir con apenas 500 mg.

**Causas:** El efecto que tienen el alcohol sobre el organismo se basa primordialmente en su efecto sobre el sistema nervioso central. Por este motivo, al poco tiempo de beber la persona se encuentra más alegre, menos inhibida y más predispuesta a realizar trabajos o juergas. Pasados unos minutos y mucho más si la ingesta continúa, la capacidad de juicio se altera, se embota, lo mismo que los reflejos, aunque la persona que lo padece piense que no es así. Su sentido de la prudencia disminuye y se cree capaz de realizar acciones físicas imposibles o complicadas. Afloran entonces las represiones, los celos, las envidias y las frustraciones.

La creencia de que a un borracho no se le debe tener en cuenta sus palabras es errónea, ya que es precisamente en ese momento cuando puede dar rienda suelta a

sus verdaderas emociones, aunque posteriormente se arrepienta de ello.

Un dato curioso es que los alcohólicos parecen ser capaces de vivir casi exclusivamente a base de alcohol, ya que cada ml. proporciona 7 calorías, aunque, por supuesto, su estado de salud será deplorable.

Las complicaciones más conocidas y frecuentes son la cirrosis hepática, la malnutrición vitamínica, el delirium tremens, la degeneración grasa del corazón y las úlceras pépticas. El tratamiento de los alcohólicos es lento y suelen reincidir con facilidad, aunque con una buena terapia van perdiendo la necesidad de beber. En muchos casos, el aislamiento de su familia es benéfico durante la fase de desintoxicación.

**Tratamiento:** La hierba más utilizada es el hipericón, pero el extracto de cardo mariano es imprescindible para la buena función hepática. La alfalfa y el diente de león también tienen efectos curativos muy eficaces. Para dormir, un buen remedio es la sopa de cebolla, la cual ayuda a aliviar las resacas.

También se utilizará el Harpagofito, junto a la vitamina B-15, ya que se ha demostrado que son eficaces contra el síndrome de abstinencia. **Oligoterapia:** El oligoelemento de excelencia para estos casos es el litio. **Nutrientes:**

Se han de utilizar dosis altas de ginseng, dosis continuadas de vitaminas B-1 y B-6, más levadura de cerveza y vitamina B15. **2.8. ALERGIA**

**Descripción:** Hipersensibilidad del organismo ante determinadas sustancias.  
**Causas:**

Podríamos considerar a la alergia como una reacción del organismo ante la presencia de ciertos elementos o sustancias que en principio son inocuas para los demás, pero perjudiciales para él. Existen agentes alergénicos de efecto inmediato, los cuales estimulan (afortunadamente) la producción de anticuerpos específicos contra el invasor. Este contacto entre antígeno y anticuerpo parece ser que lleva a una activación de ciertas enzimas o al menos a un cambio en su equilibrio.

La reacción primera ante una sustancia alergénica es la liberación de la histamina, de la bradiquinina, la acetilcolina y algunas globulinas. Esta liberación produce asma, urticarias, trastornos gástricos y edemas, entre otros síntomas.

Entre las principales sustancias productoras de alergia tenemos el polen (principalmente de las flores), hongos, humo de tabaco, cosméticos, alimentos (chocolate, nueces, mariscos, fresas, cerdo, huevos, etc.), medicamentos, joyas,

pieles, plásticos, metales, o a causa del calor, el frío o el sol.

**Tratamiento:** Entre las hierbas más eficaces están el helicrisio, el espliego y el hisopo; estas dos últimas en forma de esencia para absorción sublingual. El grosellero negro, mirtilo, ortiga verde, tomillo, serpol y sobre todo la fumaria, son otras plantas de reconocida acción antialérgica. También ortiga verde, Equinácea, ginseng, milenrama y borraja.

Hay que evitar los ambientes sofocantes o con mucho calor, siendo ideal el clima marítimo.

**Oligoterapia:**

La oligoterapia juega aquí un papel primordial, en especial el manganeso, el cual no puede faltar en el tratamiento base.

**Nutrientes:**

Posteriormente, a la oligoterapia se ha de utilizar la Jalea real y miel con agua templada, como buenos suplementos antialérgicos. En las alergias al polen es imprescindible suministrar polen oral, preferentemente homeopático, en los meses que preceden a la primavera, ya que es el mejor tratamiento. Si se llega tarde, cuando la alergia ya está declarada, los resultados no son tan eficaces ni definitivos.

**Homeopatía:**

Polen 15 CH, Poumon histamine 15 CH, Natrum muriaticum 6 DH, Arsenicum iodatum 9 CH, Pulsatilla, Aconitum.

**2.9. ALOPECIA Descripción:** Caída continuada del cabello.

Se calculan que existen aproximadamente unos 5 millones de folículos pilosos en un adulto, algo así como 600 folículos por centímetro cuadrado.

**Causas:** Aunque no está claro que la caída del pelo en la madurez sea un asunto hormonal, sí parece serlo en la juventud, ya que su influencia es grande y coincide con el desarrollo sexual. Otro tipo de pelo, como es el de las cejas y las pestañas no parece estar influido por las hormonas. De todas maneras, el hecho de que existan calvos que conservan zonas laterales del cráneo pobladas y muchos a los cuales no se les cae el pelo nunca, aunque éste se vuelva blanco, son pruebas suficientes para que no admitamos sin más la teoría hormonal.

Para conocer los motivos de la caída del cabello, hay que comprobar si existen alteraciones genéticas en el tallo y bulbo piloso. Posteriormente descartar

las infecciones bucales o generales, los tumores, traumatismos o desgarros locales, así como analizar la posibilidad de una dermatosis. Cualquier enfermedad general puede provocar una caída espectacular del cabello y deberá ser tratada en primer lugar. Localmente la caspa, seborrea, hongos o tiñas, deberán tener el tratamiento adecuado, lo mismo que el buen estado nutricional de la persona.

La **alopecia tóxica** aparece después de 3 o 4 meses de haber padecido una enfermedad grave, normalmente de tipo infeccioso (sífilis o escarlatina), acompañada de fiebre prolongada, aunque también se declara en el mixedema (enfermedad del tiroides), el hipopituitarismo (poca función de la glándula pituitaria), así como con la administración de citotóxicos (medicamentos contra el cáncer), exceso de vitamina A (50.000 U.I. durante varios meses) o compuestos ricos en Talio.

La **alopecia areata** consiste en la pérdida brusca del pelo en una zona determinada, incluida la barba, y no obedece a una causa conocida, por lo que el tratamiento es poco eficaz, especialmente si se inicia en la niñez. En el adulto es posible que se puedan curar al cabo de unos meses de tratamiento y se piensa que es una enfermedad autoinmune.

La **tricotilomanía** es un hábito de las personas neuróticas que consiste en arrancarse el cabello y se da con frecuencia en niños y mujeres jóvenes. En estos casos el pelo suele volver a crecer si la raíz no ha quedado afectada.

La **alopecia cicatrizal** ocurre como consecuencia de heridas, quemaduras, radioterapia, infecciones bacterianas o por hongos, sífilis, tiña, tumores o sarcoidosis. Son de muy difícil curación.

**Tratamiento:**El tratamiento más importante consiste en la toma diaria de cantidades suficientes de alfalfa, bien sea en comprimidos, germinada o en hierba. Se reforzará con una sopa diaria de mijo.

Localmente hay una gran variedad de plantas medicinales de muy reconocida eficacia como son: bardana, abrotano macho, romero (la esencia en alopecias locales), capuchina, abedul, ortiga verde, espliego y salvia. Los aceites esenciales de tomillo, limón, enebro y el extracto de árnica, también son importantes en las alopecias localizadas o incipientes.

**Oligoterapia:**Los oligoelementos son otra parte del tratamiento igualmente importante y el cobreoro-plata se dará cuando exista una calvicie total, el zinc-

níquel-cobalto en caso de disfunciones glandulares, el zinc en cualquier circunstancia, y el yodo o el azufre cuando coexistan problemas de piel.

### **Nutrientes:**

Internamente también es recomendable tomar Jalea real, por su riqueza en ácido pantoténico, así como germen de trigo, levadura de cerveza y soja germinada. Entre las vitaminas más necesarias están la A y todo el complejo B, en especial el PABA, pantotenato y biotina.

### **Homeopatía:**

Thallium aceticum CH6, Arsenicum CH4, Lycopodium CH3, Sílice CH4, Acidum phosphoricum CH12.

## **2.10. AMENORREA**

### **Descripción:**

Ausencia de la menstruación en una mujer fértil

Hay que distinguir los diferentes tipos de amenorrea, ya que si se trata de una joven que nunca ha tenido el período se considera amenorrea primaria, si cesa posteriormente durante al menos tres meses, secundaria, y si ésta no tiene la duración normal de 28 días y se distancia entre ellas, se considera oligomenorrea. En las jóvenes que no han menstruado nunca las causas más normales pueden ser lo que se considera infantilismo genital o una pseudo-virilización. Estas ausencias y las que se producen después en una mujer aparentemente normal, se pueden deber a alteraciones hipofisarias, shock emocional que la misma afectada no reconoce o no quiere recordar, malnutrición crónica, diabetes, obesidad, menopausia precoz o traumatismos uterinos.

En cualquier tipo de amenorrea y mucho antes de buscar motivos complicados que puedan asustar a la paciente, se impone una terapia natural libre de efectos secundarios.

**Tratamiento:** Para la amenorrea prolongada se utilizarán la ruda, la artemisa, el ajeno y el orégano, una vez excluido con seguridad el embarazo. Cuando se sospeche alteración endocrina o carencia hormonal se tomarán infusiones de salvia, lúpulo, romero y alfalfa. En las depresiones resulta muy útil la mezcla de hipericón, romero y melisa. Otras hierbas algo menos utilizadas son el abrotano macho, la flor del saúco, la camomila, la caléndula y la milenrama, aunque también tienen buen efecto en los retrasos simples del período.

De especial eficacia son los baños de asiento a temperatura de 37 grados y

los baños de pies muy calientes de celidonia; ambos son remedios que datan ya de la época de Hipócrates.

### **Oligoterapia:**

La oligoterapia es también primordial y se utilizarán la mezcla zinc-cobre, el manganeso y el litio.

### **Nutrientes:**

La vitamina E deberá aplicarse indiscriminadamente. También hemos de tener en cuenta los suplementos dietéticos como son el regaliz, la piña, la nuez moscada y el perejil.

## **2.11. AMIGDALITIS**

### **Descripción:**

Inflamación aguda de las amígdalas, originada principalmente por bacterias.

Es esta una enfermedad de comienzo súbito, con escalofríos y en ocasiones fiebre de hasta 40º, que se da con mayor frecuencia en la infancia, ya que su sistema defensivo aún está sin formar y son estas glándulas las que primero defienden al organismo.

A partir de los siete años, el niño suele contar con un sistema inmunitario eficaz y las amigdalitis se dan con menos frecuencia. Suele existir malestar general leve, dolores de cabeza y quizá musculares, pero sobre todo dolor profundo al tragar y pueden estar inflamados los ganglios linfáticos. Las causas en la mayoría de los casos se deben a un proceso bacteriano. La exploración es bien sencilla ya que aparecen a simple vista aumentadas de tamaño, unas veces solamente enrojecidas y otras con placas de pus. Solamente en casos aislados se suele encontrar membranas diftéricas. Las complicaciones que se pueden dar es la formación de un absceso periamigdalino, superación de los ganglios linfáticos, fiebre reumática, etc.

De cualquier manera, y dado que tampoco se ha podido comprobar la relación entre amigdalitis y enfermedades generales, la práctica de extirpar las amígdalas sistemáticamente en los niños ha sido ya abandonada. Solamente cuando se declaran más de seis veces al año, con fiebres altas, es necesario cuestionarse la posibilidad de una intervención quirúrgica.

Un dato que no hay que olvidar, es que los niños pequeños tienen habitualmente las amígdalas hipertrofiadas, algo totalmente normal e

imprescindible, ya que su sistema defensivo no está formando. No hay que confundir ésta hipertrofia natural con una enfermedad.

**Tratamiento:**El tratamiento natural es similar a cualquier proceso infeccioso, aunque aquí la acción del Própolis es doblemente eficaz. Tomado en forma líquida o mezclado con miel, ejerce una acción general y otra local que contribuye a una curación más rápida. El Própolis calma los dolores, la fiebre y elimina la infección.

Las compresas calientes de linaza en la garganta y los gargarismos de salvia, manzanilla, menta piperita y zumo de limón, son dos remedios antiguos que aún conservan su eficacia.

#### **Plantas medicinales :**

Tomillo, grosellero negro y Equinácea. **Nutrientes:**

La carencia de hierro es una de las causas de amigdalitis de repetición por lo que deberán tomarse alimentos ricos en hierro como la remolacha, la melaza de caña o las lentejas, así como levadura de cerveza cultivada en hierro.

#### **Homeopatía:**

Belladonna CH3, Apis CH3, Gelsemium CH3, Mercurius Solubilis CH4, Calcium sulfuricum CH3, Silicea CH6, Lachesis CH10, y Ferrum phosphoricum DH6.2.12. **ANEMIA**

**Descripción:** Disminución del número de hematíes o de la hemoglobina. **Causas:**

Los tipos y causas de una anemia son muy variados y entre ellos están: Anemia por pérdida de sangre, ya sea crónica o aguda. Anemia por destrucción sanguínea (hemolíticas), que pueden ser debidas a la presencia de antiaglutininas o causadas por medicamentos, tóxicos o bacterias. También existen formas crónicas causadas por ictericias y anemias por destrucción de la hematopoyesis, entre las que están la carencia de vitamina B12, de factor intrínseco, de ácido fólico o de hierro, entre otros.

Otras causas de anemia están producidas por la solitaria, las hepatopatías, el embarazo, el alcoholismo, la insuficiencia renal o los procesos malignos crónicos.

La cifra media de hematíes es de 5.000.000 en los varones y 4.500.000 en las mujeres. La carencia de hierro produce unos valores de menos de 10 mg por 100

ml. La sintomatología puede variar según sea la causa de la anemia y así, la carencia de hierro provoca uñas en cuchara y lengua lisa; la de vitamina B-6 responde inmediatamente a su administración; en la carencia de B-12 hay trastornos gastrointestinales y del sistema nervioso central; en la de ácido fólico hay mala absorción y delgadez; y en el desplazamiento de la médula ósea están aumentados el hígado y el bazo.

La anemia hemolítica produce síntomas parecidos a la pérdida brusca de sangre y aunque no hay colapso puede existir postración y shock. La rápida destrucción de sangre provoca malestar, escalofríos y fiebre, así como dolor en la espalda y extremidades.

La anemia perniciosa suele ser hereditaria, ya que se forman anticuerpos contra el factor intrínseco, y el enfermo se queja de debilidad, disnea, dolor en la lengua, vómitos, náuseas, pérdida de peso y color de la piel amarillo. La degeneración del sistema nervioso produce alteraciones en el andar, con debilidad y rigidez. No es rara la falta de oxígeno cerebral.

Las anemias por carencia de hierro, las más numerosas, se deben a las pérdidas crónicas de sangre, bien sea por hemorroides, menstruaciones prolongadas, diarreas o aumento de las necesidades, como es el caso de las embarazadas o deportistas. El paciente se queja de cansancio crónico, irritabilidad, flatulencia, neuralgias, entumecimiento de las extremidades, palpitaciones, dismenorreas y atrofia de la lengua. Las uñas son frágiles, con estrías, y la piel y mucosa están pálidas.

Las anemias deberán tratarse de una manera más genérica, quizá todas por igual, ya que las carencias no suelen ser aisladas.

**Tratamiento:** Alimentos muy útiles son las algas fucus, kelp y chlorella. También los berros, la achicoria, ciruelas, limones, perejil, berenjenas, remolacha roja, albaricoque, tomates, zanahorias y guisantes. En cuanto a hierbas, se pueden utilizar el cardo mariano, el anís verde, la genciana, la angélica y la verbena. La clorosis responde favorablemente a la artemisa.

En la anemia por carencia de hierro se tomarán con preferencia espinacas, zanahorias, cerezas, fresas, manzanas, miel y pipas de calabaza o girasol. **Plantas medicinales :**

Ortiga verde, diente de león. **Oligoterapia:**

El tratamiento imprescindible para todas las anemias es la administración de cobalto, hierro y cobre, sin los cuales no hay posibilidad de curación definitiva. Se reforzará con las vitaminas B-12, B-6, ácido fólico y C.

Cuando se administre hierro deberá ser orgánico, ya que su tolerancia gástrica es perfecta y la absorción rápida y casi de un 90%.

#### **Nutrientes:**

Suplementos dietéticos útiles son el polen, la alfalfa, y la avena. El agua arcillosa se dará todos los días, ya que tiene un efecto catalizador muy interesante.

En personas debilitadas será muy útil el ginseng o el eleuterococo.  
**Homeopatía:** Arsenicum CH4, Calcium arsenicosum CH4, Ferrum phosphoricum 6DH, Arsenicum iodatum CH6, Kalium arsenicosum CH3, Cuprum arsenicosum CH4 y Avena sativa (tintura madre)

#### **2.13. ANGINA DE PECHO Descripción:**

Angustia cardiaca provocada por una insuficiencia coronaria. La incapacidad temporal, momentánea, de las arterias coronarias para proporcionar suficiente sangre oxigenada al corazón, produce una estimulación de las terminaciones nerviosas cercanas al miocardio, lo que ocasiona el dolor característico.

**Causas:** Son numerosas las causas que pueden producir ésta anoxia parcial, bien sea porque haya una mayor demanda o porque el aporte disminuya. La obstrucción a causa de arteriosclerosis es bastante frecuente, así como una caída brusca de la tensión arterial diastólica.

Una mayor demanda de oxígeno durante un esfuerzo intenso puede desencadenar la crisis, así como el hipertiroidismo, la hipertrofia cardiaca, las taquicardias o la anemia perniciosa.

Los enfermos con insuficiencia coronaria pueden vivir sin síntomas aparentes, ya que la circulación se puede realizar a través de multitud de vasos de pequeño calibre. No obstante, cualquier esfuerzo intenso, comidas abundantes en grasas o disgustos, pueden desencadenar una nueva crisis, la cual se alivia grandemente con el reposo y la tranquilidad. Las hernias de diafragma son muchas veces las desencadenantes del mal.

La sintomatología normalmente aparece unos días antes, en los cuales el enfermo se queja de gases en el estómago y malestar general con cansancio. Una vez declarada la crisis, el dolor que va desde el pecho hasta la espalda puede propagarse al hombro o brazo izquierdo. Aparece una sensación de que algo aprieta o comprime el pecho y son normales las palpitaciones, vértigos, desmayos y disnea. Al principio se declara hipertensión y arritmias.

El electrocardiograma realizado después de una crisis no revela nada, ya que no queda lesión. Si la hubiera habría que pensar en un infarto.

**Tratamiento:** El tratamiento natural preventivo es sumamente eficaz. En las crisis se administrará extracto de espino blanco y Germanio orgánico. Una vez superado el ataque anginoso, el tratamiento incluye el espino blanco durante largos períodos. Otras hierbas útiles son el Ginkgo Biloba (si hay problemas vasculares), el muérdago (si hay hipertensión), el romero (hipotensión o afecciones biliares), la vincapervinca (insuficiencia cerebral), la agripalma, el eucalipto y el eleuterococo para el estrés.

**Oligoterapia:** Germanio y Manganeseo-Cobalto, alternados con Selenio, vitaminas A, C, E y potasio.

**Nutrientes:**

Alimentos de especial eficacia son las nueces (los filamentos internos), la avena, las pipas de girasol y el ajo.

La Jalea real, la vitamina B-15, y la vitamina E, son otros ayudantes muy valiosos en la angina de pecho. De especial eficacia tenemos a la L-Carnitina, la cual tonifica y da vigor al músculo cardíaco, anulando el cansancio que toda persona cardíopata padece.

También la canela y las bayas del majuelo.

**Homeopatía:**

Arnica CH6, Arsenicum CH6, Spigelia CH3, Lachesis CH19, Magnesium phosphoricum CH6 y Kalium phosphoricum DH6.

**2.14. ANOREXIA**

**Descripción:**

Falta de apetito inducida o patológica.

En estos enfermos el ingreso diario de calorías apenas llega a las 1.000, lo que ocasiona una bajada del metabolismo basal -quizá menos de 40-, agudizándose con los vómitos muchas veces provocados. El

estreñimiento, los dolores gástricos frecuentes y el bajo peso, son bastante normales en estos casos. Estos enfermos suelen estar envejecidos, con la piel pálida, pelo y piel secos, tensión arterial baja y pulso lento. El hirsutismo en las mujeres es frecuente, así como la avitaminosis. Paradójicamente, no son personas inactivas y son capaces de llevar a cabo grandes esfuerzos. Ellos mismos están convencidos de que su delgadez no es motivo de preocupación.

**Causas:**La sexualidad mal entendida o reprimida es una de las causas más habituales y es normal que aparezca en la pubertad y en el comienzo de la madurez. También, y con mucha más frecuencia, la necesidad de conservar una apariencia física delgada, en la creencia de que ese es el canon de belleza, induce a muchos jóvenes a obsesionarse por su estética.

Las alteraciones tiroideas, la malabsorción, la tuberculosis y las enfermedades de Simmons y Addison, ambas de origen glandular, pueden dar también casos de anorexia.

**Tratamiento:**El tratamiento base debe incluir las llamadas hierbas aperitivas, como es el caso de la Genciana y la Cuasia amarga, así como los extractos de alcachofa y achicoria. En segundo lugar, se utilizarán el diente de león, la ajedrea, angélica y estragón. Menos efectivas, pero también a tener en cuenta, son el enebro, el hisopo y la salvia.

No obstante, en casos de anorexia patológica la psicoterapia y el contar con personas adecuadas a nuestro alrededor, constituyen el mejor remedio. Con frecuencia, una pareja adecuada suele ser suficiente para curar a una joven anoréxica.

En los niños, nunca se debe forzar la ingesta de alimentos, por muy delgados que estén, y es mejor que coman solamente aquello que verdaderamente les apetece, aunque motivándoles para que ingieran una correcta alimentación.

La hora de la comida debe constituir para el niño un placer, no una tortura.

### **Oligoterapia**

Los oligoelementos Zinc y Litio, junto a los nutrientes que a continuación recomendamos, son el tratamiento completo.

#### **Nutrientes:**

Para facilitar el engorde se tomarán suplementos de alfalfa y uvas en abundancia. Las comidas aderezadas con anís verde.

Si la desnutrición es muy importante se dará Jalea real, polen, jugo de germen de trigo y complejos vitamínicos y minerales en abundancia.

**Homeopatía:**Avena sativa 1 DH, Condurango 2 CH **2.15. ANSIEDAD**  
**Descripción:** Enfermedad emocional persistente.

La ansiedad es uno de los problemas emocionales más extendidos que existen y puede darse desde la niñez, hasta la vejez. El deseo de no cometer errores nunca, la necesidad que se tiene de sobrevalorarse, el miedo a la penuria económica y la dificultad en ser bien aceptado por la sociedad, son rasgos típicos del ansioso.

Los síntomas físicos se manifiestan por temor, tensión, sudores, palpitaciones, pesadillas nocturnas, diarreas, incluso vómitos, fobias, deseos de orinar y úlceras gástricas.

**Causas:**Normalmente, la persona se encuentra en un momento de su vida en el cual tiene que tomar dos caminos opuestos y este aumento de la tensión y el miedo a que pueda ocurrirle algo desagradable si falla, le conducen a un estado de ansiedad.

Ante situaciones hostiles es muy normal reaccionar con agresividad y sobre todo los niños suelen aplicar la ley del Talión con frecuencia. El problema es que inmediatamente aparece el temor al castigo o la represalia. La persona metida en este conflicto tiene que mantener una postura externa que disimule su preocupación y esto le conduce a un callejón sin salida.

**Tratamiento:**Entre las hierbas útiles están la melisa, el espliego y quizá el azahar o la Artemisa. Algunos naturópatas recomiendan el muérdago como muy eficaz en caso de hipertensos ansiosos.

**Oligoterapia:**Los oligoelementos por excelencia son el manganeso y la mezcla manganeso-cobalto. El litio se tomará en las crisis depresivas, mezclado con el aluminio para regular el sueño y el Cobre-oro-plata en los casos crónicos.

**Nutrientes:** Se consumirán abundantes frutas, con preferencia las uvas, plátanos, ciruelas, albaricoques y piña.

Las curas de Jalea real se imponen en todos los casos.

## **2.16. APENDICITIS**

**Descripción:**

Expresión local de una infección, manifestándose con la inflamación del apéndice

vermiforme.

**Causas:** No es fácil decir con certeza por qué se inflama y se infecta el apéndice, salvo que aceptemos la teoría (bastante lógica) de que es un órgano reservorio, algo así como el basurero del intestino. De esa manera, todo aquello que no puede absorberse ni eliminarse iría a quedar depositado allí, hasta que un proceso de eliminación enérgico lo pueda eliminar.

Los síntomas comienzan por dolor en la región umbilical, anorexia, náuseas e incluso vómitos, no siendo rara la diarrea. Pasado el tiempo, el dolor se localiza en el cuadrante inferior derecho, siendo intenso y lacerado.

La pared abdominal está en tabla, lo que es fácil de comprobar comparándola con la opuesta. Si presionamos con un dedo la zona dolorida y lo retiramos bruscamente, el dolor aumentará y el diagnóstico será más certero.

Si el dolor se hace más intenso cuando flexionamos la pierna sobre el abdomen, las posibilidades de error serán muy pequeñas.

#### **Tratamiento:**

El tratamiento natural no debe ser demasiado prolongado, ya que si no da resultado inmediato se hará necesario el ingreso en un centro hospitalario de urgencias.

Las compresas de hielo o de agua helada de manzanilla y boldo proporcionan gran alivio.

Por vía oral, la Equinácea se dará cada dos horas (10 gotas), con el fin de impedir la invasión bacteriana y el Harpagofito para bajar la inflamación y quitar el dolor. **Plantas medicinales:**

Agrimonia, Equinácea, regaliz y Ñame silvestre.

**Homeopatía:** Ferrum phosphoricum CH6, Colocynthis CH4 y Belladonna CH3. También Bryonia, Lachesis mutus.

#### **2.17. ARRITMIAS**

**Descripción:** Cambios en el ritmo del corazón.

#### **Causas:**

El impulso que estimula las aurículas y los ventrículos se origina en el nodo sinoauricular, extendiéndose posteriormente por las dos aurículas. Esta estructura cardíaca tiene un ritmo máximo intrínseco e inicia con regularidad los impulsos

que producen el ritmo. Las modificaciones en la frecuencia se deben normalmente a la actuación del nervio vago.

La simple observación del pulso sirve para detectar éstas variaciones y se cerciora mediante la auscultación cardiaca.

No existe una patología que defina ciertamente la arritmia y ésta puede aparecer en períodos cortos de nuestra vida y desaparecer sin más, ya que son multitud de circunstancias lo que puede dar lugar a una variación del ritmo de una manera prolongada.

La sintomatología incluye aumento del pulso, de la frecuencia y ruidos cardíacos. Para establecer un diagnóstico preciso se hace imprescindible un ECG.

#### **Tratamiento:**

El tratamiento consiste en la administración durante largos períodos de espino blanco. En enfermos muy nerviosos es muy útil la pasiflora. **Oligoterapia:**

Hay que dar suplementos de potasio y manganeso-cobalto, suprimiendo al máximo la ingestión de calcio.

**Nutrientes:** En estos casos se recomienda la ingestión de vitamina B-1. **2.18.**

#### **ARTERIOSCLEROSIS Descripción:**

Modificaciones de la pared arterial.

Lo primero que aparece en las arterias afectadas son estrías de grasa, especialmente en la aorta, las coronarias, las cerebrales y las periféricas. Las lesiones grasas de las arterias consisten en partículas de material graso compuesto de colesterol, éster de colesterol, fosfolípidos, grasa neutra, caroteno y proteínas, además de tejido fibroso. Se suelen formar placas de ateroma en las cuales se deposita fibrina, lo que puede dar lugar a trombosis y calcificación. El engrosamiento de la pared arterial, su endurecimiento, pérdida de elasticidad y disminución de la luz, producen un cuadro de muy difícil solución y por lo general muy frecuente entre la población.

**Causas:** Las causas hay que buscarlas sin lugar a dudas en la mala alimentación general, entre ellas el exceso de grasas y proteínas de origen animal, demasiados huevos y leche en la edad adulta y muy pocos vegetales ricos en fibra. La carencia de grasas insaturadas de procedencia vegetal es, no obstante, el factor más decisivo para la arteriosclerosis. Como es bien sabido, el cuerpo humano necesita un equilibrio entre grasas saturadas, monosaturadas e insaturadas, con un predominio de las últimas. Por desgracia, la alimentación cárnica está tan

generalizada entre la población, que son pocas las personas que no padecen prontamente arteriosclerosis.

La herencia, la mala función hepático-biliar, la diabetes, la obesidad, la falta de ejercicio y el estrés, son otras de las causas comunes de arteriosclerosis.

Esta enfermedad no suele declararse repentinamente y en la mayoría de los casos se manifiesta con pérdida de memoria, confusión, alteraciones de la personalidad o hemorragias inespecíficas, como síntomas primarios. Posteriormente y sin tratamiento, pueden degenerar en lesiones isquémicas del miocardio, arritmias, aneurismas, dolor y cambio de temperatura en las extremidades inferiores, hipertensión, claudicación intermitente, parkinsonismo e incluso infarto de miocardio.

Una cifra de colesterol de más de 250 mg por 100 ml suele ser un dato significativo. **Tratamiento:**El tratamiento natural da buenos resultados, aunque no inmediatos y se necesitan varios meses para volver los síntomas a la normalidad, aunque el buen estado de la pared arterial llevará muchos meses y quizá años. En la actualidad, la ingestión cotidiana de aceite de salmón, prímula, atún o bacalao, ricos en ácidos grasos EPA y DHA, son el mejor tratamiento a largo plazo que existe.

Hierbas de elección son el muérdago (sólo cuando hay hipertensión), el espino blanco y la alcachofera. También son de ayuda las hojas de olivo, bolsa de pastor (si hay peligro de hemorragias), la fumaria y la milenrama. La cebolla, los puerros, el tomate y los berros son de gran ayuda alimentaria

#### **Oligoterapia:**

Oligoelementos importantes son el manganeso-cobalto, el magnesio y también el zinc-níquel-cobalto.

#### **Nutrientes:**

Suplementos dietéticos muy útiles son la lecitina, el alpiste, el ajo, las semillas de sésamo y el aceite de germen de trigo o maíz.

#### **Homeopatía:**

Barium carbonicum CH4, Aurum CH4, Arnica CH3, Viscum album (en tintura madre), Calcium Phosphoricum CH6, Calcium Fluoratum CG12.

#### **Dieta:**

Imprescindible una alimentación baja en grasas de procedencia animal, rica en fibra vegetal y pobre en azúcar blanco. La cebolla, los puerros, el tomate y los berros son de gran ayuda alimentaria **Nutrientes:**Suplementos dietéticos muy útiles son la lecitina, el alpiste, el ajo, las semillas de sésamo y lino, y el aceite de germen de trigo o maíz. También se recomienda el extracto de semilla de uva en dosis de 150 mg diariamente.

En la actualidad se considera que la ingestión cotidiana de aceite de salmón, prímula, atún o bacalao, ricos en ácidos grasos EPA y DHA, son el mejor tratamiento que existe a largo plazo.

Vitamina C: hay que medir la tolerancia gástrica a esta vitamina. Vitamina E: 800-1200 unidades diariamente

Beta-caroteno: 25.000 unidades diarias, preferentemente de verduras como Espirulina, alga Chlorella, algas Fucus, germen de trigo, etc.,Ácido fólico: 800 mcg diarios, sobre todo si usted tiene la homocisteína alta que es cuando puede dañar las arterias, tanto como el colesterol alto. Las dosis más altas pueden ser de gran valor, pero no son fáciles de encontrar.

L-lisina: 2000 mg diariamente con el estómago vacío. L-prolina: 1000gm diarios con el estómago vacío, quizá junto con L-lisina.

L-Carnitina: 2000 mg diariamente, pues ayuda al corazón a trabajar más eficazmente. Coenzima Q-10: 150 a 300 mg diarios que aportarán también energía extra al corazón.

Complejo B: 50 mg de cada una de las vitaminas, aunque también puede tomarse un complejo total.

Magnesio: 1 gramo diariamente Potasio y Aspartato de magnesio: 4 cápsulas diarias.

Obviamente, no estamos recomendando tomar cada día tal cantidad de nutrientes pero podemos elegir algún preparado que los contenga todos, aunque en menor proporción. No obstante, si desea emplear alguno en concreto a la dosis recomendada, hágalo alternativamente.

### **Conducta:**

Aprenda a relajarse. Aprenda a disolver su enojo o permitir sustituirlo por algo más saludable.

No fumar

## **2.19. ARTRITIS**

### **Descripción:**

Enfermedad de las articulaciones con inflamación.

Bajo esta denominación voy a incluir una larga serie de enfermedades denominadas reumáticas, ya que todas ellas tienen una patología similar e incluso el tratamiento la mayoría de las veces es coincidente. Las enfermedades que se pueden agrupar bajo la denominación de "reumáticas" serían: artritis infecciosa, fiebre reumática, artritis reumatoide, artrosis, gota y ciertas miositis.

Todas ellas presentan una serie de síntomas muy similares y entre ellos nos encontramos con dolor e hipersensibilidad en las articulaciones, chasquidos de éstas al doblarlas o flexionarlas, ligera fatiga general, algo de fiebre, rigidez después del reposo, quizá edemas en la bolsa sinovial y limitación del movimiento a causa del dolor. También es frecuente que el dolor cambie de articulación y que empeore con la humedad ambiente, lo que daría lugar a que la persona detecte los cambios de clima solamente por el dolor de sus articulaciones.

**Causas:** Las causas pueden estar debidas a traumatismos, esfuerzos excesivos y en algunas ocasiones a efectos tóxicos de las bacterias. También se atribuyen a alteraciones inmunológicas.

**Tratamiento:** Los alimentos imprescindibles son todos aquellos que sean ricos en antioxidantes, evitando la formación de radicales libres en las membranas y líquidos que rodean la articulación. Por ello, se comerán en abundancia berros, acelgas, lechugas, pimientos, remolacha, coles, brécol, tomates, fresas, legumbres, miel, limón, manzanas, cacahuets y pipas de girasol. El zumo de patata crudo es uno de los remedios más solventes que nuestros antepasados nos han legado.

Las hierbas más utilizadas son el Harpagofito y la Onagra, seguidas del diente de león, bayas de enebro, lavanda, ulmaria, cayena, bardana, zarzaparrilla y cola de caballo. También la Uña de gato y la Anamu.

Las cataplasmas muy calientes de arcilla, los compuestos homeopáticos y la reflexoterapia, son auxiliares terapéuticos muy interesantes en estos casos. Los baños a más de 38 grados y la supresión de las espinacas y la carne, son otras medidas de mucho interés.

### **Oligoterapia:**

Un papel muy decisivo en la curación total lo juegan los oligoelementos, en especial el selenio, el cobre, el silicio, el flúor, el magnesio y el fósforo.

**Nutrientes:**La alfalfa y la ortiga, por su poder remineralizante, son muy útiles. También podemos recurrir al ajo y la jalea real. El mejillón de labio verde (perna canaliculus), es otro de los nutrientes de gran efectividad.

**Homeopatía:**

Colchicum CH3, Kalium chloratum CH6, Silicea CH12, Natrum muriaticum CH6 y Magnesium phosphoricum CH6.

**Complementos:** El más importante es la Niacinamida (vitamina B3) en dosis de 400 mg día, repartidos en dos tomas.

Normalmente tarda 21 días en surtir efecto y los beneficios continúan solamente mientras se toma, aunque es muy eficaz. Cuando se ingiere durante tratamientos prolongados (meses), la movilidad articular puede mejorar significativamente, evitando tener que recurrir a la cirugía.

También se puede probar N-acetyl-glucosamina o sulfato de glucosamina, 250 mg dos veces al día.

El cartílago de Tiburón o bovino, son otras ayudas de gran eficacia.

La Vitamina E, 400 mg diariamente y el aceite de semilla de lino, 1-2 cucharas diarias, suelen estar recomendados por otros profesionales.

**Dieta:**Si la osteoartritis también tiene un componente inflamatorio, y si se complica con la artritis degenerativa, puede ser útil comer alimentos cultivados a la sombra, como los tomates, patatas, berenjenas y pimientos verdes. Lo mejor es efectuar la recolección de noche, aunque sabemos que ello solamente es factible en el caso de que usted mismo posea un huerto.

La alfalfa y la ortiga, por su poder remineralizante, son muy útiles. También podemos recurrir al ajo y la jalea real.

**El Mejillón de Labio Verde (Perna canaliculus), es un nutrientes de gran efectividad en las afecciones reumáticas.**

**Energía:**

La Resonancia Magnética produce igualmente buenos resultados, sobre todo si la enfermedad no es demasiado antigua.

**2.20. ARTRITIS REUMATOIDE Comentarios generales:**La artritis reumatoide (RA) es más difícil de tratar con éxito que la osteoartritis. Esto significa que hay que trabajar más intensamente para encontrar la combinación correcta de los tratamientos que funcionan. La artritis reumatoide es considerada una

enfermedad del sistema auto-inmune y se cree que es el propio sistema inmunológico del cuerpo quien lucha contra sí mismo, aunque no todos los especialistas aceptan esta teoría y también se cree que está producida simplemente por una bacteria o virus.

También existe otra teoría que habla de una infección parasitaria, lo que explicaría que la enfermedad suele declararse en el verano, justo después de haber pasado unas vacaciones en la playa.

Los tratamientos que se mencionan a continuación pudieran servir igualmente para la psoriasis y el lupus.

**Dieta:** Las alergias a determinados alimentos juegan a menudo un papel importante en la artritis reumatoide.

La investigación ha mostrado que comiendo muchas grasas saturadas puede empeorar la enfermedad y, sin embargo, comiendo alimentos ricos en grasas insaturadas mejoran los síntomas.

#### **Nutrientes:**

Zumo de patata crudo: es suficiente una cucharada al día en ayunas.

Aceite de semilla de lino: 2 cucharas diariamente.

Aceite de Onagra: seis perlas al día.

Ajo: dos perlas de aceite en cada comida o, mejor el ajo crudo. No sirve cuando está frito o cocido.

**Complementos:** Cobre: un estudio a doble ciego mostró los beneficios significativos empleando una dosis de 4-10 mg/día.

Vitamina K: 100 mg tres veces por día reducen la inflamación.

Betaina (HCl) con pepsina: muchos pacientes afectados de RA están bajos en este componente digestivo. Se emplearán 2 píldoras con las comidas ligeras, 4 con las comidas mayores.

Selenio: evita la pérdida de la fuerza muscular. **Hierbas:**

El Jengibre (cápsulas o fresco), así como empleado en condimento, suele dar buenos resultados. De especial interés es el uso de la Uña de gato y la Anamú.

#### **2.21. ASMA Descripción:**

Disnea que se presenta en forma de ataque. El asma se desarrolla por lo general en personas de naturaleza alérgica y suele ser reversible.

**Causas:**Estas pueden darse por causas externas, como por ejemplo al polen, alimentos, medicamentos o cosméticos, o bien a causa de infecciones respiratorias. Los cambios bruscos de temperatura, humedad, los ambientes sofocantes, el cansancio, los disgustos, la menopausia, la menstruación o el embarazo, agudizan los síntomas.

En estos enfermos los pulmones están muy distendidos y los bronquiolos obstruidos por abundante mucosidad. El silbido característico se produce por la dificultad que tiene el aire en pasar a causa de la estenosis y el estancamiento del aire residual.

El asma suele comenzar después de una enfermedad respiratoria o después de la inhalación de un alérgeno. Las molestias en el pecho, el silbido y la tos, pueden durar unas pocas horas (sobre todo de noche, entre la una y las tres de la madrugada) o prolongarse varios días. Una vez expulsado el moco el alivio es inmediato. Si el ataque es grave el enfermo puede volverse cianótico. La respiración en estos casos es superficial, solamente en la zona alta de los pulmones, y acompañada de fuertes sudores en la nuca.

Si el asma se declara entre los 10 y los 30 años, la causa pueden ser sustancias inhaladas.

Pasados los 45 debidas a infecciones de repetición y en la primera infancia a causa de los alimentos.

**Tratamiento:**

El tratamiento natural proporciona muy buenos resultados, tanto en los casos agudos como en los crónicos y consiste en la administración de grindelia y drosera, en dosis mayores por la noche. La esencia de hisopo se tendrá en cuenta en las crisis agudas y se dará mediante absorción sublingual (1-3 gotas)

Otras hierbas utilizadas frecuentemente son la valeriana, pulmonaria, espino blanco, ortiga blanca, vara de oro, diente de león, tila, laurel, helenio, marrubio, tusílag y fumaria. Mención especial merece la efedra, la lobelia y el estramonio por sus rápidos erectos aliviadores, pero dada su toxicidad solamente se recomienda inhalar el humo procedente de quemar las hojas secas.

Caso aparte es el helicrisio italicum, el cual tiene un buen efecto curativo y no es tóxico.

Los baños calientes de pies con arcilla tienen un efecto derivativo y son muy

indicados en niños y personas débiles o ancianas. Algunos autores nombran como eficaces el Ginkgo Biloba, la ajedrea, el cardo mariano, el agracejo, la menta y el llantén. La reflexoterapia bien aplicada alivia bastante los ataques más fuertes.

**Los casos graves de asma requieren hospitalización inmediata para la administración de oxígeno.**

**Oligoterapia:**

El manganeso, el calcio y el germanio orgánicos, serán el tratamiento de fondo imprescindible.

**Nutrientes:**

Alimentos con buenos efectos curativos tenemos a las pipas de girasol, los cacahuets, las uvas, los berros, rábanos, las almendras y el apio.

Suplementos dietéticos restauradores son la jalea real y las vitaminas B-2 y B-6. **Homeopatía:**

Arsenicum CH6, Antimonium arsenicosum CH4, Lobelia CH2, Hepar sulfuris CH4, Atropicum sulfuricum Ch3 y Cuprum CH4.

## **2.22. ASTENIA**

**Descripción:** Debilidad general del cuerpo. Nadie en toda la población puede verse libre de padecer astenia varias veces en su vida, ya que suele ser el resultado de una vida anterior poco adecuada o a la necesidad que tiene el organismo de descansar.

Numerosas son las manifestaciones de la persona que padece astenia, además del cansancio general, y entre ellas están: taquicardia, palpitaciones, falta de aire, vértigos, pesadez de piernas, incapacidad para concentrarse psíquicamente, dolores de cabeza, bostezos, trastornos gástricos y dolores musculares generalizados.

En numerosas ocasiones, un asténico crónico ha sido catalogado como "vago" y no se le ha puesto tratamiento médico.

**Causas:** Hay enfermedades que provocan astenia continuada y entre ellas está el hipertiroidismo, las hepatopatías, la tuberculosis, la hipotensión o las cardiopatías. También las afecciones del sistema venoso producen síntomas similares.

De igual modo, muchas astenias son producto de una mala información, como ocurre con los deportistas. El ejercicio físico continuado e indiscriminado

suele ser causa habitual de astenia, si la persona no dedica más horas al descanso que al deporte. Para rendir bien en un deporte tan importante es el entrenamiento como las horas de descanso.

**Tratamiento:**Una vez suprimida la enfermedad causante, se puede probar con hierbas de reconocida fama como astiasténicas, como es el caso del ginseng, eleuterococo, espino blanco y romero.

El cardo mariano, brusco, ginkgo biloba y la esencia de ajedrea, son otros buenos remedios contra la astenia. La artemisa se ha utilizado durante largo tiempo para tratamiento de las lipotimias.

Los oligoelementos manganeso-cobre, cobre-oro-plata y manganeso-cobalto, han de ser el tratamiento de fondo de todas las astenias.

La carencia de hierro es un dato importante a tener en cuenta.  
**Nutrientes:**Alimentos de especial interés son las ciruelas, los berros, la avena, la alfalfa y la remolacha. La jalea real, la vitamina B-15 y la L-carnitina, son otros buenos suplementos para el mismo fin.

### **2.23. ATROFIA MUSCULAR Descripción:**

Pérdida de la actividad del tejido en diversas partes del cuerpo. Se denomina distrofia cuando la debilidad es progresiva.

**Causas:**Estas alteraciones musculares pueden estar producidas por muy diversas causas, pero como en tantas otras enfermedades el tratamiento es muy similar para todas, por lo que establecer una gran diferenciación entre ellas casi nunca conduce a un mejor tratamiento. Así, nos encontramos con la atrofia muscular progresiva infantil, la cual aparece por un trastorno de la neurona motora. En ella las células motoras de la médula espinal y el bulbo raquídeo son anormales y están reducidas en número.

Esta enfermedad se delata porque el niño no aprende a sentarse ni a estar de pie y el control de la cabeza es insuficiente. Las piernas se arquean, están abolidos los reflejos y hay una insuficiencia respiratoria que provoca la muerte a temprana edad. La enfermedad se manifiesta en cuanto el niño comienza a andar.

**La distrofia muscular es una enfermedad heredada que se caracteriza por debilidad progresiva y degeneración de las fibras musculares.**Otras enfermedades que también producen ciertos tipos de atrofia muscular son las ataxias, la esclerosis múltiple, las miopatías, la miastenia y ciertas parálisis

periódicas. También se producen atrofas, muchas veces irreversibles, por permanecer demasiado tiempo inmovilizado en cama, o a causa de las escayolas.

**Tratamiento:**El tratamiento de cualquier tipo de atrofia consiste en la toma diaria de vitamina E y de Octacosanol. Estos dos productos no se podrán suspender durante todo el tratamiento.

El aceite del germen de trigo también posee buenos efectos, lo mismo que la Jalea real y la vitamina B-15.

Los suplementos de proteínas y la gimnasia realiza por un ayudante o el mismo enfermo, son también imprescindibles. Selenio asimilado en levaduras. **2.24.**

## **BOCIO**

**Descripción:** Hipertrofia de la glándula tiroidea.

Pasa a denominarse bocio endémico cuando se da en varias áreas próximas entre sí, casi siempre a causa de la falta de yodo en el agua o los alimentos.

**Causas:**El bocio no solamente puede estar producido por un déficit en la ingestión de yodo, ya que la carencia de algunos enzimas o la ingestión de sustancias productoras de bocio también lo pueden causar. El embarazo, las dietas de adelgazamiento y el hipertiroidismo también son los causantes más comunes.

El bocio apenas produce síntomas físicos, salvo el aumento en el grosor del cuello, la tendencia a la obesidad y un metabolismo basal muy bajo.

Si la enfermedad progresa se produce un aumento del coloide y su diseminación por el cuello, lo que dará lugar posteriormente a quistes y adenomas.El pronóstico casi siempre es benigno y el hecho de que la glándula presione la tráquea, no debe ser motivo suficiente como para aconsejar la extirpación, ya que los problemas posteriores pueden ser mayores.

**Tratamiento:**El tratamiento preventivo en los pueblos pobres en yodo, es el consumo de sal marina sin refinar para asegurar un aporte de yodo suficiente y evitar el consumo de coles y derivados. La tan recomendada sal yodada es una mala solución, ya que el yodo que se ingiere es inorgánico, incapaz de solucionar la enfermedad y causante de posteriores problemas. Si, aún así, la enfermedad no remitiera se utilizará el yodo asimilado en levaduras y la arcilla por vía oral y en cataplasmas, en este caso mezclada con roble. La avena, los ajos, el hipericón, la milenrama, las bayas de enebro y la salvia, son hierbas de reputada eficacia.

**Oligoterapia:**

Oligoelementos catalizadores son el manganeso-cobre y el zinc-cobre. El aminoácido tirosina se dará en los casos rebeldes al tratamiento anterior.**Nutrientes:**

Las algas marinas tipo fucus o kelp, así como los berros, son el mejor tratamiento base.

**Homeopatía:**

Spongia CH2, Thyreoidinum CH3, Iodum CH6, Kalium fluoratum CH4, Calcium iodatum CH3, Magnesium Phosphoricum CH6.**2.25. BRADICARDIA**

**Descripción:**

Pocas pulsaciones por minuto.

**Causas:**

Si la bradicardia es muy antigua seguramente obedece a un trastorno vagal sin más importancia.

También es una consecuencia del entrenamiento deportivo continuado, lo que mejora enormemente la resistencia del deportista. Durante el sueño, en los sujetos jóvenes, en reposo y en los consumidores habituales de manzanilla, también es normal acusar descensos de las pulsaciones. Esta alteración también se puede notar en caso de llevar frecuentemente el cuello de la camisa muy apretado.

Las hemorragias, la hipotensión y la inhalación de anestésicos o disolventes, también producen bradicardias de pronóstico bastante más serio.

**Tratamiento:**

El tratamiento consiste en acostar al enfermo, aflojarle los vestidos e impedirle que permanezca normalmente mucho tiempo de pie.

Una alimentación algo más rica en sal marina y suplementos de alfalfa y magnesio, son suficientes para volver todo a la normalidad en los casos leves.**2.26.**

**BRONQUITIS Descripción:** Inflamación del aparato traqueobronquial. **Causas:**

La bronquitis aguda es consecuencia de una infección y suele presentarse en invierno, habitualmente después de una infección de las vías respiratorias altas mal curada.

También ocurre cuando la persona permanece mucho tiempo al aire libre, está debilitado o pasa de un ambiente muy caluroso a otro frío. Si se produce con frecuencia es síntoma de una disminución en las defensas, quizá minadas por dosis continuadas de antibióticos mal aplicados, o por infecciones repetidas y mal

curadas de garganta.

En los niños la aspiración de humos procedentes del tabaco también es causa de bronquitis de repetición. Suprimir la mucosidad nasal de manera brusca mediante sprays o nebulizadores, ocasiona el descenso del moco al aparato bronquial y el desarrollo rápido de una bronquitis aguda.

La bronquitis crónica no tiene porque ser forzosamente de naturaleza infecciosa y tiene mucha más importancia el modo de vida, el ambiente de trabajo o familiar, la humedad continuada, y el abuso de broncodilatadores o antihistamínicos que atrofian la capacidad defensiva del bronquiolo. También la prolongada exposición al sol en verano y el abuso de la inmersión en piscinas, son otras causas frecuentes. Suele ser una enfermedad que va unida a otras, como es el caso del asma, insuficiencia cardiaca o incluso la cifosis. El insuficiente desarrollo de la caja torácica en la juventud a causa del poco ejercicio, también es causa de bronquitis crónica.

En la bronquitis aguda hay un exudado mucoso, tos seca y molesta al principio, que posteriormente se hará más fluida y quizá descamación. En las formas crónicas los bronquios han perdido elasticidad y, por tanto, la capacidad de expulsar el moco o el pus y hay hipersecreción de las células mucosas. Las células muertas y las bacterias se eliminan con dificultad y el drenaje depende casi exclusivamente de la tos, la cual por supuesto nunca se debe disminuir ni anular. En estos enfermos la capacidad vital está disminuida y suele darse con frecuencia casos de asma.

En los casos más graves hay una disminución marcada de oxígeno y una retención de anhídrido carbónico. La sintomatología varía sensiblemente en ambas formas y en los casos agudos suele presentarse después de un resfriado común mal curado. Hay algo de fiebre, malestar general, dolores de espaldas, punzadas en el pecho y tos muy seca al principio.

Al cabo de dos días se hace más fluida y se comienza a eliminar, al principio con una apariencia purulenta. La remisión se logra en cinco días, pero los casos mal curados se prolongan hasta tres semanas. Las bronquitis crónicas leves son bien llevadas por el enfermo, notándose normalmente una agudización de los síntomas al levantarse o después de estar quieto algunos minutos, aunque lo normal es que la capacidad respiratoria esté bastante disminuida. No suele haber esputo ni expulsión alguna de moco, aunque en otros casos se puede expulsar incluso sangre y pus con mal olor, lo que daría lugar a un diagnóstico más serio.

La aparición de disnea y crisis asmáticas obligará a tomar medidas más serias, ya que puede ser indicio de insuficiencia pulmonar obstructiva o neumonía.

**Tratamiento:**El tratamiento de la bronquitis aguda implica el reposo en cama, administración de líquidos y una dieta a gusto del enfermo. Las hierbas de elección son el eucalipto, drosera, grindelia, malvavisco, la amapola para sedar la tos fuerte, la pulmonaria, el tusílogo, la violeta, la malva y sobre todo el llantén. El gordolobo y la raíz de loto, también dan buenos resultados.

Alimentos de especial interés son los puerros, los berros, los ajos, las patatas y las judías verdes. El cocimiento de higos secos en vino tinto o leche sigue siendo, no obstante, el mejor tratamiento para este tipo de afecciones ya que nutre adecuadamente, reconforta, relaja, suaviza la mucosa inflamada y es un buen mucolítico.

Para la bronquitis crónica pueden valer todas las medidas nombradas anteriormente, aunque existen otras plantas como el liquen de Islandia y la angélica que poseen, además, propiedades regeneradoras de los bronquios. La cola de caballo también posee cualidades en este sentido.

Si el enfermo no puede ingerir alimento alguno, hay que tener en cuenta que cualquiera de las esencias balsámicas (pino, eucalipto, tomillo, etc.), se pueden absorber perfectamente a través de la piel fina, en inhalaciones o mediante los puntos reflejos de la reflexoterapia.

Mantener los pies calientes y aplicar cataplasmas en el tórax y la espalda, son también valiosas ayudas.

**No poner humidificadores en la habitación de un bronquítico, especialmente cuando esté durmiendo**

**Oligoterapia:** Para estos casos es necesario la utilización del germanio y el cobre.

**Nutrientes:**

Los suplementos dietéticos para ambos casos son el ginseng, y en caso de infección se tendrán en cuenta el tomillo, la capuchina, la Equinácea y más que nada el Própolis. Si existe disnea o asma, la grindelia, la drosera y el sol de oro, son otras ayudas importantes.

El jugo de cebolla y ajo, incluso en sopa caliente, descongestionan los bronquios.

**Homeopatía:** Antimonium sulfuratum 9CH, Hyoscyamus CH4

**2.27. CALAMBRES Descripción:**

Contracción muscular dolorosa.

## **Causas:**

Varias son las causas que pueden originar los calambres, siendo las principales el embarazo, los esfuerzos musculares intensos, el calor excesivo, la carencia de minerales o vitaminas, así como golpes agudos en algún nervio. La persona afectada suele adoptar una posición extrema, ya que trata de reducir algo el intenso dolor que padece y que le obliga a permanecer postrado, con el miembro afectado en flexión.

Los calambres suelen ser de repetición, sobre todo aquellos que afectan a brazos y piernas, y fuera de las crisis la salud de la persona suele ser óptima. Si afectan al abdomen, pueden simular un caso de apendicitis y es normal que acudan a un centro de urgencia por error.

**Tratamiento:**El tratamiento de los calambres debe ser eminentemente preventivo, administrando alguna de las mezclas de electrolitos que se encuentran disponibles en el mercado. También es útil tomar suplementos de vitamina B-1, especialmente en embarazadas y deportistas.

En las crisis se mitigarán con infusiones de hojas de laurel, gordolobo y valeriana. Las patatas hervidas al vapor también son una buena terapia para prevenirlos. Localmente se puede aplicar vinagre de manzana, cataplasmas de pimienta, y masajes con esencias de lavanda, geranio o melisa.

Beber un vaso de zumo de limón con una pizca de sal, ayuda a impedir los calambres nocturnos.

El **síndrome de las piernas nerviosas** normalmente indica un déficit de vitamina B y un exceso de tabaco o café. Se emplea el Arsenicum, la sepia y la belladona.**Oligoterapia:**

Es recomendable la administración de potasio, magnesio y cloruro sódico, así como dosis altas de vitamina E y C.

### **Homeopatía:**

Arnica CH3, Ruda CH2, Magnesium phosphoricum CH6, Kalium phosphoricum CH6.

## **2.28. CÁLCULOS BILIARES**

**Descripción:** Residuos que se acumulan en la vesícula biliar o en los conductos biliares.

Enfermedad mucho más frecuente en la mujer que en el hombre y aún más

en presencia de obesidad o embarazo. Se calcula que al menos, un 20% de las personas mayores de 65 años padecen cálculos biliares.

**Causas:** Aunque se piensa que los cálculos se forman a partir del estancamiento en los conductos biliares o por el aumento del colesterol, lo cierto es que con un régimen vegetariano casi nunca se padecen e incluso se pueden eliminar los ya formados. Todos los cálculos se forman dentro de la vesícula biliar, o bien en los conductos biliares tras una extirpación de la vesícula.

La causa sería, pues, el exceso de consumo de grasas animales, la poca ingestión de grasas insaturadas vegetales, el poco ejercicio físico y las hormonas estrógenas propias de la mujer.

La sintomatología de la persona afectada es muy difusa y, por tanto, no siempre es fácil realizar un diagnóstico, a no ser que se impacte un cálculo en la vesícula, lo cual origina un cólico con síntomas característicos: dolor agudo que se pasa al hipocondrio derecho, también a la escápula del mismo lado, abundancia de náuseas y vómitos, taquicardias y malestar general, todo ello casi siempre después de una comida abundante rica en grasas o cremas.

En ausencia de cólico los síntomas van desde dolor de cabeza, vértigos, eructos, malas digestiones, flatulencias, mal sabor de boca, etc.

**Tratamiento:** El tratamiento natural da casi siempre resultados extraordinarios, e incluso se pueden expulsar cálculos muy grandes sin problemas. Si todo va bien, la expulsión se logra entre 24 horas y 15 días.

El régimen alimentario comprende tomar alimentos especialmente útiles como son el tomate, berenjenas, las alcachofas, fresas, peras, zanahorias, naranjas, ciruelas e higos secos. De cualquier manera, el aceite de oliva con zumo de limón sigue siendo el mejor tratamiento para expulsar los cálculos. Una cucharadita todos los días en ayunas proporciona buenos resultados en pocos días. Por el día se tomarán infusiones de diente de león, cardo mariano y romero. La zaragatona y el Harpagofito también son buenos auxiliares del tratamiento.

En caso de Colecistitis (vesícula biliar fibrosa), se tomarán con preferencia la gayuba y el diente de león, siendo los suplementos adecuados la alfalfa y la lecitina, con dosis continuadas de magnesio.

**Oligoterapia:** El magnesio y las mezclas zinc-níquel-cobalto, complementan el tratamiento.

**Nutrientes:**

El agua arcillosa es buena para quitar rápidamente las molestias gástricas y la alfalfa como suplemento dietético.

Aquellas personas que carecen de vesícula suelen ver aliviados sus síntomas con el ajeno, pero lo utilizarán en dosis pequeñas.**Homeopatía:**

Chelidonium CH2, Natrum sulfuricum CH6, Atropinum sulfuricum CH4. **2.29. CÁLCULOS RENALES**

**Descripción:** Concentraciones cristalinas en el sistema urinario, principalmente de oxalato cálcico (85%)

**Causas:**

La frecuencia de los cólicos renales es de 1 por cada 1000 adultos, aunque se cree que al menos un 1% de la población tienen cálculos en el riñón asintomáticos. La causa de la formación de cálculos en los conductos urinarios o en el riñón hay que buscarlas, una vez más, en la mala calidad de vida.

El desprecio del agua como bebida indispensable, siendo sustituida por gaseosas o bebidas alcohólicas, el excesivo consumo de mariscos y carnes de mamíferos, algunos medicamentos (entre ellos la vitamina C), así como la vida sedentaria, son algunas de las causas que provocan la acumulación de sustancias de deshecho que cristalizan en el aparato urinario.

La frecuencia de los cálculos urinarios es mayor en el varón y se da sobre todo en la edad media de la vida. El tamaño oscila mucho y abarca desde arenillas apenas perceptibles, a otros que pueden llenar la pelvis renal y obstruir los uréteres. Con frecuencia los movimientos de un cálculo pueden provocar infecciones y hemorragias, e incluso obstruir totalmente la emisión de orina.

Las arenillas y cálculos pequeños se eliminan con facilidad o espontáneamente, son silenciosos, y apenas suelen dejar complicaciones, salvo pequeñas hemorragias. Los de gran tamaño pueden permanecer muchos años en el interior de la pelvis sin producir malestar, salvo ligeros dolores lumbares y albuminuria en la orina.

El llamado cólico nefrítico se produce a causa del movimiento migratorio de un cálculo de gran tamaño y comienza por un fuerte dolor en la región lumbar, el cual se va irradiando hacia la ingle, abdomen inferior, genitales y cara interna del muslo. El paciente se retuerce de dolor en un intento de encontrar una postura que le alivie (el movimiento es una defensa del organismo que no hay que limitar) y con frecuencia hay vómitos, escalofríos muy intensos, sudores abundantes, deseos

de orinar e incluso shock. Una simple presión mediante reflexoterapia podal confirmará el diagnóstico fácilmente. El riñón afectado puede quedar sin función durante algún tiempo posterior a la expulsión del cálculo.

**Tratamiento:** Para aliviar el dolor el mejor tratamiento es la inmersión en una bañera de agua muy caliente. Este sencillo procedimiento permite al paciente serenarse lo suficiente. Si se añaden al agua esencias de enebro, abedul y geranio la mejoría es más duradera.

En plena crisis y también para provocar la expulsión del cálculo, se tomarán 50 gotas de extracto de rompepiedras y dos comprimidos de Harpagofito cada dos o tres horas; por supuesto, bebiendo abundante agua si no hay obstrucción.

Hierbas complementarias para lograr una curación definitiva son el ortosifón, diente de león, arenaria, vara de oro y rabos de cereza. Las compresas calientes de arcilla en la zona renal afectada y la reflexoterapia bien realizada ayudan bastante a la curación.

Posteriormente y para corregir la posible infección renal, se tomarán infusiones de gayuba y grama.

La inmersión en agua caliente sigue siendo el mejor remedio contra el dolor del cólico nefrítico

#### **Nutrientes:**

En cuanto a los alimentos, tienen alguna validez el mijo, los berros, la achicoria, el melocotón, el tomate, los puerros y las patatas. Así como la vitamina A.

**Oligoterapia:** Para prevenir la formación de nuevos cálculos se tomarán regularmente potasio, litio, selenio, cobalto y níquel.

Existe la denominada como agua dialítica que se vende en ampollas para sumergir en agua y que supone un estupendo remedio para evitar recidivas.

**Homeopatía:** Lithium carbonicum CH1, Magnesium phosphoricum CH1, Natrum phosphoricum CH1, Lycopodium CH3, Silicea CH12. También, cantharis, tabacum, Nux vomica y berberis.

### **2.30. CALLOS**

**Descripción:** Hiperqueratosis de la piel, algunas veces muy dolorosas, especialmente las que se forman en los dedos de los pies. **Causas:**

Suelen estar producidas casi siempre por la presión o el roce continuo de materiales sobre la piel. Multitud de profesionales son afectados por callosidades y entre ellos están los carpinteros, músicos, deportistas, peones albañiles, artistas marciales, etc. Por otra parte, muy pocas son las mujeres que no padecen callosidades varias veces en su vida como consecuencia de llevar zapatos anatómicamente inadecuados. El juanete es una consecuencia casi siempre de un callo no tratado o de una presión perenne sobre una articulación afectada con anterioridad.

Cuando se forman encima de zonas óseas se denominan duros, y cuando es entre los pies, blandos.

**Los zapatos estrechos son la causa más habitual de callos en las personas**  
**Tratamiento:**

El tratamiento profiláctico es obvio y consiste en la supresión del roce o la presión continuadas, algo que lógicamente muchas personas no pueden o no quieren evitar. Una vez declarados, se pueden tratar de eliminar aplicando zumo de ajo directamente sobre el callo o también zumo de celidonia fresco.

Otros remedios menores son el jugo de cebolla local, el extracto de caléndula también local y los baños de arcilla y siempreviva. En caso de no lograrse resultados inmediatos en pocos días, se recurrirá a los servicios de un podólogo y posteriormente se pondrán las medidas profilácticas adecuadas para que no vuelvan a generar.

#### **Oligoterapia:**

El sílice y el selenio, ambos ingeridos. **Nutrientes:** Como preventivo, la vitamina A.

#### **A. 2.31. CÁNCER**

##### **Descripción:**

Proceso maligno degenerativo que crece de forma independiente al resto de los tejidos y mucho más aprisa que las células normales, llegando a invadir los tejidos locales, primero, y posteriormente el resto del cuerpo, quizá por disponer de un metabolismo independiente.

**Causas:** No hay una causa reconocida, ni un mismo tipo cáncer y ni siquiera una respuesta igual de cada individuo que lo padece. Lo mismo que la medicina oficial puede fracasar, también ocurre con la medicina natural y no es posible asegurar a un enfermo que alguno de los tratamientos actuales sea infalible en su caso.

El cáncer es el responsable en la actualidad del 20% de las muertes y sigue en un aumento preocupante, quizá también porque las personas vivimos más ahora y podemos desarrollar con más facilidad esas enfermedades. La incidencia de mortandad se duplica cada 5 años a partir de los 25 años de edad, aunque hay algunos casos que se desarrollan entre los 60 y los 80 años, como los de próstata, colon y estómago.

Si malo es dar falsas esperanzas de curación a un enfermo, peor aún es quitar toda esperanza. Esto es especialmente importante recordarlo en el caso del cáncer, una enfermedad en la cual la mayoría de los pronósticos son inciertos.

**Entre las causas que se barajan como más probables para desarrollar un cáncer están:**

Radiaciones ultravioletas prolongadas, producidas sobre todo por los rayos del sol. Radiaciones por pérdida de la capa protectora del ozono o aumento de la cantidad de iones positivos en el ambiente. Uso de aislantes térmicos, como el amianto. Cables de alta tensión próximos a la vivienda.

Estrés psíquico intenso o prolongado.

El abuso de pesticidas en las cosechas, algunos con arsénico.

Algunos conservantes alimentarios. En este caso no existe dosis máxima ni mínima, dependiendo de las características del consumidor. Su toxicidad depende de la frecuencia en el consumo, enfermedades coincidentes, predisposición genética, país de residencia o tensiones emocionales.

Bebidas alcohólicas y uso de tabaco o drogas. Disolventes orgánicos presentes en el hogar, incluso en los jabones de cosmética o de ropa.

El cloruro de vinilo y muchos otros plásticos, entre ellos el PVC.

Las cintas de las máquinas de escribir, las fotocopiadoras, el tóner de las impresoras, los adhesivos para las moquetas, los antipolillas, los detergentes de las tintorerías.

Se sospecha que algunos fármacos también inducen cáncer, aunque no existen estudios concretos hasta después de muchos años de uso. También hay informes sin confirmar, sobre el exceso o la falta de relaciones sexuales.

La tristeza, las depresiones y los conflictos emocionales continuados. Este aspecto es actualmente el más controvertido, pues mientras hay médicos como el Dr. Hamer que aseguran que el cáncer está originado por un desorden emocional intenso, otros han conseguido que prospere una denuncia contra él por farsante.

Personalmente avalo esta teoría y creo que las consecuencias de un fuerte shock emocional desembocan frecuentemente en cáncer, aunque se manifiesta varios años después, por lo que es difícil establecer la relación causaefecto. El problema del Dr. Hammer es que pretendía curar el cáncer simplemente solucionando el conflicto emocional que lo originó, algo difícil de lograr cuando el daño orgánico era ya muy intenso.

Las células cancerosas malignas se distinguen de las otras, las sanas, en que no obedecen al código reproductor normal y se multiplican escapando a las leyes conocidas de una manera anárquica, al menos para nuestros conocimientos.

Invaden los tejidos próximos y lejanos provocando la necrosis y son capaces de diseminarse por el tejido linfático o sanguíneo. Las mutaciones en el ADN se realizan en varias etapas y hacen que la célula se vuelva maligna, pudiendo durar este proceso varios años. A partir de entonces, adquiere la capacidad de funcionar fuera de los cauces normales y su respuesta a los estímulos hormonales e inmunitarios está modificada, careciendo de la capacidad de cooperación con el resto del cuerpo. Su crecimiento no tiene límite y es capaz de robar todos los nutrientes que encuentra a su alcance, privando al resto de las células sanas de ellos.

La metástasis se producen mediante la adhesión de las células tumorales en el endotelio vascular, con lo cual consiguen así su nutrición desde el mismo sistema circulatorio, llegando entonces a formar un nódulo tumoral independiente.

**Tratamiento:** Ya hemos mencionado que con el cáncer no existe ningún tratamiento seguro ni ninguno inútil; todos se deben probar en la medida que vayan fracasando los anteriores. Lo importante es no asistir resignado a nuestra muerte, aunque en algún momento deseemos abandonar ante lo inútil de los resultados. Mientras hay vida, hay esperanza.

**La dieta:** Una alimentación vegetariana, baja en calorías y rica en antioxidantes, siempre ayuda a mejorar el estado general y disminuir la evolución de la enfermedad. Un ayuno a la semana, y una semidieta basada en vegetales y frutas, puede ser recomendable.

**Alimentos antitumorales:** Es mejor comer poco varias veces al día, que las clásicas tres grandes comidas. Diariamente deberemos tomar una ensalada rica en antioxidantes a base de remolacha roja, apio y zanahoria, para impedir la formación de radicales libres.

El mijo, la melaza, los productos lácteos acidificados (yogur, kéfir), son también importantes. Los cereales integrales deben constituir la base de la alimentación y se suprimirán las carnes y los huevos, así como cualquier exceso de proteínas. Los berros, las alcachofas y la alfalfa, también son otros alimentos a incluir en la dieta.

**Hierbas:** Muchas son las hierbas que se han probado con más o menos éxito contra el cáncer. El fracaso o el éxito del tratamiento dependen esencialmente de lo precoz que sea. Las plantas medicinales se pueden y se deberían utilizar junto con los medicamentos, consiguiendo así una mejor eficacia por la terapia conjunta.

La hierba por excelencia es el muérdago, sobre todo su extracto, el cual se ha utilizado con éxito en numerosos países de habla hispana. En algunos hospitales se administra inyectada directamente en el mismo tumor, junto a los oligoelementos cobre-oro y plata, en tumores localizados.

Para reforzar el sistema inmunitario se aplicarán de manera sistemática el Própolis. La consuelda se utilizará en los tumores superficiales de piel, así como la celidonia, pero nunca se administrarán oralmente.

Otras plantas de reconocida acción anticancerosa son: cola de caballo, capuchina, bolsa de pastor (sobre todo cuando coexistan hemorragias) y las esencias de ciprés y clavo. En los tumores de mama se ha demostrado como muy efectiva la aplicación local de la vellorita, o el aceite de Onagra.

Especialmente importante es el empleo de las plantas Uña de gato y Anamú.

De todas las hierbas recomendadas el Hipericón ocupa el lugar de elección, pues su efecto antidepresivo ayudará a mejorar la mayoría de las patologías tumorales. Esta extraordinaria hierba no solamente mejora el estado anímico del enfermo, sino que potencia el sistema inmunitario. La unión de los dos efectos podría suponer una ayuda para cualquier otro tratamiento, pues no hay que olvidar que somos cuerpo, alma y mente, y es inútil intentar curar el cuerpo si la mente no colabora.

**Oligoterapia:** Los oligoelementos a utilizar continuamente, alternándolos entre sí, son el selenio, el cromo y el magnesio, así como la mezcla cobre-oro-plata. El Germanio también parece ser que tiene acciones muy benéficas.

**Nutrientes:** Como suplementos dietéticos se administrarán con preferencia

las vitaminas A, C y E en dosis altas. También son útiles la lecitina, las vitaminas B-15 y B-17, y también la B-6, PP, PABA y cualquier compuesto a base de ácidos grasos.

Otras medidas importantes son la inmersión en agua caliente arcillosa, durante media hora, pero bebiendo líquidos en abundancia. El extracto de timo, un ligero ejercicio físico, la visualización (el enfermo se imagina así mismo curándose) y por supuesto el no aislamiento físico ni psicológico, son complementos necesarios. En los casos más graves, la familia o un psicólogo pueden proporcionar más bienestar al enfermo que cualquier medicación.

### **2.32. CARIES Descripción: Pérdida del esmalte dental. Causas:**

Aunque parezca un contrasentido, la costumbre de lavarse los dientes tres veces al día puede ser más perjudicial que benéfica. Si se emplean conjuntamente una pasta de dientes abrasiva y un cepillo de cerdas duras, la erosión al esmalte suele ser rápida e irreversible. De igual manera que un pulimento desgasta la pintura aunque aparentemente la deje blanca, la acción mecánica del cepillado de dientes puede deteriorar el esmalte especialmente en los niños.

Nuestra recomendación es sencilla: hay que lavarse los dientes con un cepillo de cerdas suaves, empleando preferentemente agua. Por otra parte, la caries se ve influida grandemente por el consumo de productos refinados, en especial el azúcar y las galletas, ya que se ha comprobado recientemente que el azúcar integral no provoca caries. La carencia de flúor, calcio, hierro, sílice y magnesio, serían las causas puramente nutritivas que acrecentarían un problema ya declarado.

**Tratamiento:** El tratamiento debe ser ante todo preventivo y lo mejor es cepillarse los dientes suavemente una sola vez al día (mejor de noche), utilizando simplemente agua o una pasta de dientes que no contenga abrasivos.

Para blanquear los dientes hay medidas muy populares como son lavárselos con zumo de limón dos veces en semana y masticar hojas de salvia y menta. También nos podemos fabricar nuestra propia pasta de dientes empleando arcilla con unas gotas de Própolis.

**Nutrientes:** En los niños se puede utilizar pequeñas dosis de flúor orgánico, junto a los minerales anteriormente citados y recomendarles que no coman en absoluto dulces refinados o chocolate.

### 2.33. CASPA

**Descripción:**

Escamas en el pelo.

Esta es una anomalía que se extiende por igual en hombres que en mujeres, llegando incluso a afectar a los niños, aunque en la actualidad ha disminuido bastante su propagación.

Se declara normalmente en el cuero cabelludo, aunque en casos más extremos puede extenderse a las cejas, e incluso al tórax, llegando a ser recurrentes. Las escamas pueden ser muy numerosas, bien visibles y de tamaño variable.

**Causas:**La causa se atribuye a una errónea higiene del cabello, y eso que normalmente las personas afectadas no son precisamente descuidadas con su aspecto físico. Tampoco se sabe con seguridad si la caspa aparece en personas con problemas emotivos, introvertidos o acomplejados, o en realidad es la caspa lo que les ocasiona ese carácter.

Un causante de la caspa es el empleo reiterado de champús contra la grasa.

**Tratamiento:**Localmente se han probado con éxito varias fórmulas y entre ellas tenemos las lociones de abedul, capuchina, ortiga verde, nogal, romero y lúpulo. Cualquiera de ellas suele dar buenos resultados, lo mismo que las lociones con tomillo.

Mucho más decisivo es el lavado correcto del pelo. En este sentido es importante no emplear nunca champús que eliminen drásticamente la grasa, ya que es una causa en la aparición de la caspa. El lavado del pelo debe ser suave, nunca masajeando con las uñas, con agua templada y al menos un par de veces en semana o inicialmente cada dos días.

Internamente da buen resultado el aceite de Onagra y la toma diaria de una infusión de milenrama, tomillo, diente de león, alcachofera y llantén.**Oligoterapia:**

El zinc

**Nutrientes:**

Una mezcla vitamínica con B-6, H y Biotina, aportarían los nutrientes indispensables.

### 2.34. CATARATA

**Descripción:** Opacidad degenerativa del cristalino.

**Causas:**

No siempre las cataratas es un trastorno del envejecimiento, ya que pueden ser producidas frecuentemente por la diabetes, inflamaciones e infecciones del ojo, traumatismos, calor excesivo, uso de colirios, rayos X o exposición prolongada al sol.

Mirar al sol a través de una cámara fotográfica, aunque sea durante unos segundos, puede originar una catarata en poco tiempo. La persona suele notar inicialmente una pérdida progresiva de la visión, sin dolor, llegando a ver solamente un velo blanco en los casos más avanzados. Otro síntoma es la miopía, aunque en estos casos existe la paradoja que una persona que necesitaba gafas para ver de cerca comience a no necesitarlas. Externamente, la presencia de un color blanquecido en el cristalino confirma fácilmente la enfermedad.

**Tratamiento:** En los comienzos el problema puede quedar enmascarado con el uso de unas gafas adecuadas, aunque posteriormente su progreso es irreversible y se necesitará extraer el cristalino.

La medicina natural no puede aportar soluciones buenas en estas enfermedades, aunque se puede intentar frenar su evolución en los primeros momentos. Se tomarán por vía interna extracto de arándano, pipas de calabaza crudas y glutatión reducido, durante un tiempo indefinido.

Localmente se harán lavados frecuentes con agua de eufrasia y se pondrán en el ojo afectado compresas de arcilla o cebolla.

Se han recomendado mucho los colirios a base de limón o perejil y para utilizarlos la persona deberá realizarlos con la concentración adecuada para que no le escueza.

#### **Nutrientes:**

Las vitaminas C y B2 son las más adecuadas. **Homeopatía:**

Causticum CH4, Naphatalium CH6, Natrum muriaticum CH6, Calcium fluoratum CH 12, Gelsemium CH5. También sílice y fósforo. **2.35. CIÁTICA**

**Descripción:** Dolor que se irradia hacia las nalgas y la parte posterior de las piernas.

#### **Causas:**

El nervio ciático se extiende por casi toda la pierna y, por tanto, está muy expuesto a traumatismos e inflamaciones. Son numerosas las causas que pueden

alterarle y entre ellas tenemos el frío, compresión de una raíz nerviosa, enfermedades tóxicas, infecciosas o metabólicas, alcoholismo, neuropatía diabética, lesiones del propio nervio o rotura de algún disco intervertebral. También son frecuentes los dolores a causa de inyectables mal puestos, embarazo, carencias vitamínicas, tumores, carreras deportivas, ciclismo, permanecer demasiado tiempo sentados sobre el borde de las sillas o por excesivo deporte.

Aunque es una enfermedad leve, el dolor que causa es muy intenso y provoca incapacidad durante muchos días, siendo frecuentes las recidivas.

**Tratamiento:**El calor es el mejor tratamiento que existe y puede ser aplicado con manta eléctrica, botella de agua caliente o, mejor aún, con compresas calientes ricas en esencia de tomillo y extracto de albahaca. También proporcionan alivio las cataplasmas de hipericón y esencia de pino.

Internamente se tomará Harpagofito en dosis altas cada tres horas, reforzado cada ocho horas con muérdago. Los **pinzamientos vertebrales** se confunden frecuentemente con la ciática y requieren reposo, estiramientos intensos pasivos (realizados con la ayuda de otra persona), calor lumbar y masajes compresores sobre la parte afectada. Esta enfermedad se agudiza por la ingestión habitual de pipas de girasol, quizá porque origina una contractura muscular en la zona que rodea las vértebras.

#### **Oligoterapia:**

El litio.

**Nutrientes:** El zumo de col, la vitamina B-1 y los higos secos, son otras medidas igualmente curativas.

#### **Homeopatía:**

Arnica CH3, Aconitum CH4, Belladonna CH3, Colocynthis CH3, Ammonium muriaticum CH3. También, calcarea fluorica y Bryonia.

### **2.36. CINETOSIS Descripción:**

Alteración del sentido del equilibrio que da lugar a importantes trastornos de todo el sistema orgánico, especialmente el digestivo. El estímulo excesivo del aparato vestibular, parece ser el principal responsable de los mareos del viaje. Normalmente las personas tienen una cierta capacidad para adaptarse a las aceleraciones y deceleraciones y a los cambios angulares y lineales, pero en determinadas circunstancias ese sistema se muestra insuficiente. Los movimientos

rotatorios de la cabeza son los que provocan con mayor frecuencia mareos en el viaje, así como la adaptación continua de los ojos al movimiento de los objetos próximos.

Otros factores, como son el aspecto olfativo (el olor a comida suele ser un desencadenante), los traumas psíquicos, el embarazo y el convencimiento de que se va a marear, son también causa común de mareos. Durante la crisis hay vómitos, hiperventilación, palidez, sudores abundantes, bradicardia y fatiga intensa.

**Tratamiento:**El mejor tratamiento consiste en evitar mirar a objetos muy próximos y tratar de hacerlo a la lejanía. También hay que evitar moverse, hablar, leer, fumar, beber o comer antes de los viajes.

Para prevenirlos se deberán tomar infusiones de menta varias veces al día, y dormir con unas gotas de la misma esencia en la almohada. También es útil masticar raíz de jengibre.

#### **Oligoterapia:**

Tomar comprimidos de vitamina B-6 unos días antes.

**Nutrientes:** Las pipas de calabaza crudas y los pimientos rojos tienen cierta acción preventiva bastante eficaz.

#### **Homeopatía:**

Cocculus CH3, Tabacum CH3, Belladonna CH4.

### **2.37. CIRROSIS**

#### **Descripción:**

Inflamación crónica que provoca el endurecimiento del hígado como consecuencia de la destrucción de sus células.

#### **Causas:**

Es una enfermedad que se produce con más frecuencia en el varón alcohólico, aunque en los demás casos es la mujer de entre 35 a 60 años las que más lo padecen.

La desnutrición, la falta de proteínas y el exceso de grasas animales, suelen ser las causas más frecuentes de cirrosis, así como las intoxicaciones. El comienzo es similar a las afecciones hepáticas y se perciben por anorexia, fatiga extrema y picores en todo el cuerpo, con preferencia en la palma de las manos. Hay mal sabor de boca, eructos, pérdida de peso, malestar general y dolores abdominales.

Si la enfermedad progresa hay fiebre ligera, ictericia, fuerte mal aliento,

aumento del tamaño del hígado, varices de esófago, hemorroides, trombosis venosa, ascitis, edemas y torpeza de movimientos.

### **Tratamiento:**

Aunque el tratamiento básico debe ser igual al de la hepatitis, no debemos olvidar que es una enfermedad más grave y requiere muchos más cuidados. Es necesario un reposo prolongado, suprimir el alcohol, aumentar la ración de proteínas vegetales, tomar hidratos de carbono sin refinar, nada de leche (salvo la de almendras) y muchos zumos de frutas y verduras al gusto del enfermo.

La distensión del sistema venoso se tratará con ginkgo biloba, y en casos de hemorragia con hidratis y ciprés. Si el paciente está aturdido se suprimirá la alimentación normal, salvo algún alimento rico en glucosa, como pueden ser las uvas, miel, etc. La ascitis, hinchazón del vientre, se tratará con vara de oro, rabos de cereza y diente de león.

El tratamiento de fondo comprende infusiones tres veces al día de fumaria y cardo mariano.

Como bebida únicamente se recomienda agua normal con unas gotas de zumo de limón y si hay muy mal sabor de boca se puede hacer una tisana con hojas de menta. Si hay éxtasis o inflamación de los conductos biliares se aplicarán compresas de leche fría en la zona hepática.

**Nutrientes:** Calcio, vitaminas A, D y K.

### **Oligoterapia:**

Cobalto y bioflavonoides

**Homeopatía:** Aurum CH4, Cardo mariano (tintura madre), Quassia (tintura madre), Plumbus CH6.

## **2.38. CISTITIS**

**Descripción:** Inflamación de la vejiga urinaria. **Causas:** Con una frecuencia de 10 veces más en la mujer que en el hombre, la mayoría de las veces la cistitis es consecuencia a una infección de riñón, próstata o uretra, ya que el epitelio de la vejiga es muy resistente a la infección y el pH no favorece la proliferación microbiana.

Las cistitis femeninas pueden deberse a una infección desde la vagina a la uretra y en los varones generalmente es el resultado de una infección ascendente de la uretra o la próstata.

La expulsión de cálculos o el vaciado tardío o parcial de la orina, sin embargo, pueden provocar una infección local. El parto, el reposo prolongado en cama, la diabetes o el no llevar suficientemente tapados los órganos genitales en tiempo frío, pueden provocar una cistitis.

La sintomatología de la cistitis es muy clara e incluye sensación de quemazón al orinar, dolor en la región púbica y en la parte posterior de la espalda, escalofríos, malestar general, fiebre y en ocasiones hemorragias pequeñas.

**Tratamiento:** Reposo en cama y buena hidratación. Hay que evitar la introducción de sondas o manipulaciones externas, ya que el riesgo de agudizar la infección es muy alto. El tratamiento que se indica a continuación actúa igualmente en vías urinarias altas.

Los baños de asiento muy calientes con manzanilla dulce y malva, así como el sumergir también los pies en agua caliente, es la terapia de base e imprescindible. Diariamente, cuatro veces al día si es posible, se tomarán infusiones de grama, gayuba y brezo, bien calientes por supuesto. El espliego y el enebro se pueden utilizar también en forma de esencias, bien sea en el baño de pies, el de asiento, o simplemente frotándose con ellas la cara interna del brazo.

El arándano se utilizará si coexisten hemorragias y la consuelda se puede aplicar en los casos en los que la pared mucosa esté erosionada y sumamente delicada. Para ello, se utilizarán lavados internos adecuados con maceración en agua de la hierba, reforzados con esencia de Niaolí o Cedro.

Externamente ayudan bastante las cataplasmas de linaza muy calientes. Hay que evitar llevar pantalones ajustados, prendas con tejidos sintéticos que no permitan la transpiración y el alcohol.

Una vez remitida la enfermedad, se tomarán diariamente durante algunos días estigmas de maíz, cola de caballo y meliloto, para evitar las recaídas. **Los baños de asiento calientes son el tratamiento básico de las cistitis**

**Oligoterapia:**

El cobre orgánico fortalecerá la curación

**Nutrientes:**

Las perlas de aceite de ajo, las acelgas y la jalea real, y suplementos de vitamina A tienen en éstos casos un efecto fortalecedor. También se recomiendan el zumo de arándanos agrios y el agua de cebada.

**Homeopatía:** Aconitum CH3, Belladonna CH3, Cantharis CH3, Dulcarama CH6, Nux vomica CH3, Pulsatilla CH3.

### 2.39. CLAUDICACIÓN INTERMITENTE

**Descripción:** Alteraciones en la estructura de las venas y arterias que producen oclusión del aporte sanguíneo a las extremidades.

**Causas:**

Suele desencadenarse en personas que padecen aterosclerosis, aunque también existe una predisposición a ella en personas que llevan fumando muchos años y realizan un trabajo comúnmente de pie.

No es frecuente en mujeres y suele agudizarse en épocas de fuerte frío o calor, así como durante las enfermedades infecciosas y el uso de medicamentos como la epinefrina.

La pared venosa y arterial se vuelve áspera y son normales los vasoespasmos que reducen aún más el flujo sanguíneo. Al comienzo de los síntomas el enfermo se queja de dolor, calambres, frialdad, entumecimiento, hormigueo o ardores en las extremidades. Posteriormente, se suele declarar flebitis y el dolor al estar de pie es más agudo. El reposo alivia rápidamente los síntomas, los cuales se agudizan en el caso de realizar esfuerzos muy intensos.

La palidez de la piel afectada cuando se eleva por encima del corazón y el rubor cuando están colgados son habituales, lo mismo que las alteraciones de las uñas y la piel de los extremos. La sensación de dolor puede extenderse al pie, muslos, cadera o nalgas.

**Tratamiento:** Es imprescindible andar al menos 60 minutos diarios, parándose cuando aparece el dolor, ya que de no hacerse el riesgo de gangrena y ulceraciones es muy alto. El tratamiento hace imprescindible una serie de medidas de fondo, como son dejar de fumar, evitar permanecer mucho tiempo de pie, no usar zapatos ajustados, exposición a temperaturas extremas o el uso excesivo de la parte afectada. También hay que mantener una buena higiene de los pies y las uñas.

Si la enfermedad da síntomas de gangrena incipiente hay que mantener reposo en cama, poner la parte afectada bien alta y estimular la vasodilatación refleja poniendo calor en el tronco.

Es conveniente también mover la zona afectada arriba y abajo para ayudar a

reanudar la circulación y si el enfermo no puede, el ejercicio puede ser realizado con ayuda de otra persona.

El tratamiento natural consistirá en tomar cuatro infusiones diarias de milenrama e hipericón, así como aplicaciones locales de tintura o extracto de caléndula y árnica.**Oligoterapia:**

El oligoelemento a utilizar es el Cobalto. **Nutrientes:**

La vitamina apropiada es el ácido nicotínico. **Homeopatía:** Pulsatilla CH3, árnica CH4 **2.40. COLON IRRITABLE**

**Descripción:**

Alteraciones en la movilidad del intestino grueso. **Causas:**

Normalmente no existe una causa anatómica, aunque son varias las circunstancias que pueden desencadenar esta enfermedad y la más frecuente de ellas es de tipo emocional, ya que las personas ansiosas o nerviosas son las más propensas a ello. Otras causas son comer deprisa, retener las heces a menudo, abuso de laxantes o antibióticos y las infecciones bacterianas.

El enfermo suele padecer estreñimiento y sus heces pueden estar acompañadas de mucosidad. Hay molestias gástricas en la zona del apéndice, quizá dolor de cabeza, insomnio, anorexia y síntomas de no hacer bien las digestiones. También hay enfermos que padecen diarreas frecuentes en forma líquida.

**Tratamiento:** Hay que evitar la toma de antibióticos y el tratamiento natural incluye la harina de avena o los copos como base de un plato diario.

El arroz integral, la arcilla líquida y el zumo de col, son parte importante para la curación. Por supuesto habrá que eliminar las causas emocionales, sociales y alimentarias que provocaron la enfermedad.

**Plantas medicinales:**

Diente de león, angélica, melisa, menta y manzanilla. Aceites esenciales de lavanda, enebro, hinojo y rosa, en masajes o baños. **Oligoterapia:**

El Cobalto y Zinc. **Nutrientes:**

La vitamina A y la Alfalfa completarán la terapia, así como las semillas de cilantro. La papaya es una de las frutas más recomendables. **Homeopatía:** Argentum, cantharis, Colocynthis, colchicum.

**2.41. COLESTEROL**

**Descripción:**

Sustancia grasa presente en todos los tejidos animales, sobre todo en sangre, bilis y glándulas suprarrenales.

**Causas:** El exceso de colesterol no es una enfermedad en sí, sino una consecuencia o alteración del metabolismo grasoso.

Indispensable para el mantenimiento de numerosas funciones vitales, el colesterol debe estar presente en cantidades adecuadas en nuestro organismo,

Las enfermedades que causa el exceso de colesterol son bien conocidas e incluyen las cardiopatías, la arteriosclerosis, afecciones biliares e hipertensión. Suelen estar disminuidas las cifras de colesterol en las lesiones hepáticas graves y en las intoxicaciones por metales pesados. Si las cifras descienden bruscamente, el pronóstico de enfermedad hepática puede ser grave.

El colesterol LDL (Lipoproteínas de baja densidad), tiene como función orgánica llevar la mayor parte del colesterol, los triglicéridos, fosfolípidos y vitaminas liposolubles desde el hígado al interior de las células. Se le denomina vulgarmente como “colesterol malo”, aunque su presencia es imprescindible para la salud.

El colesterol HDL (Lipoproteínas de alta densidad), es el vehículo que transporta el exceso de colesterol circulante hacia el hígado, desde donde es expulsado por la bilis hacia las heces. Se le denomina como “colesterol bueno”. Su función, no obstante, depende esencialmente del buen estado del hígado y la vesícula biliar.

**Tratamiento:**El enfermo solamente deberá tratar el exceso, lo que implica un cambio radical en su modo de alimentarse. Deberá consumir pocas grasas animales, poca carne de mamíferos, pocos huevos y empezar a efectuar una alimentación lo más saludable posible, en la que no deben faltar los pescados azules como el salmón, atún, sardinas, boquerones o bonito. El ajo crudo o en cápsulas deberá utilizarse diariamente.

Hierbas con buen efecto sobre el metabolismo del colesterol tenemos al muérdago, el espino blanco, la alcachofera, el abedul y la cayena.

También el Gugulón (Commiphora Mukul), una oleoresina altamente eficaz que inhibe la síntesis del colesterol hepático y aumenta el caudal de bilis.

Otros alimentos a tener en cuenta son el alpiste, las berenjenas, los berros, los aceites de semillas en crudo, y las manzanas. Esencialmente, el colesterol solamente se regulará adecuadamente si existe una buena función hepato-biliar,

por lo que, además de una dieta saludable, es imprescindible mejorar estas funciones si están deprimidas o sobrecargadas. Para estos casos el cardo mariano y el diente de león son la mejor opción.

**No es posible curar el exceso de colesterol si el paciente fuma o padece intenso estrés.**

**Oligoterapia:**

Entre los oligoelementos útiles son el cromo y el Germanio.

**Nutrientes:** Suplementos dietéticos, además de los aceites de salmón, son la lecitina, la alfalfa, el aceite de prímula y el de borraja.

Suplementos vitamínicos muy útiles son la colina, el inositol y la vitamina E. **2.42.**

**COLITIS Descripción:**

Inflamación del colón, crónica e inespecífica.

No debe confundirse con el colon irritable, y solamente aplicaremos este término a la inflamación del colon.

**Causas:**

Las causas son muy diversas, aunque las más habituales son de tipo infeccioso, abarcando desde infecciones víricas, parasitarias y microbianas. También se declara por hipersensibilidad a los alimentos (especialmente leche), pero sobre todo existe casi siempre un componente emocional en la persona enferma, la cual suele ser de temperamento tenso, angustiado y eternamente apresurado. El abuso de laxantes mecánicos o antibióticos, suelen ser causas frecuentes de estas enfermedades.

Puede ser normal que se extienda por el colon y el resto del intestino grueso, así como que se declaren ulceraciones y hemorragias pequeñas. La formación de pólipos después de las crisis es bastante normal y la fibrosis causa pérdida de elasticidad en los tejidos. En el colon irritable las materias fecales se evacuan de modo irregular, pierden agua y se endurecen, produciendo hinchazón y plenitud. Hay formación excesiva de moco, y el estreñimiento puede alternar con diarreas.

La **diverticulitis** se produce cuando existen áreas debilitadas y se forman bolsas esféricas compuestas de mucosa, con escasos elementos musculares. Cuando se complica se declara una diverticulosis y aparecen abscesos, edema, e incluso declararse una peritonitis.

La sintomatología de la colitis comprende diarreas pequeñas con sangre y de duración variable, movimientos intestinales disminuidos, molestias sordas en la parte del ciego, las cuales se ven agudizadas por los vestidos estrechos. En algunas

ocasiones se dan dolores de cabeza, insomnio, anorexia, fatiga y sensación de hacer mal las digestiones. En la diverticulitis puede haber náuseas, distensión abdominal, malestar, escalofríos y fiebre. Si aparecen abscesos se puede declarar una peritonitis y hemorragia.

El diagnóstico diferencial se debe hacer basándose en la fiebre persistente, la cual indica complicaciones, así como las hemorragias y el mal estado general. En estos casos, el ingreso hospitalario debe ser urgente.

#### **Tratamiento:**

El tratamiento de fondo en todas estas enfermedades es la dieta y el reposo en cama, si el problema es serio.

Se tomarán copos de avena cocidos, así como patatas hervidas al vapor en los casos normales de colitis, evitando las carnes, leches y vegetales demasiado ricos en fibra, como las acelgas.

El yogur, los pescados blancos cocidos, el zumo de zanahorias, la sopa de mijo, así como la frambuesa, la pera y el zumo de limón muy diluido, serán la terapia de fondo, tanto en los casos crónicos como en los más serios.

No obstante, en presencia de sangre o malestar serio, el ayuno debe imperar, evitando tomar incluso frutas y verduras crudas y manteniendo una buena hidratación.

Las hierbas más adecuadas en la colitis son la menta, hinojo y manzanilla. En la diverticulosis crónica se administrará cotidianamente el salvado y las semillas de lino.

En la colitis el zumo de limón y el agua de arcilla son una buena terapia de efectos rápidos.

En todas estas enfermedades se utilizará diariamente el Própolis, ya que regenera, repara, cicatriza y corrige la invasión bacteriana, sin efectos adversos.**Oligoterapia:**

Oligoelementos necesarios son el potasio y la mezcla Cobre-oro-plata, éstos dos veces en semana.

#### **Homeopatía:**

Antimonium crudum CH4, Colchicum CH3, Hidrastis (tintura madre), Magnesium muriaticum CH4, Mercurius corrosivus CH6, Natrum muriaticum CH6, Sulfur iodatum CH3.

**2.43. CONJUNTIVITIS** (ver Ojo, afecciones) **2.44. CRECIMIENTO** Las anomalías del crecimiento no siempre se detectan a tiempo, puesto que la evolución de la estatura es muy variable. Los niños no tienen su crecimiento en forma de curva ascendente, sino en forma de escalera, por lo que pueden permanecer algunos meses con una estatura inferior a sus compañeros y dar un estirón en poco menos de una semana, justo después de una enfermedad.

Aunque parece lógico que se desee un desarrollo homogéneo en los hijos, siempre dentro de lo normal en la raza y la genética, no hay que obsesionarse por lograr que esté dentro de lo considerado como normal, y lo mejor es no establecer comparaciones con los demás niños.

Ahora bien, esta postura de aceptación de la realidad no debe indicar abandono e indiferencia hacia el desarrollo del niño, ya que un crecimiento defectuoso puede indicar alguna posible enfermedad, o simplemente una desnutrición. Una curva de crecimiento adecuada es indicativa de una buena salud.

**Causas:** Un crecimiento inferior al que corresponda a ese niño en concreto, puede estar limitado por carencia alimentaria de vitaminas, minerales o proteínas. Las enfermedades del hígado, riñón, corazón, mala absorción intestinal y las cardiopatías también son causa frecuente, lo mismo que los trastornos endocrinos sobre todo del lóbulo anterior de la hipófisis, insuficiencia tiroidea, exceso de andrógenos que limiten la estatura final y, por supuesto, los factores hereditarios.

El tratamiento y el diagnóstico deben ir, por tanto, a averiguar y tratar las causas: Normalmente los trastornos nutricionales producen un peso inferior a la estatura que le correspondería, mientras que en los endocrinos el peso es excesivo con respecto a la estatura.

La falta de desarrollo genital, unido a una baja estatura, puede indicar insuficiencia endocrina. Las alteraciones del balance calcio-fósforo son indicativas de una mala función de la paratiroides.

Las enfermedades que pueden alterar el crecimiento suelen ser las renales y hepáticas, además de glandulares, y será necesario, por tanto, diagnosticarlas y tratarlas adecuadamente.

**Otras causas, ahora afectivas, son:**

La separación de los padres puede provocar alteraciones en el crecimiento de los niños.

La falta de afecto social también influye sensiblemente.

Cuando se incorpora al niño a un ambiente agradable aumenta la secreción de la hormona del crecimiento.

Una mala adaptación escolar o unos compañeros que le impidan estar feliz también puede obstaculizar el crecimiento.

Si el niño aumenta de talla durante las vacaciones puede ser, o bien porque duerma y descanse más, porque esté mejor alimentado, o porque se han suprimido las tensiones excesivas de su etapa escolar.

La edad en la cual se manifiesta el bajo crecimiento es sumamente importante para el psiquismo del niño y de los padres. Cuanto antes se detecta la enfermedad peor es la respuesta de ambos. Posteriormente será la adolescencia otro momento muy crítico, ahora para el niño, el cual puede manifestar una fuerte depresión.

Los niños con carácter difícil se adaptan peor que los más estables. **He aquí, de una manera resumida, los signos que deben alertar a los padres:** Talla más baja o más alta que la de sus compañeros que no corresponda a causas genéticas bien definidas.

Vello precoz en el pubis.

Desarrollo mamario en niñas y testicular en el varón no correspondiente a su edad. Alteraciones de la visión, incluso con "ojos saltones".

Fácil pigmentación de la piel.

Cambio prematuro de la voz.

**Tratamiento:**

Una vez tratadas las enfermedades causantes o en aquellos casos en los que no se detecte nada anómalo y, sin embargo, el crecimiento no sea adecuado, se intentará el tratamiento. Por supuesto, la administración de hormonas andrógenas es algo que nunca se deberá hacer, ya que aunque el niño crezca rápidamente en los primeros meses, el crecimiento definitivo será aún más bajo que sin el tratamiento.

Por desgracia, los padres suelen presionar al médico para que ponga un tratamiento hormonal a sus hijos, y éste intentar mejorar la estatura aún cuando no esté de acuerdo con ello. Después de los 25 años, es casi imposible mejorar la estatura.

Si el estado nutritivo del niño parece correcto y el apetito es adecuado, se le

aconsejará que realice algún ejercicio moderado, en el cual estén incluidas largas sesiones de elasticidad, pero prohibidas rotundamente las series de abdominales, ya que éstas últimas no deberían ser realizadas por niños, al ser en muchas ocasiones las causantes del bajo crecimiento.

Un abdomen hipertrofiado limita el estiramiento de los huesos de las piernas. Los baños en el mar son siempre aconsejables, lo mismo que la alta montaña. **Nutrientes:**

Suplementos dietéticos favorecedores del crecimiento son la alfalfa (corrige la carencia de enzimas o factor intrínseco), las algas marinas, el alga chlorella (contiene un factor de crecimiento), el polen (mejora la producción de andrógenos), la levadura de cerveza y el germen de trigo, el cual estimula la producción de hormonas gonadotropas a través de la hipófisis.

Alimento especialmente estimulante del crecimiento es el albaricoque, pero sobre todo la parte oleosa que se encuentra en la nuez. Este aceite recibe el nombre de vitamina B-15.

Las carencias de proteínas se corregirán con soja o suplementos de aminoácidos y la delgadez con diente de león, alholva (es un anabolizante extraordinario) y la ortiga verde. Si hay falta de apetito la alcachofera y la genciana son los mejores estimulantes, mientras que la quasia amarga mejora la asimilación de los nutrientes.

**Oligoterapia:** Oligoelementos imprescindibles son el sílice (en niños muy delgados y hasta cierto punto enclenque), el yodo (en niños obesos o con poca madurez psíquica) y el zinc, el cual es capaz de estimular todo el sistema endocrino por su efecto en la hipófisis.

**Homeopatía:** Extracto glandular total CH4

## 2.45. CRETINISMO

### **Descripción:**

Hipotiroidismo en los primeros meses de la vida intrauterina.

**Causas:** Los casos más habituales se deben a la poca ingestión de yodo por la madre durante la gestación, o por alteraciones del metabolismo del yodo.

En los cretinos suele haber ausencia de tiroides o una gran reducción de su tamaño, la cual es sustituida por tejido fibroso o linfocitos. Los cretinos de áreas endémicas pueden tener un bocio grande con nódulos adenomatosos. La

deficiencia hormonal en el feto produce alteraciones metabólicas profundas, disminución de la oxidación de las grasas y mala absorción de proteínas y carbohidratos. Todo el desarrollo mental queda afectado, lo mismo que el óseo y muscular. Puede haber cianosis, ictericia, lloros roncacos, retraso del crecimiento óseo y hernia umbilical.

El aspecto externo del niño no deja lugar a dudas, ya que la piel es gruesa y seca, arrugada y pálida, la lengua está aumentada de tamaño, y los labios gruesos y boca ancha, todo ello en una cara grande y con nariz aplanada. Los niños afectados suelen ser apáticos, pero con crisis de irritabilidad y marcada subnormalidad intelectual.

Afortunadamente, la naturaleza les defiende haciendo que sean capaces de vivir felices incluso en ambientes hostiles.

El diagnóstico debe hacerse en los primeros meses de vida, y el tratamiento solamente tendrá éxito si se aplica antes del año.

El **mongolismo** es una enfermedad parecida, pero se distingue porque produce manchas rojas en la cara, y la función tiroidea y cromosómica es normal.

**Tratamiento:** Un buen endocrino determinará los niveles de tiroxina y de TSH inmediatamente que ocurra el nacimiento. El tratamiento debe ir por supuesto a la estimulación en la absorción del yodo y la mejor producción de hormonas tiroideas.

Como coadyuvante al tratamiento médico, o cuando este fracase, se administrarán algas fucus, spirulina o yodo asimilado en levaduras, las cuales no provocan yodismo, aunque siempre bajo control médico.

Hay que evitar la ingestión de alimentos bociógenos, tales como las coles, lombarda, repollo, y otros derivados.

**Nutrientes:** El eleuterococo y el aceite de prímula, serán también de administración diaria.

#### **2.46. CRIPTOQUIRDIA**

**Descripción:** Anomalía en la posición y descenso de los testículos.

**Causas:** Todos los varones tienen un testículo más alto que otro, lo mismo que uno mayor que el otro.

En la criptoquirdia, suele estar más afectado un testículo que el otro y esto será señal de alteración simple de tipo hipotalámico o pituitario. Sin embargo,

existe una causa atribuida solamente a los padres, y es el uso en la niñez de bragas o pañales muy apretados, lo que provoca una subida de los testículos falsa, que da lugar a un diagnóstico erróneo y quizá con posterioridad a un desarrollo testicular menor.

Los slips son prendas íntimas muy perjudiciales en general para el varón y deberían sustituirse siempre por los calzoncillos tradicionales, suficientemente holgados. Otras causas de la subida de los testículos al escroto son los factores emocionales intensos, el miedo, el estrés, la desnutrición o el frío. Habrá que tenerlos en cuenta, ya que esto no indica patología alguna, siendo innecesario el tratamiento. Si el sujeto afectado es muy joven, habrá que descartar alguno de éstos factores y explicarle que su mal es normal en la mayoría de la gente.

**Llevar desde pequeños slip y pantalones muy ajustados, ocasiona con frecuencia escaso desarrollo de los genitales y ascensión de los testículos**

**Tratamiento:**

Los baños calientes de asiento suelen ser suficientes para provocar un descenso de las gónadas y realizarse así un diagnóstico preciso. **Oligoterapia:** Los oligoelementos como el zinc y el cobre, también suelen dar resultados extraordinarios, lo mismo que el selenio.

**Nutrientes:**

El tratamiento en los niños debe consistir en la administración de vitamina A y E, polen, germen de trigo y octacosanol.

## **2.47. DELGADEZ**

**Descripción:**

Insuficiente desarrollo de la musculatura.

**Causas:**

Actualmente, la mayoría de los casos de delgadez son provocados por el mismo individuo, especialmente en las mujeres. Aunque las modas suelen indicar unos cánones diferentes para cada época e influir enormemente en la población, el concepto de delgadez puede definirse como aquél estado óptico que no corresponde a unas medidas normales.

Más que una cuestión de báscula, estar delgado o no, es una cuestión de estética. Si no lo hiciéramos así, podríamos considerar delgado a un corredor de maratón y someterle a tratamiento, y gordo a un culturista.

Una vez más, el espejo será la única medida a tener verdaderamente en

cuenta para juzgar a una persona delgada, mucho mejor que la báscula. El poco desarrollo mamario en la mujer joven y el escaso volumen muscular en el varón, son los dos factores estéticos que más preocupan a quienes lo padecen, mucho más que el poco peso general.

Toda reducción drástica de las grasas en las mujeres jóvenes producirá un desarrollo insuficiente de las mamas.

Los factores visuales, en el sentido del buen desarrollo general, huesos que afloran entre los músculos, ausencia marcada de grasa subcutánea y poco volumen muscular, nos pueden hacer definir a una persona como delgada.

**Tratamiento:** Para la curación hay que contar en primer lugar con el propio enfermo, quien deberá admitir sin reservas que esa delgadez que padece le perjudica la salud y no le hace más bello. El tratamiento debe ir, como casi siempre, a eliminar en primer lugar las enfermedades que pueden causar un estado de delgadez, tales como desnutrición, síndrome de malabsorción, anemias, exceso de trabajo o ejercicio físico. También es muy importante diagnosticar el hipertiroidismo, caquexias, cáncer, etc. Solamente cuando estemos descartando todas las posibilidades patológicas, se puede hablar de delgadez propiamente dicha.

Si no existen enfermedades nutricionales, como el sprue, la mala absorción, la desnutrición o el hipertiroidismo, se puede intentar hacer ganar algo de peso a las personas muy delgadas. La única hierba con propiedades anabolizantes es la alholva, la cual se administrará en forma de extracto dos veces al día (20 gotas) La ortiga verde, el diente de león y la alcachofera, también tienen buenas propiedades para engordar.

**Nutrientes:** Otras ayudas son la avena y la cola de caballo y para mejorar la absorción de los nutrientes utilizaremos la genciana y la cuasia amarga. Como suplementos dietéticos tenemos al polen, el octacosanol, la vitamina B-12 y el aceite de germen de trigo. Alimentos muy adecuados son los dátiles, la miel, las avellanas, el cacao, el coco, los plátanos, las uvas y las alcachofas.

Otros suplementos que dan buen resultado son la alfalfa (aporta todos los nutrientes necesarios más los enzimas para digerirlos) y la arcilla, la cual gracias a su efecto catalizador desencadena una estupenda labor nutritiva y restaurativa.

No obstante, la mejor ayuda es aumentar la ración alimentaria de hidratos de carbono y para ello los cereales integrales, las patatas, el pan y los dulces

integrales son la mejor solución.

## 2.48. DEMENCIA SENIL

### **Descripción:**

Alteración de las funciones cerebrales en el anciano.

Patología común entre las personas de edad avanzada, aunque no por ello menos preocupante y problemática que el resto de las enfermedades mentales. No obstante, en demasiadas ocasiones se diagnostica demencia senil lo que es solamente un comportamiento diferente del anciano con respecto a su entorno. En este sentido, deberemos advertir que el anciano, lo mismo que cualquier otra persona, puede manifestar un comportamiento hostil, agresivo, depresivo y hasta neurótico, sin que ello quiera decir que sea demente.

El anciano afectado realmente de demencia acusa una gran pérdida de adaptabilidad a su ambiente habitual y su estado general alterna entre la irritabilidad, la cólera y la ira, pasando en numerosas ocasiones por unos estados depresivos intensos que le hacen pensar en el suicidio.

Al fallarle la memoria, repite una y otra vez palabras y frases, en un intento de enlazar con lo que empezó a decir, al mismo tiempo que trata de demostrar que todo cuanto dice es correcto. Por éste motivo se vuelve rígido y terco, no aceptando las situaciones de cambio.

Aunque se muestra locuaz en ocasiones, se le olvidan los pequeños detalles y descuida su aspecto físico y la indumentaria. El deseo de atraer la atención sobre sí mismo crea frecuentes problemas con su familia más cercana y le hace ser hostil con los nuevos miembros. Si la enfermedad avanza, puede caer en la depravación y la falta de moral, lo que le lleva al delito y su posterior aislamiento.

**Causas:** Las causas más normales de la demencia senil son: Arteriosclerosis, la cual comienza a manifestarse intensamente a los 50 o 60 años y empieza por estados de confusión y agitación, seguidos de períodos de curación casi total.

Los tumores cerebrales, los cuales provocan cambios de la personalidad muy bruscos, llegando el anciano a caer en un estado de postración intenso que se puede confundir con depresión.

La falta de riego cerebral, bien sea a causa de algún trombo o insuficiencia circulatoria, lo que da lugar a pérdidas intensas de memoria y negación a salir de casa e incluso de la cama.

Otras causas bastante comunes son la parálisis general progresiva, junto a manifestaciones paranoicas de la personalidad, la psicosis de los alcohólicos y otros trastornos degenerativos.

El tratamiento hace necesario el nuevo planteamiento familiar de la convivencia con el anciano, pero en ese esquema tiene que estar incluida la opinión del anciano, invitándole a que aporte soluciones para la buena marcha de la familia. Pensar que en una residencia estará mejor atendido es una manera de quitarse responsabilidad de encima. Salvo situaciones conflictivas graves, nada hay que pueda sustituir a la familia, aunque esta no sea demasiado contemplativa. Recluir a un anciano depresivo en un asilo en muchas ocasiones es una señal de mal trato psicológico.

Las terapias de fondo deben ir encaminadas a mantener ocupado al anciano, preferentemente en labores que le hagan ser útil a la familia y que él sea capaz de desarrollar con facilidad.

No obstante, en ocasiones resulta muy difícil compaginar la vida familiar de varias generaciones que viven en el mismo hogar.

**Tratamiento:** Respecto al tratamiento natural, una alimentación vegetariana está especialmente indicada en los ancianos, lo mismo que el suprimir los productos refinados. El azúcar o la miel es necesario aportárselo diariamente, salvo que tenga diabetes; aún así, se deberá utilizar fructosa o azúcar moreno siempre que sea posible. Tampoco hay que suprimirles de golpe todos los pequeños caprichos, aunque nos puedan parecer negativos. Poco a poco se conseguirá que lleve un tipo de vida totalmente saludable, en el que estarán incluidos los largos paseos y los trabajos manuales.

#### **Plantas medicinales:**

Ginkgo Biloba, vincapervinca, árnica, jengibre y aceites esenciales de albahaca, romero y mejorana en masajes o en el baño.

**Oligoterapia:** La asociación cobre-oro-plata, es un tratamiento de fondo adecuado. **Nutrientes:** La administración de ácido fólico es imprescindible para lograr una curación al menos parcial. También hay que aportar complementos de ácidos grasos esenciales, como la lecitina, colina y grasas vegetales en general.

El tratamiento de fondo que mejor resultado ha dado siempre ha sido el Ginseng, ya que además de mejorar la circulación cerebral, normaliza la tensión,

produce euforia, activa la oxigenación muscular y estimula el sistema endocrino deprimido. Hay que procurar no sobrepasar la dosis diaria de dos gramos y descansar cada quince días una semana. En los descansos es muy útil el eleuterococo y la jalea real. La vincapervinca se tomará en infusión dos veces al día, salvo por la noche y si tiene problemas de sueño la melisa es un buen inductor.

#### **Homeopatía :**

Phosphorus, Baryta carbónica, Ignatia amara, Lycopodium.

#### **2.49. DEPENDENCIA A DROGAS O MEDICAMENTOS Descripción:**

Estado que se deriva de la necesidad, real o psicológica, de ingerir una sustancia.

Esta es una situación demasiado generalizada hoy en día, y no solamente referida al consumo de las llamadas drogas, sino a la dependencia real hacia los medicamentos. Cuando se pone un tratamiento a un enfermo y no se le cambia muy a menudo, estamos haciendo que esa sustancia que en sí misma no crea dependencia pueda convertirse en algo imprescindible para el enfermo. Así, en este grupo hay que incluir los derivados teofilínicos en los bronquíticos y asmáticos, el uso de laxantes mecánicos para corregir un estreñimiento crónico, los cardiotónicos como la digoxina, los antiácidos, los hipotensores, etc., y tantos otros que el enfermo puede llegar a tomar durante meses e incluso años, en la creencia de que le son totalmente imprescindibles.

Estos tratamientos tan prolongados pueden crear una dependencia psíquica por parte del enfermo hacia ellos y una toxicomanía crónica que motiva que sea muy difícil prescindir de ellos algún día.

En otro orden de cosas, el consumo de tabaco, alcohol y azúcar refinado, así como las grasas animales o el chocolate, también inducen a una necesidad cotidiana de tomarlos, lo mismo que ocurre con el café.

La marihuana, opio, morfina y cocaína son los que más problemas de índole social crean y por este motivo son los más perseguidos por la ley, aunque las drogas de diseño derivadas de la anfetamina, están causando no pocos daños a la población joven.

**Tratamiento:** Aunque todas las sustancias mencionadas anteriormente son muy dispares entre sí, el problema básico es la dependencia hacia ellos. Aparte del tratamiento que cada toxicomanía necesita, se puede intentar paliar en gran

medida el síndrome de abstinencia (sin olvidar ponerse en manos del médico), mediante el siguiente tratamiento:

Se realizará un baño caliente una vez al día, en el que habremos puesto esencias de espliego y romero, dependiendo que se realice por la noche o por la mañana. Es imprescindible realizar una profunda cura depurativa del organismo y para ello, además de beber al menos dos litros de agua al día y no comer carne en absoluto, se tomarán abundancia de zumos de frutas y verduras. Las infusiones de bardana y en segundo orden de fumaria, se administrarán tres veces al día, preferentemente en ayunas. También puede ser conveniente provocar la sudación mediante saunas (cuidando no se provoque hipotensión), deportes suaves o envolturas derivativas.

**Plantas medicinales:** Para la corrección de los problemas emocionales se darán 30 gotas de extracto de hipericón al acostarse y 20 gotas dos veces en el día. También se utilizarán dosis altas de eleuterococo y ginseng por el día, cuando el síndrome sea más agudo.

La medicina china recomienda las infusiones de té verde. Los masajes con esencia de enebro y los baños con aroma de salvia y manzanilla son útiles.

Respecto a la droga objeto del problema, será el médico el que decida las pautas a seguir para evitar el síndrome de abstinencia.

**Oligoterapia:** El Litio en dosis pequeñas, orgánico y de asimilación sublingual, mejorará la conducción nerviosa alterada, y la mezcla cobre-oro-plata, dos veces en semana, completarán el tratamiento básico.

#### **Nutrientes:**

Suplementos vitamínicos necesarios son la B-1, el ácido pantoténico, la B-15 y la B6.

**Homeopatía:** Nux vómica para dejar de fumar, Kalium phosphoricum para la depresión, y Arsenicum para el temor y la soledad.

## **2.50. DEPRESIÓN**

### **Descripción:**

Trastorno del humor que cursa con tristeza.

Se considera que uno de cada cuatro individuos presenta habitualmente depresiones emocionales, siendo más frecuente en mujeres que en varones. La

depresión es una reacción humana, normal, ante un problema de desaliento o situación adversa. El organismo trata de adaptarse rápidamente empleando sus recursos propios, pero con frecuencia es necesaria la ayuda de un especialista.

Las depresiones por causas conocidas, como fallecimiento de un ser querido, regreso de las vacaciones, pérdida del empleo, divorcio o frustración afectiva, son relativamente fáciles de curar, aunque la causa no se pueda corregir. Con el tiempo, el enfermo termina adaptándose a la nueva situación y puede soportar con entereza su tristeza.

Las depresiones endógenas, aquellas que nacen por causas orgánicas conocidas o no, son las más peligrosas y las que con frecuencia conducen al suicidio. Habitualmente se dan en personas sanas, con una vida familiar y laboral perfecta o soportable, pero que súbitamente se ven inmersos en un estado de tristeza imposible de controlar. En estos casos, suelen fracasar todos los razonamientos, aunque ello no quiere decir que se debe abandonar a su suerte a estos enfermos. Si tienen la desgracia de moverse en un entorno social y familiar que no les hace caso porque, según ellos, no tienen motivo para estar deprimidos, caerán en un estado de tristeza peligroso para su salud mental y física.

Las depresiones también tienen sus ciclos, más importantes en otoño, por la noche y en las horas de la madrugada, y pueden convertirse en crónicas y dificultar el buen rendimiento en el trabajo o el hogar. Son frecuentes el insomnio, la ansiedad, las crisis hipocondríacas, las fobias, los trastornos digestivos y la falta de apetito sexual.

**¿Por qué lloramos?** Parece ser que la cantidad de lágrimas no tiene una relación directa con el dolor que sentimos, ya que sucesos aparentemente inocuos nos producen un baño de lágrimas, mientras que otros con dolor profundo apenas nos dejan esbozar un ligero lagrimeo imperceptible. En ese mismo sentido, los niños son de lágrima fácil, las mujeres más que los hombres, los ancianos dicen que se comen sus lágrimas, mientras que las lágrimas de cocodrilo son una realidad y no una frase.

Lo más probable es que las lágrimas sean un mecanismo de expulsión para nuestros sentimientos, de la misma manera que lo son los gritos o el sudor, los cuales empleamos de manera inconsciente para liberarnos de algo que nos hace daño.

Pero lo curioso del caso es que también podemos emplear el lloro para

liberarnos de una tensión emocional o para expresar nuestra alegría, del mismo modo que podemos emplearlo para implorar ayuda, coaccionar a otra persona o, simplemente, para lubricar un ojo reseco o expulsar un cuerpo extraño. Todo ello nos deja bien claro que las lágrimas son un extraordinario mecanismo corporal que puede solucionar muchas cosas.

En muchas ocasiones lloramos demasiado poco en relación al dolor y en otras circunstancias tanta lágrima no está justificada y sin embargo parece que nos recreamos en la cantidad, hasta el punto de que alguien nos cede su pañuelo. Lloramos de rabia, por pura hipocresía (así disimulamos), falsamente (Nerón fue un ejemplo de ello), sin una causa que lo justifique (lágrimas de cocodrilo, dicen) y por cuestiones de imaginación (somos los protagonistas de una película ficticia.)

También lo hacemos en sueños (es el lloro más profundo de todos), antes de que nos hagan daño (los niños lloran antes de que les pongan la inyección), durante el daño (lógico), después de ello (el recuerdo nos traiciona), por pura ternura (al mirar a un recién nacido), de felicidad (cuando nos toca la lotería), en la marcha y el regreso de un ser querido (chocante, pero cierto), voluntariamente (para buscar consuelo), involuntariamente (podemos quedar en ridículo) y hasta cocinando (la cebolla, ¿recuerdan?)

Todas estas situaciones y algunas docenas más, solamente se dan en el ser humano y esto que nos debería hacer felices nos molesta bastante. No siempre es agradable que los demás conozcan nuestras emociones, aquello que pertenece solamente a nosotros.

Con las lágrimas nuestro mecanismo de defensa queda a merced del enemigo, del interlocutor, y ya no podemos disimular. Si nos aman aprovecharán para darnos un beso, pero si nos odian será la señal para atacarnos sin piedad. Sin embargo, y al margen de todas las consideraciones anteriores, lo más increíble es que podemos llorar lo mismo de felicidad que de tristeza, dormidos que despiertos, cuando alguien muere y cuando otro nace.

**Tratamiento:** Indudablemente, la persona afectada debe acudir en primera instancia a un profesional médico, sea psicoanalista, psicólogo o psiquiatra, buscando alguien que le escuche durante el tiempo que precise. De no ser así, la compañía de un buen amigo, un filósofo o la familia, le ayudarán a sobrellevar su enfermedad hasta que pase la crisis.

Nunca se deberá dejar solo a un enfermo depresivo y es sumamente

importante hablar con él y demandarle para que suelte su pena.

El alcohol, las drogas y muchos medicamentos aparentemente normales, pueden provocar crisis reactivas muy serias e incluso episodios de esquizofrenia. Entre los medicamentos que pueden provocar depresiones están los anticonceptivos orales, la cimetidina y la retirada de las anfetaminas. En cuanto a las enfermedades que generan estados depresivos están: la gripe, neumonía, hepatitis, enfermedad de Addison, artritis reumatoide, esclerosis múltiple, parkinsonismo, traumatismos, tumores cerebrales, falta de sueño, carencia de vitamina B12 y demencia senil. Será difícil curar a un paciente deprimido si antes no se han suprimido las causas que la originaron.

**Una depresión intensa puede ocasionar serias enfermedades físicas, entre ellas el cáncer. Plantas medicinales:** La hierba por excelencia para cualquier tipo de depresión es el hipericón, aunque tarde unos días en empezar a hacer efecto. También son útiles el eleuterococo, la avena y la melisa.

La medicina china emplea la Angélica y el Regaliz, mientras en aromaterapia se emplean los aceites de jazmín, geranio y melisa.

#### **Oligoterapia:**

El litio es el mejor remedio para evitar que entre en una fase crónica. **Nutrientes:**

El polen, la jalea real y los aminoácidos L-Tirosina y DLfenilalanina, tienen una efectividad bastante interesante en el tratamiento de fondo de todas las depresiones. También se recomiendan la vitaminas C, B-12, ácido fólico y B6.

**Homeopatía:** Ignatia amara CH9, Natrum Muriaticum CH5, Kalium phosphoricum Ch4, Arsenicum album Ch9, Pulsatilla Ch4.

#### **2.51. DERMATITIS**

**Descripción:** Inflamación superficial de la piel. Bajo esta denominación incluiremos una serie distinta de afecciones de piel, pero cuyo tratamiento es muy similar. **Dermatitis atópica**

#### **Descripción:**

Inflamación de la piel, con síntomas similares a la dermatitis por contacto, pero que no es causada por nada local.

#### **Causas:**

Suele ser normal en personas en estado de tensión o inquietos, así como en los sometidos a estrés. Se da con más frecuencia e intensidad en el otoño o el invierno y existen épocas de curación total.

**Tratamiento:**

El tratamiento impone la curación del estrés mediante hierbas adecuadas, como son el eleuterococo, el hipericón, la damiana y la melisa. Una hierba que va especialmente bien es la zarzaparrilla.

**2.52. DERMATITIS POR CONTACTO****Descripción:**

Inflamación aguda o crónica, producida por sustancias que entran en contacto con la piel.

**Causas:**

Aunque la piel humana está bastante bien elaborada para resistir agresiones continuas externas y puede aumentar su espesor o modificar su pH, si la agresión es muy intensa, algunas sustancias especiales son capaces de anular la capacidad defensiva de la piel, mucho más si el equilibrio del resto del cuerpo no es perfecto.

Las zonas especialmente sensibles a una dermatitis de contacto son el pelo, los ojos, los genitales, las axilas y la cara interna del antebrazo.

Las personas pelirrojas o rubias, así como aquellos de carácter introvertido, son más propensas que el resto. Una variedad infinita de sustancias puede provocar estas anomalías de la piel y entre ellas nos encontramos con los jabones, la acetona, metales, las plantas, las resinas de los árboles, las frutas ácidas, los antibióticos, los cosméticos, los tejidos, y la totalidad de las sustancias químicas. Incluso el agua, en ocasiones, puede producir una dermatitis. No obstante, como antes he dicho, tiene que existir una receptibilidad en el individuo para que se declare una dermatitis.

La sintomatología es bien sencilla de definir, ya que la aparición de prurito, vesículas, ampollas y enrojecimiento, coincidiendo con el contacto de un producto sospechoso, dejan bien claro el diagnóstico. El enfermo adulto es la persona más adecuada para averiguar el agente causante.

**Tratamiento:** El tratamiento debe ir dirigido a suprimir el agente causante y evitar las complicaciones. Hay que evitar que el enfermo se rasque profundamente y es vital impedir la infección.

En una piel irritada, cualquier sustancia puede agravar el mal, por inofensiva que sea. Con frecuencia, el mejor tratamiento es dejar la piel al aire, sin aplicar nada. En niños pequeños es indispensable no lavarles con jabón hasta que

estén totalmente curados.

Localmente se pondrán compresas templadas de manzanilla, Equinácea, bardana, malva o caléndula. El nogal y las semillas de lino también han sido nombrados por otros autores.

Para suavizar la piel se aplicará aceite de almendras dulces.

Una vez curada la dermatitis, se aplicará una pomada o loción a base de centella asiática, la cual restituirá la piel a su estado original. Internamente se tomarán dos vasos de zumo de limón al día.

Como infusiones útiles se tomarán en ayunas la bardana, el diente de león y el espliego.

**Oligoelementos:**

El magnesio, el azufre y el manganeso serán la terapia de fondo.

**Nutrientes:** Suplementos dietéticos recomendables son la jalea real, el Própolis (también localmente), las perlas de ajo y la alfalfa, junto a la vitamina A.

**Homeopatía:**

Sulfur CH5

**2.53. DERMATITIS SEBORREICA Descripción:**

Inflamación de la piel, de carácter bastante crónico, la cual guarda relación con la producción sebácea y que puede cursar con descamación.

**Causas:** Se produce frecuentemente en personas con piel oleosa y suele dar lugar a la formación de escamas, caspa, descamación del cuero cabelludo y picor. Aunque normalmente se circunscribe al cuero cabelludo, es normal que se disemine hasta la frente, cejas, cara e incluso el tronco. Los pliegues del cuerpo, sobre todo en personas obesas, también suelen verse afectados. Los lactantes también pueden acusarla, especialmente durante el primer mes de vida.

**Tratamiento:** El tratamiento debe ir en conjunto, tratando el componente psicológico, interno y local. Para ello, se evitarán en primer lugar los productos cosméticos antigrasa o anticaspa y se utilizarán lociones naturales antisépticas, ricas en ortiga, lúpulo o tomillo. Una dieta vegetariana, exenta de grasas animales es imprescindible.

Los lavados generales con agua o jabón de arcilla son necesarios, lo mismo que el tomar agua de limón frecuentemente. El componente nervioso se tratará adecuadamente con los productos antiestrés que conocemos (eleuterococo,

hipericón, polen), más algún tranquilizante como el espliego o la melisa.

Una vez cada dos días y sobre todo para aclarar el pelo, se utilizará el agua de limón.

Como tratamiento fitoterapéutico se tomarán infusiones diarias de milenrama, salvia y tomillo, además de lo mencionado antes. **Oligoterapia:**

Oligoelementos de fondo son el azufre y el cromo, y el zinc para las disfunciones genitales.

**Nutrientes:**

Vitaminas imprescindibles son la biotina, la B-6, el PABA y la vitamina E. Si existe abundancia de caspa se tomarán suplementos de aceite de prímula y lúpulo. Para tratar zonas muy concretas y pequeñas la tintura de árnica da buenos resultados, así como el aceite de jojoba.

Para regenerar la piel, sobre todo en los lactantes, la centella asiática y la crisálida son el mejor tratamiento.

En los lactantes, la mayoría de las dermatitis están producidas por un lavado exagerado, así como por la inmersión diaria en agua caliente.

Solamente con emplear simplemente agua tibia y dejar la piel al aire libre, sin protección, se solucionan la mayoría de los problemas.

## **2.54. DERMATITIS DEL PAÑAL Descripción:**

Irritación con ardor y escozor de la zona que rodea las nalgas y los genitales. Puede extenderse al abdomen o a las piernas y agudizarse por el roce con la ropa.

**Causas:**Suele ser un problema tan habitual que se menosprecia el intenso dolor que sienten los niños afectados. Bien sea por el contacto prolongado con la orina y las heces, por la mala respiración de la piel a causa de los pañales o por lavar excesivamente la piel con agua caliente y jabón, lo cierto es que es un problema de salud que acompaña a la mayoría de los bebés.

**Tratamiento:**Como medidas esenciales, se recomienda no bañar en agua caliente todos los días al bebé afectado, restringir al máximo el uso de jabones empleándose solamente agua y dejar al aire la zona afectada el mayor tiempo posible.

Durante la fase aguda de la enfermedad se deberá permitir que el bebé realice sus

deposiciones al aire libre, sin la protección de ningún pañal, pues el aumento de oxigenación puede ser suficiente para que la piel restablezca el manto graso protector. No aplicar nunca pomadas o aceites que contengan corticoides o antibióticos.

Para calmar rápidamente el dolor basta con emplear polvos de talco de caléndula o de hidrastis. Para la limpieza se empleará agua ligeramente templada, aunque es recomendable añadirle algo de Própolis, caléndula o saúco.

También se puede limpiar con agua y vinagre de sidra, aplicando después yogur natural o yema de huevo cruda.

**Homeopatía:**

Rhus Tox en gránulos o diluido localmente.

**2.55. DERMATOMICOSIS Descripción:**

Infecciones de la piel y anexos por hongos o levaduras. **Causas:**

Los hongos necesitan un terreno propicio para anidarse y por ese motivo invaden los tejidos muertos de la piel o aquellos tejidos que están desvitalizados como consecuencia de enfermedades (diabetes), exceso de antibióticos, mala higiene o excesivos lavados con jabones.

La invasión por hongos produce una sintomatología diversa, la cual abarca desde lesiones de tipo alérgico, hasta un brote súbito de vesículas pustulosas. Las patologías más comunes son la tiña y la candidiasis.

Como en tantas otras afecciones de la piel, establecer un diagnóstico diferencial apenas sirve para algo positivo, ya que a fin de cuentas todas las infecciones por hongos tienen tratamientos similares.

La **tiña**, en todas sus variantes (tiña corporis, pedis, unguium, capitis o barbae)), es una enfermedad bastante más común de lo que pensamos. Puede declararse en los pies, las uñas, el cuero cabelludo, los muslos y la barba, y en ocasiones se extiende por el tronco y las extremidades superiores, especialmente en climas templados.

Se declaran placas papuloescamosas, rojas y que se asemejan muchas veces a la psoriasis y a la dermatitis seborreica. El **pie de atleta** es una enfermedad bastante común entre los deportistas y suele afectar principalmente a los espacios que hay entre los dedos de los pies. La piel se macera y descama y hay erupciones en forma de vesícula, pudiendo estar afectadas también las uñas de los pies, que

quedan engrosadas y deformadas. El sudor y el calor agudizan los síntomas.

La tiña de las uñas, onicomycosis, es una consecuencia de la anterior, aunque también se da en las uñas de las manos. Se acumulan residuos en los bordes, pierden brillo, y se puede incluso caer la uña entera sin dolor.

La tiña del cuero cabelludo es bastante frecuente en los niños y se contagia con facilidad. Se forman pequeñas placas grisáceas con descamación y los pelos se vuelven quebradizos. Normalmente esto ocurre en áreas pequeñas y no es frecuente que afecte a todo el cuero cabelludo. Es normal perder el pelo en la zona afectada.

La tiña de la barba es rara y puede estar causada por bacterias u hongos. La sintomatología es similar a la anterior y una forma de erradicarla es afeitarse durante el período de curación.

La infección por cándida es muy frecuente hoy día y puede declararse en la boca, la vagina y en menor medida en los pulmones y bronquios.

**Tratamiento:**El tratamiento de todas estas enfermedades por hongos y levaduras no siempre da resultado y en ocasiones se necesitan muchas semanas para erradicarlos. El refuerzo de la capacidad defensiva del organismo es imprescindible, ya que de otra manera es muy difícil corregirlo definitivamente. Por tanto, cualquier estado de desnutrición, infecciones y enfermedades degenerativas, deberán tratarse adecuadamente, junto con el tratamiento específico contra hongos.

El Própolis es sin lugar a dudas el producto de elección, tanto administrado por vía interna como externa.

La posología obliga a darlo al menos tres veces al día. En toques externos hay que tener precaución con los extractos en base alcohólica, ya que puede escocer la piel. La bardana es también una hierba para administrar tanto por vía oral como externamente. Una infusión de ésta hierba, más la milenrama y la Equinácea, en forma de lavados profundos de toda la zona afectada, será el tratamiento de fondo. Las hojas de hiedra también suelen dar buenos resultados, así como la camomila, el hidratis para calmar los picores y la alholva.

Para toques muy pequeños se puede utilizar con bastante seguridad la esencia de ajedrea o de mirra.

Internamente, y además del Própolis y la bardana, se tomarán tres infusiones de

milenrama, serpol y melisa.

**En las dermatitis crónicas es indispensable manipular la piel lo menos posible, especialmente con lavados empleando jabón**

**Nutrientes:** El ajo en forma de perlas y el cobre orgánico serán el tratamiento complementario.

El ácido paraminobenzoico (PABA), tanto interna como externamente, ha sido uno de los remedios más utilizados y se deberá administrar en los casos más rebeldes.

#### **Otros remedios:**

Genciana, ajeno, aloe vera y bayas de enebro para los hongos bucales en enjuagues. Aumentar el consumo de yogur, aceite de oliva y limón. **Homeopatía:** Capsium, Borax, mercurius solubilis, pulsatilla para el escozor, Sepia si hay flujo y carbón vegetal cuando existe quemazón. **2.56. DIABETES**

**Descripción:** Trastorno del metabolismo de los glúcidos. **Causas:**

La Diabetes Mellitus, la más habitual entre la población, no tiene una patología ni una etiología definidas y ni siquiera todo el mundo la padece con los mismos síntomas ni complicaciones. El único dato común es que existe hiperglucemia en ayunas y una disminución de la tolerancia a la glucosa. Estos datos y el hecho de que sea hasta ahora imposible curarla, solamente se puede paliar, nos hace dudar sobre el origen del mal.

Existen, además, dos tipos perfectamente diferenciados que son: la insulino dependiente, y la no-insulino dependiente, siendo la primera más difícil de controlar y la que más problemas ocasionan al enfermo. Se dice que la poca o nula producción de insulina es la principal causante del fallo en el metabolismo de la glucosa, aunque también se cree que pueden existir otras sustancias que bloqueen la acción de la insulina.

Se habla de virus, enfermedades pancreáticas, factores genéticos, efectos secundarios de ciertos medicamentos y hasta situaciones de estrés. Se piensa que también podría deberse a una carencia genética o adquirida de algún catalizador, el cual sería el responsable de la poca producción de insulina. En este orden de cosas, el cromo sería un cofactor decisivo para el páncreas.

Anatómicamente, el páncreas está afectado en el 90% de los diabéticos, quizá debido al uso prolongado de la insulina (bajo su administración el páncreas deja de

producir hormonas), ingestión débil de carbohidratos, carencia de oligoelementos o vitaminas vitales para su funcionamiento.

Actualmente se considera que el abuso de grasas saturadas causa el agotamiento pancreático. Parece ser que el páncreas deja de funcionar a causa de factores ajenos o inducidos, lo que hace crónica la enfermedad diabética. Tratar de conservar la integridad y función del páncreas es la misión del tratamiento naturista.

Ante una diabetes no tratada el organismo aumenta la expulsión de líquidos, tanto por orina, como por la piel y mucosas, dando origen a una acidosis metabólica y deshidratación. La sed intensa que siente el afectado en esos momentos sería, pues, una maniobra defensiva para que ingiera más agua y mantenga los niveles en sangre adecuados.

Tan acertado es el papel defensor y equilibrador de nuestro cuerpo, que la mayoría de las diabetes se descubren por casualidad, especialmente las no dependientes de la insulina.

El diagnóstico implica en primer lugar realizar varios análisis seguidos de la curva de glucemia, antes y después de las comidas, ya que si excede de los 110 mg, en ayunas y de los 140 mg después de una comida mixta, será motivo suficiente para ponernos sobre aviso. No obstante, otras causas diversas pueden dar resultados similares en los análisis y entre ellas están la edad avanzada, la inmovilización en cama, la cirrosis hepática, el embarazo y accidentes vasculares. Se impone, por tanto, prudencia antes de diagnosticar una diabetes.

Los síntomas que nos pueden alertar y, por tanto, consultar al médico son: aumento de la cantidad de orina, aumento de la sed, hambre y pérdida de peso. También suele haber picores genitales en la mujer, infecciones vaginales por hongos, náuseas, vómitos, mala cicatrización de las heridas, pies fríos y sensación de falta de aire.

**Tratamiento:** Siempre que se pueda, se intentará desde los primeros momentos el tratamiento natural, ya que quizá pueda ser capaz de detener el curso de la enfermedad y, sobre todo, de evitar las graves complicaciones. Si el tratamiento naturista fracasa es el momento de empezar a tomar medicamentos o, mejor aún, mezclar ambas terapias, pero siempre bajo control de un buen endocrino.

Las hierbas de elección y de las cuales no podremos prescindir durante largo tiempo son el copalchi y la travalera, las cuales se tomarán desde una infusión diaria hasta seis en los casos más serios. Otras hierbas que se deberán simultanear o administrar a intervalos son, la bardana, las hojas de olivo, el eucalipto, las vainas de judías y quizá la alholva. Para prevenir la degeneración hepática se utilizarán el diente de león y la alcachofera. Todas ellas son sumamente eficaces en los casos leves y no complicados.

En sustitución del café se utilizará ginseng o eleuterococo y por la noche se podrá tomar un té de achicoria o malta. Respecto a las comidas, no hace falta insistir en que se suprimirán todos los hidratos de carbono refinados y se comerán productos integrales. La fructosa se puede utilizar con moderación, al igual que el mosto. Las carnes de mamíferos están totalmente desaconsejadas, si queremos evitar complicaciones vasculares. Otros, alimentos con propiedades curativas son la manzana (gracias a su pectina), la cebolla, los altramuces, la naranja, el limón, el pomelo, las fresas y melocotones, las patatas, las setas, las endibias y las aceitunas negras. Todas ellas serán de consumo casi diario. La leche de almendras será un buen sustituto de la leche de vaca. La avena, sin embargo, no se deberá comer.

Los últimos estudios demuestran que en las diabetes crónicas el papel de las grasas saturadas es más dañino que el de los hidratos de carbono, por lo que se recomienda la supresión total de carne de mamíferos.

**Oligoterapia:** Los oligoelementos cromo, zinc y manganeso no deben faltar, ya que, sin ellos el tratamiento puede fallar.

**Nutrientes:**

Una cura tres veces al año de jalea real y suplementos diarios de vitaminas B-1 y B2, serán también parte del tratamiento. La cebolla es un alimento con buenas propiedades.

**Homeopatía:**

Natrum sulfuricum CH3, Arsenicum CH6, Acidum phosphoricum CH2, Arnica CH3, Acidum lacticum CH3 Uranium nitricum CH 6.2.57. **DIARREA**

**Descripción:**

Eliminación frecuente de heces diluidas. **Causas:**

La diarrea está presente en cualquier momento del año, en cualquier ciudad y puede ser padecida bruscamente por cualquier persona sana. Aunque trivializada y considerada como enfermedad menor, la rapidez con la cual se

puede instaurar un cuadro grave de deshidratación, obliga a poner tratamiento inmediato.

La lista de enfermedades que pueden cursar con diarrea, y a las cuales remitimos son: enteritis, colitis, infecciones, parásitos intestinales, divertículos, cáncer, abscesos, tuberculosis, infecciones por salmonelas, gastroenteritis, colon irritable, anemias, esprue, hepatopatías, antibioterapia y abuso de laxantes.

De cualquier manera, ante la duda, y para evitar las complicaciones graves que supone una diarrea aguda o crónica, el tratamiento deberá ponerse incluso aunque no sepamos la causa.

### **Tratamiento:**

El remedio por excelencia es la arcilla, bien sea en cápsulas o mejor aún tomando abundante agua arcillosa, ya que así prevenimos la deshidratación. El carbón vegetal es también sumamente útil en caso de diarreas por envenenamientos o alimentos en mal estado.

El zumo de limón y de zanahoria servirá para alternarlo con el de arcilla, siempre abundantemente diluidos en agua.

Las hierbas especialmente útiles son: la bistorta (la mejor de todas) y en su defecto el tomillo, hojas de arándano, salvia, salicaria, orégano, o manzanilla.

**Nutrientes:** El cacao de bellotas, la manzana rallada, el arroz al vapor, así como los copos de avena crudos, serán los primeros alimentos a ingerir cuando el cuadro agudo haya cesado. Mientras tanto, solamente agua con un poco de sal hasta que las evacuaciones empiecen a distanciarse o ser más compactas.

Posteriormente, la levadura de cerveza, el Própolis, la verbena y la cola de caballo, afianzarán la curación.

La reflexoterapia ha sido de gran ayuda en numerosas ocasiones, junto al tratamiento recomendado.

### **2.58. DIENTES (rechinar, sarro) Descripción:**

Apretar o restregar los dientes frontales entre sí, de modo voluntario o espontáneo, frecuentemente de noche. Se denomina como bruxismo.

**Causas:** Es frecuente en niños y ancianos, aunque posiblemente la causa sea muy distinta. Se habla de lombrices en los niños, aunque no es la causa más habitual y posiblemente este mecanismo sea el modo por el cual la naturaleza trata de limitar el excesivo desarrollo de los incisivos o algunos molares. Este efecto,

habitual en los roedores, pudiera ser la causa principal también en los niños.

También se mencionan los problemas emocionales, como la ansiedad, el miedo, así como el alcoholismo. El sueño no se ve afectado pero posiblemente el desgaste dentario sea muy acusado en los ancianos.

**Tratamiento:**La avena y el ginseng son dos tratamientos complementarios para los problemas emocionales, aunque de noche se pueden emplear mejor la tila o la valeriana. Las esencias de bergamota, lavanda o geranio son útiles en forma de masajes o añadidas al baño.

El **sarro** se suele depositar en los orificios de los conductos salivares, en las superficies linguales de los dientes inferiores o sobre los molares superiores.

No siempre indica una higiene defectuosa, sino que está condicionado más que nada por el tipo de alimentación y bebida. Existen cremas en el mercado que lo eliminan con bastante facilidad, aunque el método más radical es la visita al dentista. De todas maneras, cualquier método abrasivo puede dañar seriamente el esmalte dental. Blanqueadores naturales son el zumo puro de limón, la arcilla en polvo y el bicarbonato.

El café, el tabaco o el antibiótico tetraciclina suelen ser los causantes más habituales del color incorrecto de los dientes.La **atrofia** de las encías y dientes suele ser una consecuencia de la vejez, aunque también se da en carencias de vitaminas E y C. En ambos casos la encía se retrae, el diente queda al descubierto y la raíz no puede sujetar adecuadamente la pieza, la cual se mueve con facilidad y puede terminar cayéndose.

Existen malos hábitos que provocan espacios dentarios y **malformaciones**, como chuparse el pulgar, o también deberse a problemas de los maxilares, labios leporinos o fisuras del paladar.

También se han dado casos en que un corsé dentario provoca más alteraciones que beneficios y otros que incluso desplazan a la mandíbula.Existen retenedores de plástico que se ponen solamente por las noches, que pueden solucionar a veces una mala posición y evitar así operaciones quirúrgicas o extracciones de piezas sanas y definitivas.

#### **Homeopatía:**

Arsenicum album 8Ch, cinc 4Ch.

#### **2.59. DIFTERIA Descripción:**

Enfermedad provocada por los bacilos diftéricos, por lo general localizada en la mucosa respiratoria.

**Causas:**

De los tres biotipos de bacilos diftéricos, solo uno produce exotoxina, la forma más grave ya que se disemina por la sangre y puede lesionar el sistema nervioso, el corazón y los riñones. La mucosa de las amígdalas es un lugar habitual para este tipo de bacilo.

El contagio se realiza a través de las secreciones de la nariz y la garganta, las cuales son expelidas por los enfermos, aún cuando éstos no acusen los síntomas. También es posible que la bacteria se localice primeramente en la piel.

La membrana que se forma no es indicativa de la gravedad del mal, ya que el mal suele ser mucho más amplio de lo que a primera vista se pueda observar. En los casos graves se produce una degeneración del sistema nervioso central y el resultado es una parálisis de las extremidades.

Los síntomas comienzan como una vulgar angina, aunque enseguida se declara el cuadro toxémico. El dolor de garganta, la fatiga y el dolor para tragar, son los primeros síntomas, aunque similares a una simple amigdalitis. Si el enfermo empeora bruscamente, con grave postración y edema de laringe que le impida respirar, habrá que pensar en una difteria.

Los ganglios linfáticos muy aumentados y el cuello con aspecto de cuello de toro, dejan pocas posibilidades al error.

El ingreso en un hospital debe ser urgente y ni siquiera hay que esperar a que llegue el médico al domicilio.

**Tratamiento:**

En casos como éste la medicina natural tiene pocas posibilidades de actuar con rapidez y, además, las leyes obligan a la puesta en cuarentena del enfermo y a su declaración oficial. La administración de antitoxina es el tratamiento obligatorio.

No obstante, mientras que ponemos los medios para ingresar al enfermo en un hospital, o bien si estamos aislados y la ayuda quizá llegue demasiado tarde, administraremos zumo de limón en dosis todo lo frecuentes que el enfermo admita, ya que se le ha encontrado un buen efecto contra el bacilo responsable. Antes del uso de los antibióticos era el remedio de elección por los médicos.

Otros tratamientos conjuntos incluyen el uso masivo de la Equinácea, tanto

en toques locales como por vía general, y lo ideal sería que se pudiese aplicar por vía endovenosa. El Harpagofito en dosis de hora en hora, también tiene un buen efecto antitoxina.

**Homeopatía:**

Belladonna CH3, Apis CH4, Mercurius cyanatus CH4, Mercurius iodatus CH3, Echinacea VH1, Lachesis CH6.

**2.60. DISMENORREA**

**Descripción:**

Dolores espasmódicos al comienzo de la regla.

Suele acompañarse con nerviosismo, irritabilidad, dolores abdominales, depresión, hinchazón y dolor en las mamas, así como jaquecas, coincidentes con el inicio de la menstruación.

**Causas:**Es una patología bastante frecuente, llegando a alterar hasta a un 40% de las mujeres. Aunque se desconoce su origen, se piensa en un trastorno del metabolismo de los ácidos grasos, de la síntesis de las prostaglandinas, y al aumento de las hormonas esteroides durante la segunda mitad del ciclo. La irritabilidad del sistema nervioso puede ser debida al edema generalizado.

**Tratamiento:**El tratamiento actual suele solucionar la mayoría de los casos y consiste en la ingestión de ácidos grasos esenciales del grupo gamma linoleico, los cuales se encuentran en el aceite de Onagra y de Borraja, principalmente. Algunos naturópatas han mencionado el buen efecto curativo del zumo de perejil.

Otros tratamientos complementarios son la infusión de ortiga blanca y caléndula. **Oligoterapia:** La asociación zinc-cobre quizá alternada con manganeso, es también importante para la curación.

**Nutrientes:**

Se hace necesario administrar conjuntamente dosis adecuadas de vitaminas E y B-6, así como una dosis complementaria de jalea real.

**Homeopatía:**  
Belladonna CH3, Caulophyllum CH4, Chamomilla CH2, Liliun tigrinum CH3. Pulsatilla CH4.

**2.61. DISNEA Descripción:**

Dificultad respiratoria

**Causas.**

El enfermo afectado suele manifestar una sensación molesta en la

respiración, similar a la que notaría una persona que ha realizado un ejercicio intenso. Hay necesidad de emplear un mayor esfuerzo para lograr respirar, sensación de fatiga en los músculos del tórax y se percibe que el aire tarda más tiempo en salir de los pulmones. La inspiración se hace cuando aún no se han conseguido vaciar del todo los pulmones.

**Tratamiento:**

No existe ningún tratamiento natural válido para la disnea aguda, imprevista, y se requiere una atención médica inmediata y especializada.

La disnea circulatoria producida por anemias requiere el tratamiento de la enfermedad causante, lo mismo que la que se da durante la acidosis diabética. Las disneas psíquicas, especialmente durante la crisis histérica, son producidas por **hiperventilación** y puede ser suficiente hacer respirar al enfermo dentro de una bolsa de papel, nunca de plástico.

**Oligoterapia:**

La disnea del deportista y del enfermo anémico responde bien al hierro, cobre y cobalto.

**Nutrientes:** La vitamina B-15 ayuda a aprovechar la utilización del oxígeno. También es adecuada la vitamina B-12.

**2.62. DISTROFIA GENITAL Descripción:**

Enfermedad caracterizada por obesidad e hipogenitalismo.

**Causas:**

Las causas más habituales son de tipo glandular, especialmente por una secreción anormal del hipotálamo, causada por varios factores. La disposición anormal de grasa en la pelvis y la ausencia de desarrollo genital en muchachos adolescentes, suele ser el mejor diagnóstico, mucho más si acusan retraso en el crecimiento, somnolencia y diabetes insípida.

**Tratamiento:** El tratamiento debe ir a mejorar el funcionamiento hipofisario y estimular la producción de hormonas andrógenas. En algunos casos resulta útil el eleuterococo, la damiana y la zarzaparrilla mejicana.

**Oligoterapia:** El zinc orgánico **Nutrientes:**

El polen, la jalea real, el aceite de germen de trigo y la vitamina E, son la terapia que se deberá seguir durante bastante tiempo. **2.63. ECZEMAS** (véase dermatitis)

## 2.64. EDEMA

**Descripción:** Exceso de líquido y sodio en el espacio extracelular que puede ser localizado o general.

En un principio, y cuando el aumento del volumen de líquido intersticial no excede del 15%, no se notan signos externos ni manifestaciones clínicas, ya que el organismo distribuye el volumen por todo el cuerpo. Posteriormente se notará un aumento de peso y una tumefacción facial o una hinchazón de las partes inferiores del cuerpo.

**Causas:** A causa de una retención renal de sal y agua, o bien por un trastorno en la distribución de agua entre el plasma sanguíneo y los líquidos tisulares, se manifiesta un edema. Esto puede estar motivado por varias causas, entre las que destacan el aumento de la presión sanguínea, exceso de permeabilidad capilar, disminución de la cantidad de potasio, disminución de la cantidad de albúmina en el plasma o insuficiente drenaje linfático.

Es bastante normal que se encuentren edemas en la insuficiencia cardiaca congestiva, ya que existe una retención excesiva de sodio y agua por el riñón, así como en el síndrome nefrítico, la insuficiencia renal aguda o en las hepatopatías. No obstante, los edemas más habituales son por causas infecciosas. En todos ellos, el descenso de la presión osmótica coloidal del plasma permite la traslación del agua a los tejidos intersticiales. La hiperhidratación también puede dar síntomas similares.

Otras enfermedades que causan edemas son la cirrosis hepática (aunque aquí el aumento de líquido puede ser exclusivamente de tipo ascítico), en la malnutrición a causa de carencia de albúmina y vitamina B-1, en los traumatismos, alergias, infecciones, trombosis, tumores o parásitos.

**Tratamiento:** El tratamiento debe ir dirigido a corregir en primer lugar la enfermedad causante y en segundo a estimular la eliminación correcta de líquidos. Solamente emplearemos tratamiento para los casos leves o crónicos, ya que los edemas agudos requieren hospitalización inmediata.

Como pauta general se aconsejará reposo moderado en cama para reducir la presión hidrostática en las venas. El cloruro sódico se deberá eliminar totalmente, aunque se puede mantener una pequeña cantidad de sal marina sin refinar. Si existen vómitos o diarreas no se debe suprimir la sal. En caso de supresión total de orina, hay que evitar administrar agua hasta que comience el drenaje.

**Plantas medicinales:** Como medidas generales de tipo fitoterápico, se tratará de estimular la eliminación de líquidos mediante algunas de las hierbas siguientes: salvia, melisa, anís, diente de león, ajeno, abedul, ortiga, cola de caballo, flor de saúco, verbena, gatuña, ruscus o rabos de cereza. Según sea la enfermedad causante así elegiremos la mezcla adecuada. Si el problema es de tipo hepático el diente de león es la más indicada, si es de tipo vascular el ruscus, si es por desnutrición la cola de caballo, etc.

También la malva real, ginseng y milenrama, así como masajes con aceites esenciales de romero, lavanda, geranio o sándalo.

**Nutrientes:**

Alimentos de especial interés son los ajos, cebollas, espárragos, puerros, berros, rábanos, perejil, peras, patatas y especialmente uvas. También se recomiendan el aceite de onagra y las manzanas frescas.

Medidas complementarias son las envolturas frías en las pantorrillas con infusión de alcachofa y los baños de pies con infusión de perejil.

**Oligoterapia:** No hay que olvidar los suplementos de potasio orgánico y la vitamina B-1.  
**Homeopatía:** Arsenicum CH5, Antimonium arsenicosum CH3, Digitalis CH1, Camphora (tintura madre), Lachesis CH30.

**2.65. ENFERMEDAD DE ADISON Descripción:**

Hipofunción de la glándula suprarrenal, generalmente por atrofia.

Esta enfermedad, generalmente progresiva, se caracteriza por una pigmentación anormal de la piel, hipotensión, hipoglucemia, debilidad extrema, pérdida de peso y deshidratación.

**Causas:** Con frecuencia la atrofia de la corteza suprarrenal, es inducida por la administración de corticoides en períodos variables. Otras veces es a causa de un neoplasma, necrosis o tuberculosis.

La carencia de aldosterona provoca una pérdida excesiva de sodio y una disminución en la excreción del potasio. Estas modificaciones de los electrolitos provocan una deshidratación intensa, disminución del volumen circulatorio e hipotensión. Disminuye también el glucógeno hepático y se declara una falta de fuerza muscular intensa, así como una disminución de la resistencia a las infecciones y mala tolerancia al estrés.

Los síntomas más característicos comprenden la fatiga y la debilidad,

aunque es la hiperpigmentación lo que más deberemos tener en cuenta para el diagnóstico. La coloración muy morena, diseminada por las partes del cuerpo incluso no expuestas al sol, así como las marcas negras en la frente, cicatrices y cualquier pliegue cutáneo, son típicas en esta enfermedad. También son normales las placas localizadas de vitíligo.

La temperatura corporal es inferior a la normal y hay fuertes pérdidas de sal a causa del sudor. La pérdida progresiva de peso, la baja tensión arterial y la anorexia, son síntomas frecuentes, así como la baja tolerancia al frío y vértigos. Con el tiempo se suele declarar profunda astenia, dolores intensos de abdomen o piernas, insuficiencia renal y colapso circulatorio. El pronóstico entonces es grave.

La enfermedad puede confundirse con alteraciones tiroideas, hipoglucemia, pérdida de sal brusca o anemia ferropénica.

**Tratamiento:**

El tratamiento debe ir unido a una correcta hidratación y la suficiente ingesta de hidratos de carbono. La hierba de elección es la borraja, ya que puede estimular la producción de hormonas suprarrenales, así como la calaguala. Otras hierbas correctoras son el ginseng, la ajedrea, la artemisa y el diente de león.

**Oligoterapia:** El oligoelemento zinc se administrará para regular la glándula a través de la hipófisis, mientras que la mezcla Cobre-oro-plata se dará en los casos graves. Pasada la crisis, da buenos resultados el selenio, potasio, magnesio y la mezcla manganeso-cobre.

**Nutrientes:**

El Polen, el regaliz y la esencia de pino también se tendrán en cuenta, así como dosis altas de vitamina C.

## **2.66. ENURESIS**

**Descripción:**

Emisión involuntaria de la orina sin que el paciente lo perciba.

Es necesario diferenciar esta enfermedad de la incontinencia urinaria y reservar el término para aquellos niños que se orinan en la cama pasados los tres años de edad.

**Causas:** Las causas más comunes de enuresis infantil son de tipo emocional y suelen remitir al llegar a la adolescencia, aunque dado los problemas familiares y personales que esto causa, es necesario intentar la curación antes. Normalmente, el

niño se orina en la cama por falta de tono en los músculos del esfínter y abdomen. Sería algo así como un deportista no entrenado. Otras causas de tipo orgánico son la fimosis, el clítoris adherente, la uretritis, infecciones de orina, parásitos, tuberculosis, alimentos muy picantes y excitantes de la orina, deporte excesivo o insuficiente, epilepsia, deficiencia mental o espina bífida.

Aunque la causa más común es el trastorno emocional o la falta de entrenamiento, habrá que descartar otros motivos. Una manera es pedirle que vuelva a orinar después de haberlo hecho una primera vez, ya que así descartaremos un vaciamiento insuficiente de la vejiga.

**Tratamiento:**El tratamiento es sencillo pero no demasiado rápido en sus efectos. Hay que lograr que orine cada cuatro horas y que retenga la orina voluntariamente durante el día, para reforzar el músculo de la vejiga. Hay que insistir en que no debe orinar salvo cuando lo decida y que se contenga de vez en cuando, aunque sienta necesidad de expulsar. De esta manera, la zona muscular del esfínter se irá haciendo fuerte y podrá controlarla a voluntad. Todo ello realizado de manera suave, como un juego.

Nunca se le castigará sino lo consigue los primeros días y, sobre todo, nunca se le abochornará delante de nadie, mucho menos se contará su problema a sus amigos. Esto podría marcarle para toda la vida. El Hipericón es una hierba de interés preferente en este problema.

Se suprimirá la ingestión de leche y líquidos cuatro horas antes de acostarse, aunque procurando que no pase sed. Un ligero deporte adecuado a su edad siempre le será útil, lo mismo que la reflexoterapia aplicada un poco antes de acostarse.

Baños de asiento calientes de cola de caballo también son de gran ayuda para tonificar la vejiga y hacer que la vacíe por completo antes de acostarse.

**Plantas medicinales:**Como tratamiento fitoterápico se puede dar el hipericón para calmar el estado depresivo que suelen tener y el llantén para suavizar la mucosa de la vejiga y tonificarla, así como la cola de caballo o la agrimonia.

La esencia de Ciprés frotada en la cara interna del antebrazo también es eficaz.

Hay que tratar de que tenga un sueño ligero los primeros días de entrenamiento y por ello el beber bebidas de cola o café antes de acostarse, le

ayudarán a despertarse cuando sienta los primeros deseos de orinar. En el momento de acostarse son adecuados los masajes del vientre y la zona lumbar con aceite de manzanilla.

En la **incontinencia** debida a afecciones de próstata, partos o embarazos, cáncer, esclerosis, embolias o demencia senil, dan buen resultado las infusiones de Ginkgo Biloba y cola de caballo. En homeopatía son adecuados el Ferrum phosphoricum, causticum, Nux vomica, Pulsatilla y sepia.

#### **Oligoterapia:**

Las asociaciones de minerales especialmente útiles son el calcio, magnesio, el manganeso-cobre y el zinc-cobre.

#### **Nutrientes:**

Las pipas de calabaza suelen dar buen resultado si se ingieren sin tostar, lo mismo que la cura de uvas en los niños debilitados, las semillas de cardamomo y el maíz natural.

**Homeopatía:** Belladonna CH3, Pulsatilla CH4, Equisetum CH2, Lycopodium CH6, Sepia CH6, Acidum phosphoricum.

### **2.67. ENVENENAMIENTOS**

Dada la gran cantidad de sustancias que pueden dar lugar a un envenenamiento, se mencionan solamente las más habituales. Es importante insistir que cualquier tipo de envenenamiento o intoxicación requiere el internamiento en un centro de urgencia, y ni siquiera es recomendable llamar a un médico para que le asista en el domicilio. Solamente en aquellos casos en los cuales la demora en conseguir asistencia sanitaria sea importante, es cuando deberemos intentar aplicar alguna medida sencilla que, al menos, no le agrave el mal.

*Ácidos sulfúrico, nítrico y clorhídrico:* Leche o agua jabonosa. Posteriormente, leche o huevos batidos.

#### *Antipiréticos:*

(Aspirina, etc.)

Inmediatamente carbón vegetal o leche. Si está consciente se provocará el vómito, en caso contrario no se le dará nada. Cuando se recupere zumos alcalinos o en su defecto bicarbonato sódico.

*Agua oxigenada:* Administrar agua pura para diluirla.

*Aguarrás:* Agua con carbón vegetal. Después, leche.

**Alcohol:** Lavado de estómago (solamente si está consciente), alcalinos, zumos diuréticos y vitaminas B-1, B-6 y B-15.

**Alimentos descompuestos:**

Agua arcillosa en abundancia.

**Alimentos con toxinas o bacterias:** Carbón vegetal, Própolis y después agua con miel. Equinácea cada media hora. Agua arcillosa.

**Amoníaco:**

Respiración asistida. Ambiente muy ventilado.

**Anfetaminas:** ( Y otros medicamentos para quitar el apetito)

Carbón vegetal o leche. Zumo de apio o espárragos.

**Antihistamínicos:**

Lavado gástrico con purgantes o eméticos si está consciente.

**Barbitúricos:**

No lavar el estómago a no ser que el enfermo esté consciente. No mantenerle sentado y mejor colocarle boca abajo en declive suave.

Hay que favorecer la diuresis.

**Drogas:**

( Codeína, metadona, morfina, opio, etc.)

Antes de dos horas de su ingestión lavado gástrico con permanganato potásico. Si es necesario, extracto de espino blanco y zumo de apio.

**Estricnina:**  
Se utiliza para matar ratas y otros animales.

La ingestión accidental se tratará con carbón vegetal y algo de yodo orgánico.

**Lejía:**

Administrar agua con vinagre de manzana diluido al 20% o también zumo de limón. Posteriormente, leche o albúmina de huevo.

**Tintas:**

Lavar la piel con agua y jabón. Lavado de estómago administrando un vomitivo o un purgante como las hojas de sen.

**Mordeduras de animales:** Lavar perfectamente la herida. Aplicar localmente Equinácea en extracto y tomar dosis altas cada media hora. También será necesario el Própolis y quizá el Harpagofito. Si existe reacción alérgica se dará esencia de hisopo o helicrisio. Beber abundante agua arcillosa.

*Tranquilizantes:*

Lavado gástrico o purgantes. Respiración boca a boca y mantener la diuresis. **2.68.**

**EPILEPSIA**

**Descripción:**

Trastorno agudo de la función cerebral de comienzo súbito y breve.

Suelen ir acompañados los ataques por convulsiones y contracturas de la musculatura de carácter violento, unidos a pérdida de la conciencia.

**Causas:**En la epilepsia sintomática es posible un tratamiento eficaz, aunque en la forma ideopática, la que padecen casi el 75% de los enfermos, no se ha encontrado una causa evidente.

Se habla de que pueda ser debido a una lesión en el cerebro, quizá a causa de una cicatriz producida durante el parto o a anomalías metabólicas. Por otra parte, numerosas enfermedades pueden dar lugar a ataques convulsivos y entre ellas están las infecciones agudas, el golpe de calor y la meningitis. También la hipoglucemia, encefalitis, la rabia, el tétanos, la toxoplasmosis, la tetania, las intoxicaciones por alcanfor o estriquina, el alcoholismo, las hemorragias cerebrales, la eclampsia y las alergias.

Igualmente, se pueden declarar convulsiones durante la fase de desintoxicación en los drogadictos.

Los ataques no suelen revestir gravedad y pueden mantenerse durante muchos años sin que el estado general del paciente se vea alterado. Suele aparecer entre los 2 y los 14 años de edad y suele estar relacionada con problemas en el desarrollo, traumatismos o tumores cerebrales.

Normalmente se desencadena un ataque epiléptico por un trastorno agudo de tipo infeccioso o local, aunque también se dan a causa de luz o sonidos fuertes. Al comienzo, el enfermo profiere un grito, pierde la conciencia y cae al suelo. El ataque suele durar entre dos y cinco minutos y puede producirse incontinencia fecal o urinaria. Una vez pasado, hay sueño profundo y dolor de cabeza.

**Tratamiento:**Para tratar adecuadamente los casos de ataques convulsivos hay que averiguar en lo posible la causa desencadenante, si la hubiera. Si no hay causa orgánica manifiesta, el paciente suele llevar una vida completamente normal en los intervalos.

El tratamiento comprende algo de ejercicio moderado, y entretenimientos

sociales, bailes, etc. Estarán prohibidas las bebidas alcohólicas. Durante los ataques hay que ponerle entre los dientes, para evitar que se muerda la lengua, algún objeto semi-duro.

Se le aflojarán los vestidos que le opriman el cuello y la cabeza sobre una almohada. Se suprimirá al máximo la ingestión de sal y el hisopo.

#### **Plantas medicinales:**

En los ataques y para evitar en lo posible la frecuencia de ellos, la hierba de elección es la artemisa en forma de extracto, la cual es capaz de mitigar la enfermedad en los casos más leves. Solamente se dará con mucha prudencia en embarazadas, ya que puede ser abortiva.

Otras mezclas fitoterápicas muy útiles son el abrotano macho, la tila, verbena, cardo santo y centaurea. También, romero y valeriana. **Oligoterapia:**

Como soporte mineral se darán litio, calcio y magnesio. **Nutrientes:**

Recientes estudios han abierto una puerta de esperanza para la curación de la epilepsia y se recomienda el muérdago y las algas kelp como tratamiento de fondo. Los ácidos grasos esenciales (Prímula, Borraja, etc.), son también de uso obligado. En cuanto a vitaminas se recomiendan la B5 y B6, la D, así como magnesio, calcio y zinc.

#### **Homeopatía:**

Acidum hydrocyanicum CH6, Artemisia CH4, Agarius muscarius CH6, Argentum nitricum CH6, Cuprum CH4. También belladona, zincum metallicum, acónito. **2.69. EPISTAXIS**

**Descripción:** Hemorragia nasal de origen traumático o espontáneo. **Causas:**

Suele ser un caso muy frecuente en las urgencias y la causa más habitual son los traumatismos, bien sea por golpe, cuerpo extraño o manipular fuertemente la nariz. En los niños, la primera medida es mirarles las uñas de los dedos de la mano para saber si se han hurgado en la nariz. Cuando no se deben a éstas causas puede ser indicio de una enfermedad de tipo infeccioso, rinitis, alergias o amigdalitis.

Otras enfermedades que provocan igualmente hemorragias de nariz son el sarampión, la tos ferina, la escarlatina, las fiebres tifoideas y la arteriosclerosis. Son igualmente frecuentes en la fragilidad capilar de los adolescentes, en la primavera, en el escorbuto y las hepatopatías. La hemofilia, trombopenia y otras enfermedades de la coagulación, también pueden dar lugar a epistaxis.

**Tratamiento:** Las hemorragias leves se corrigen procurando que la persona se mantenga sentada y aplicando presión en las alas de la nariz, pero evitando que ponga la cabeza hacia atrás, ya que así aspiraría la sangre y tendrá que vomitarla después.

Una compresa de gasa embadurnada de vaselina puede lograr tapar el conducto nasal, pero se retirará antes de 24 horas. Otra buena solución es meter en la nariz una solución concentrada de infusión de bolsa de pastor en un algodón totalmente empapado. Si da resultado, no lavar los conductos hasta que no estemos seguros de que ha cesado la hemorragia. Unas hojas de perejil o mejor aún su zumo, suelen dar buenos resultados.

Como preventivo, son útiles los flavonoides, el ginkgo biloba, la milenrama, la bolsa de pastor, y en los hipertensos el muérdago. **Nutrientes:**

Como suplementos daremos vitamina C y K. También cáscara de naranja y limón.

## **2.70. ESCARLATINA**

### **Descripción:**

Enfermedad infecciosa producida por estreptococos.

La enfermedad se puede transmitir por gotitas de saliva, por el contacto de objetos contaminados o por el uso común de líquidos, toallas o recipientes. La infección da lugar a dolor de garganta, escalofríos, fiebre, dolor de cabeza, palidez, vómitos, pulso rápido, lengua tipo frambuesa y exudado característico en la zona faríngea. En las lesiones cutáneas se produce dilatación de los vasos sanguíneos y linfáticos de la dermis. Puede haber pequeñas hemorragias en el hígado, riñones, suprarrenales y miocardio.

El periodo de incubación es de tres a cinco días, aunque puede variar, y posteriormente se presenta fiebre de 38,5 a 40,5 grados, dolor de cabeza, faringitis, malestar y vómitos. Los niños muy pequeños suelen tener convulsiones. La cara está enrojecida, la lengua saburral, la faringe roja y se puede apreciar un exudado gris amarillento semejante a una membrana. Los ganglios linfáticos pueden estar hipertrofiados, existir taquicardia y a las 24 horas aparecer las manchas rojas en la boca. La lengua coge un aspecto de frambuesa.

El período de contagio comienza desde las 24 horas hasta 2 o 3 semanas después, e incluso más si hay complicaciones. Los síntomas se notan al segundo día del contagio y duran entre 4 a 10 días. Al segundo día la erupción se extiende al cuello, tórax, abdomen y extremidades, siendo bien visible en los pliegues de la

piel. La orina es de color fuerte y escasa. Todos estos síntomas pueden confundirse con el sarampión, la rubéola y las alergias medicamentosas.

En ocasiones, puede darse incluso al mismo tiempo que el sarampión, la varicela y otras enfermedades infantiles. Se impone el aislamiento del enfermo hasta que la curación sea total. Los familiares del enfermo deberán guardar las debidas precauciones y tomar Própolis como preventivo.

**Tratamiento:** El tratamiento incluye el reposo en cama y una dieta blanda a gusto del enfermo, evitando las carnes y alimentos muy ricos en proteínas. Si la fiebre es alta, se darán infusiones de cardo santo o flor de saúco, así como enfriamientos de la frente y extremidades con agua.

La hierba más aconsejada es la bardana, aunque hay quien recomienda el Boj. Localmente se lavará la piel con infusión de bardana y algo de menta. Para evitar complicaciones se administrará Equinácea o Própolis. Obligatoria visita al médico.

**Oligoterapia:**

Se administrará cobre orgánico.

**Homeopatía:**

Ferrum phosphoricum CH6, Belladonna CH3, Mercurius corrosivus CH6, Lachesis CH10, Apis CH3.

## 2.71. ESCLEROSIS MÚLTIPLE

**Descripción:**

Enfermedad del sistema nervioso central, con pérdida de la vaina de mielina.

**Causas:**

No se conoce con certeza la causa, aunque se sospecha que es un trastorno del sistema inmunológico o el desarrollo de un virus latente. Otras hipótesis hablan de venenos metálicos, trastornos metabólicos, traumatismos, alergias, reacciones tardías a vacunas, o lesiones vasculares.

La enfermedad comienza de modo súbito, incluso en una persona aparentemente sana. La sintomatología más frecuente consiste en trastornos visuales con parálisis temporales, dolores en las extremidades, pérdida de la sensibilidad en un lado de la cara, debilidad muscular transitoria, fatiga anormal, alteraciones en la marcha, ceguera parcial y vértigos. Posteriormente se pueden notar temblores y pronunciación lenta. La afectación cerebral proporciona ataques convulsivos e inestabilidad emocional; la afectación del tronco cerebral temblores y ataxia; y la espinal produce dolores y debilidad. También son frecuentes los reflejos

disminuidos, movimientos y sacudidas, pérdida de la sensibilidad cutánea, dolor en el tronco e incontinencia vesical.

**Tratamiento:** Sin tratamiento adecuado la enfermedad sigue su curso, en los cuales se pasan temporadas muy buenas y otras con agudizaciones rápidas. Las crisis pueden tener una duración muy variable y en ocasiones estar separadas durante meses o años, pero por desgracia, van acortando el tiempo entre ellas. La enfermedad puede durar 25 años y hay quien se ha recuperado totalmente después de ese largo periodo.

El tratamiento proporciona mejoría en un 50% de los enfermos, curación total en un 15%, y ninguna mejoría en el resto.

Aún así, se debe intentar de manera ininterrumpida, ya que por lo menos se puede prolongar la vida del enfermo y aliviarle sensiblemente. También hay resultados esperanzadores con el empleo del hachís, aunque al no estar legalizada esta planta el enfermo deberá consultar antes la legislación para no incurrir en delito.

La base del tratamiento natural, que se puede complementar con el farmacológico, lo constituye el aceite de Onagra, unido a la vitamina E para impedir su oxidación. También resulta conveniente unirlo a las vitaminas B6, B-12, B-1 y PP. Para potenciar a la Onagra se utiliza con gran éxito el aceite de salmón.

El Própolis y la Equinácea pueden tener gran valor para reforzar el sistema defensivo, aunque hay controversias sobre su posible beneficio. Alimentos necesarios son los pescados azules, el ajo, las pipas de girasol, la soja, los cacahuets y el arroz integral.

El calor puede agudizar los síntomas.

Los masajes a lo largo de la columna vertebral y la gimnasia moderada, siempre suponen una ayuda.

**Oligoterapia:** Se utilizarán suplementos de litio, y la asociación Cobre-oro-plata en los casos más avanzados.

**Nutrientes:**

Otros tratamientos igualmente necesarios son el octacosanol, la vitamina B-15, el Ginseng, el Romero.

**Homeopatía:**

Acidum picrontricum CH6, Nux vomica CH6, Secale CH3, Silicea CH6, Sulphur CH10.

## 2.72. ESGUINCE

**Descripción:**

Torsión ligamentosa con o sin desgarro del ligamento.

**Causas:**

Puede originarse por una torsión inesperada de una articulación, levantar un objeto pesado o, simplemente, al realizar un movimiento demasiado rápido. El dolor aumenta a la hora siguiente y se agudiza con el frío.

Hay que tener en cuenta ciertas reglas importantes, entre las que están: no continuar el movimiento, no manipular la zona afectada, ni siquiera con masajes, y procurar que no se estire aún más la parte afectada.

**Tratamiento:**El tratamiento incluye un reposo ligero, nunca completo, ya que la inmovilidad total ocasiona adherencias y miositis en el caso de que exista hematoma. Una ligera venda elástica, no muy apretada, es todo lo más que se debería aplicar, pero siempre y cuando no impida la buena circulación sanguínea, ya que en caso contrario es mejor que sea la persona afectada quien imponga su propia limitación al movimiento.

La aplicación de compresas elaboradas con hojas de col suele dar buenos resultados, lo mismo que el procurar mantener la parte afectada más alta que el corazón. El aceite de hipericón sigue siendo el tratamiento de elección, pero aplicándolo siempre en el sentido del ligamento o tendón, nunca de forma transversal. El Harpagofito limitará la inflamación y devolverá la elasticidad a los ligamentos.

**Oligoterapia:** Sílice CH4 (como preventivo)

**Homeopatía:**

Arnica CH5

**2.73. ESQUIZOFRENIA**

**Descripción:** Alejamiento progresivo del medio ambiente social, con alteraciones de la conducta y el pensamiento.

**Causas:**

Es una enfermedad mental que se puede dar en personas cultas, de fuerte personalidad y bastante inteligentes. El signo más característico es la manifestación de ideas extrañas, manía persecutoria, deseos de alejarse de la sociedad, hostilidad hacia los familiares y una ligera desorganización en el modo de vivir. La enfermedad termina haciendo sufrir enormemente al enfermo y, consecuentemente, a sus familiares.

La enfermedad, que se suele declarar en la adolescencia o ya entrada la edad

adulta, parece ser que estaba latente con anterioridad, aunque solamente se manifestaba por un carácter “raro” del enfermo. Las personas afectadas dan mucha importancia a su salud, suelen ser hipocondríacos, tienen una fijación en épocas pasadas más felices y es frecuente que se alejen del hogar por culparle de todos sus males

La manía persecutoria aparece en los estados superiores de la enfermedad, al igual que los delirios de grandeza. Si logran controlar su odio a la sociedad pueden destacar incluso en ella, aunque en ocasiones sea en acciones reprobables. Parece ser que Winston Churchill es un ejemplo de esquizofrénico mundialmente reconocido.

Es muy fácil herir sentimentalmente a un esquizofrénico, ya que son muy tercos e introvertidos. Su exceso de ambición y de destacar intelectualmente, le torturan aún más emocionalmente, ya que la sociedad les margina por problemáticos.

La enfermedad puede evolucionar hacia la forma paranoide, en la cual el comportamiento es ilógico, lleno de delirios y alucinaciones, llegando a destrozarse lo poco que poseen en la vida y a atacar a las personas que más le ayudan.

El problema mayor del esquizofrénico es su tremenda infelicidad, al no conseguir alcanzar la posición social que necesita. Aunque la mayoría de las personas que le rodean desean ayudarlo, se siente desplazado de ellos y no soporta la gente feliz. Normalmente busca la compañía entonces de personas aún más desgraciadas que él e incluso se siente atraído por los niños, a los cuales desea hacer reír. Para una buena convivencia con estos enfermos es necesario escucharlos muy a menudo, ya que así exteriorizan lo que les amarga. La cordialidad y la ternura en el diálogo son imprescindibles. Solamente se buscará su internamiento en un centro hospitalario cuando la conducta suponga un peligro para la gente que le rodea pero, aún así, por períodos pequeños.

La labor ocupacional, los días en el campo y en plena naturaleza, así como dejarle hablar y explicarse siempre que lo necesite, es la mejor terapia.

### **Oligoterapia:**

El ácido nicotínico también ha demostrado ser de especial interés, así como los oligoelementos litio, zinc y silicio. El cobre, por el contrario, está contraindicado.

**Nutrientes:** Como tratamiento imprescindible se utilizará siempre el aceite de Onagra, en dosis continuadas durante meses. La vitamina B-1, el polen, el eleuterococo y la jalea real, también le ayudarán a su curación.

**2.74. ESTERILIDAD (EN LA MUJER) Descripción:** Ausencia, parcial o definitiva, de la capacidad para concebir. **Causas:**

Ya desde el primer momento en que falte la primera menstruación, una mujer debería acudir a un médico porque algunas causas de infertilidad se tienen que tratar en la juventud. Las causas de esterilidad difíciles de corregir se suelen deber a anomalías congénitas, deficiencias ováricas, imposibilidad de que el espermatozoides llegue al óvulo o matriz infantil. Entre las causas fácilmente reversibles están las infecciones ginecológicas, quistes o tumores ováricos, disfunción de tiroides, hipófisis o suprarrenales, así como las alteraciones emocionales. Esta última causa es una de las más frecuentes, aunque no siempre la más fácil de diagnosticar, ya que incluso la paciente no sabe verdaderamente el problema o motivo que le ha causado el daño.

Los problemas relativos al coito, tales como eyaculación precoz, técnica inadecuada o contracción involuntaria de los músculos de la vagina, son otros aspectos a tener en cuenta.

**Tratamiento:** Las hierbas más adecuadas son el marrubio y el lúpulo. Otra terapia de bastante utilidad es la esencia del geranio, la cual se administrará por vía sublingual. También se recomienda el sauzgatillo, el pie de león, la melisa y los aceites esenciales de rosa, geranio, lavanda o alangilán y la Maca (*Lepidium peruvianum*) Cuando se debe a presencia de quistes son recomendables las flores de caléndula.

En aromaterapia se emplean la esencia de naranja cuando existen sentimientos contradictorios o el masaje abdominal con esencia de rosa. **Oligoterapia:**

El tratamiento de fondo de la esterilidad se basa en la utilización del selenio. **Nutrientes:**

La oligoterapia, junto a la vitamina E, el polen, la alfalfa, el aceite del germen de trigo, la avena y la cebolla, son buenos coadyuvantes. **Homeopatía:** Conium, Sabina y Sepia.

**2.75. ESTERILIDAD MASCULINA Descripción:** Incapacidad para fecundar a la mujer.

## **Causas.**

Entre las causas más habituales están la poca cantidad o calidad de los espermatozoides, la dificultad en su paso a través del conducto seminal o su mal depósito en la vagina por técnica incorrecta.

Un varón puede padecer períodos reversibles de esterilidad a causa de una orquitis anterior, traumatismos genitales, irradiación excesiva en la juventud, intoxicación medicamentosa, altas temperaturas en los genitales externos o el llevar siempre calzoncillos muy apretados. Otras enfermedades que también pueden causar esterilidad son las carencias nutritivas, las infecciosas, el hipotiroidismo, las hepatopatías crónicas, la prostatitis o los divertículos. La ausencia de líquido seminal durante la eyaculación también es causa bastante frecuente, lo mismo que los problemas de tipo neurógeno.

Si todo aparentemente está correcto, se analizará la cantidad, calidad y supervivencia de los espermatozoides, así como su buena movilidad. Por supuesto, no se considerará estéril a ningún hombre hasta después de dos años de convivencia sexual con una mujer fértil y cuando se dé por seguro que la técnica del acto sexual es correcta.

**Tratamiento:**El tratamiento debe excluir por supuesto cualquier enfermedad orgánica causante, ya que de ser así habrá que tratarla en primer lugar. Una buena recomendación es aconsejar que en el acto sexual la mujer mantenga elevada la pelvis con una almohada y evite ducharse después del coito, siendo muy recomendable que permanezca boca arriba al menos una hora después de la eyaculación. El hombre se asegurará de una buena penetración en todo momento y evitará la ingestión de alcohol y llevar ropa interior demasiado ajustada.

### **Plantas medicinales:**

Damiana, zarzaparrilla, Maca y palmito silvestre. Aceites esenciales de rosa, lavanda y alangilán.

**Oligoterapia:** El tratamiento es similar al de la mujer e incluye el selenio.

### **Nutrientes:**

La oligoterapia junto a las vitaminas A más E, el aceite del germen de trigo y las pipas de calabaza crudas.

El polen aumentará la cantidad de líquido seminal. También puede ser útil la jalea real en personas mayores y algún afrodisíaco como la damiana, o el

ginseng.**Homeopatía:**

Canium, Lycopodium y Sepia.

## **2.76. ESTREÑIMIENTO Descripción:**

Imposibilidad de eliminar las heces de modo fácil y frecuentemente. Se trata de una enfermedad muy generalizada, especialmente entre la población femenina. A pesar de que puede ser causa de numerosos problemas de salud, no se suele consultar al médico hasta que el problema es crónico y difícil de soportar.

Aunque el organismo dispone de muchas formas de evacuar o eliminar todo aquello que no le es necesario y mucho más lo que le perjudica, (vías respiratorias, sudor, orina, linfa o las lágrimas), la eliminación por vía rectal es casi siempre la más conflictiva. Si el estreñimiento dura ya varios días, el organismo trata de evitar la acumulación de más sustancias que puedan provocar una obstrucción, reabsorbiendo los líquidos y tratando de concentrar las heces a lo largo del intestino grueso. Por eso es normal que una persona aquejada de estreñimiento crónico tenga todo el colon lleno de heces.

**Causas:**El estreñimiento es siempre una enfermedad peligrosa a largo plazo, ya que el organismo reabsorbe los líquidos que no puede eliminar y muchas de las materias perjudiciales que contiene la materia fecal. Los trastornos que esta enfermedad causa son tan dispares que muchas veces pasan desapercibidos. Abarcan desde dolores de cabeza, mareos, intolerancia gástrica a los alimentos, hipertensión, sarpullidos cutáneos, varices, celulitis, etc.

Todos ellos de procedencia tan vaga que es difícil relacionarlos con el estreñimiento.

La enfermedad puede seguir avanzando, hasta llegar a lo que se denomina “colon perezoso”, el cual es bastante normal en ancianos y enfermos en cama. Si se llega a este punto, la persona afectada incluso puede perder la necesidad de eliminar sus heces.

Las causas suelen ser básicamente tres: beber poco agua, no tomar alimentos ricos en fibra y no acudir al servicio al menos una vez al día.

**Tratamiento:**El tratamiento deberá ser primeramente preventivo, en el sentido de tratar de ir todos los días al servicio, al menos a intentarlo. No hay que olvidar que existen unos músculos que hay que educar y fortalecer y unos reflejos que no podemos dejar dormir.

El estreñimiento se comienza a generar en la niñez, ya que el niño siempre está demasiado ocupado jugando como para ir al servicio. Se aguanta una y otra vez, hasta que comienza así el círculo vicioso: las heces pierden volumen y líquido, el esfínter se hace poco sensible a la presión y las ganas de evacuar desaparecen.

Entre los alimentos útiles para corregir el estreñimiento tenemos a las ciruelas secas puestas en remojo la noche anterior, los copos de avena, las alcachofas, las peras, las uvas y los higos secos. También son útiles los ajos, almendras, naranjas (en ayunas), cebollas, puerros, manzanas, semillas de lino, el melocotón y los cacahuets.

Se prohibirán el chocolate, el té y el café, así como el exceso de carne, dando preferencia a una alimentación de tipo vegetal rica en fibra.

El salvado, así como el yogur, pueden incluirse en la dieta diaria, pero solamente son eficaces en estreñimientos leves o a largo plazo. De cualquier manera, hay que tener en cuenta que el salvado, al acelerar el tránsito intestinal, también provoca la evacuación de nutrientes importantes.

El salvado es útil en su estado natural, con los alimentos, y cuando lo tomamos aislado no siempre estamos haciendo un bien a nuestra salud. Quitarlo de los alimentos para después recomendar tomarlo por separado es algo difícil de entender.

Hierbas correctoras o preventivas son la malva, fumaria, fresno común, diente de león, violeta, ajeno, albahaca, alholva, escaramujo, serpol, bardana, menta y salvia. Para casos rebeldes se utilizarán con preferencia la cáscara sagrada y la frángula, ambas con una buena eficacia y apenas efectos secundarios. Se tomarán por la noche y si es necesario, una nueva dosis al levantarse.

Las populares hojas de sen (*Cassia angustifolia*), son irritantes mecánicas del intestino y, por tanto, muy perjudiciales en tratamientos prolongados, ya que dejan inactivo al intestino, lo paralizan, y la atrofia consecuente suele degenerar en cáncer con mucha frecuencia. Están, por tanto, totalmente desaconsejadas y solamente se deberán tomar en emergencias, cuando la obstrucción sea considerable.

No obstante, ningún laxante, por suave que sea, se deberá tomar más de siete días seguidos.

#### **Nutrientes:**

El magnesio es el mejor mineral para mejorar el estreñimiento, aunque suele

tardar cuatro o cinco días en hacer efecto. También son útiles el polen, la levadura de cerveza y el aceite de oliva crudo.

De inmejorables resultados son los baños de asiento calientes, así como la reflexoterapia, siendo las medidas de elección en niños pequeños o personas debilitadas. No hay que olvidar beber mucho agua durante las comidas.

### **Homeopatía:**

Sulfur CH6, Bryonia CH3, Nux vomica CH4, Graphites CH3, Magnesium muriaticum CH4, Lycopodium CH6, Natrum muriaticum CH 3.

### **2.77. ESTRÉS**

**Descripción:** Sobrecarga del sistema emocional y nervioso. Todas las sociedades conocidas e incluso los animales, están sujetas a situaciones de estrés, puesto que es el mecanismo mediante el cual el organismo trata de adaptarse a la lucha por la supervivencia.

**Causas:** Toda persona, independientemente de su sexo y edad, está sometida en el transcurso de su vida a presiones exteriores motivadas por su medio familiar y laboral, durante las cuales su sistema defensivo trata de acomodarse y soportar los múltiples inconvenientes que le llegan.

Se considera que padecen estrés cuando las tensiones son muy prolongadas y el organismo se ve incapaz de asimilarlas. Sería algo así como una conducción eléctrica calculada para 500 vatios, a la cual se le incorporan pequeñas sobrecargas adicionales. Durante un corto espacio de tiempo se puede soportar, pero si no existen derivaciones para canalizar el exceso vendrá el fallo.

La persona afectada apenas percibe este incremento de la tensión, puesto que su rendimiento físico es muy alto, consecuencia lógica de un cuerpo obligado a funcionar al máximo.

Esta sobrecarga de trabajo o de tensión emocional suele ser benéfica durante cortos períodos de nuestra vida, ya que nos pone en funcionamiento facultades y energías quizá desconocidas para nosotros mismos. Solamente aquellas personas a las cuales la vida les somete a estos esfuerzos son capaces de efectuar actos de verdadero interés.

El problema aparece cuando la tensión es demasiado prolongada y las reservas energéticas comienzan a decrecer. El sistema de adaptación de nuestro

cuerpo, centrado principalmente en las suprarrenales, el corazón y la conducción nerviosa, acusa sobrecarga y trata de adaptarse subiendo la tensión arterial, aumentando la irritabilidad emocional o con un exceso de jugos gástricos.

Estas anomalías conducirán a la larga a una serie de enfermedades que pueden abocar en una muerte súbita, justo cuando la persona parecía pletórica de eficacia y energía. Síntomas y cambios que se suelen denominar como estrés:

El enfermo tiene pocos síntomas externos, controla hasta cierto punto sus reacciones, pero su comportamiento difiere del de la mayoría y son sus familiares quienes establecen el diagnóstico de que debe ir al médico.

Un enfermo **neurótico** no suele dar problemas a los demás pero se hace un gran daño a sí mismo.

Hay enfermos para los cuales el contar sus problemas internos a los demás le causa más daño que asimilarlos.

Hay que distinguir entre quienes manifiestan " **nerviosismo**" solamente en un ambiente determinado (familiar, laboral o social), pero su comportamiento es normal en los demás, de quienes tienen problemas en todos los lugares y situaciones. Solamente en estos casos hay que hablar de trastornos de la personalidad.

Para ayudar a un enfermo no hay que establecer patrones rígidos de la conducta. Lo que a nosotros nos gusta puede desagradar a otro. El **negativismo** se caracteriza por una falta total de las responsabilidades propias, lo que lleva al enfermo a abandonar el hogar, al histerismo y a refugiarse en las drogas o grupos marginales.

Los **prejuicios** generalizados conducen casi siempre a una vigilancia exagerada sobre los peligros del exterior y también a almacenar en los recuerdos una colección de agravios y personas causantes. Su mente es muy capaz de almacenar durante años detalles y supuestos daños que los demás nos han causado.

Las **fantasías** nos pueden llevar a un callejón sin salida al imaginar un mundo idílico tan alejado de la realidad o tan difícil de lograr que nos haga despreciar el que tenemos.

Las ensoñaciones sobre hombres perfectos, amores puros o vida familiar paradisiaca, nos conducirán a la soledad y a comportamientos excéntricos. Estas

personas evitarán, por tanto, la vida íntima, en pareja o familia, ya que dar por supuesto que nada va a resultar como necesitan. Sin embargo, la diferencia entre las fantasías esquizoides y las normales estriba en que la persona enferma no lucha por conseguir ese mundo que sueña y el otro va detrás de su mundo de fantasía.

La persona nerviosa suele acabar casi siempre convertido en un **hipocondríaco**, pero no solamente en el aspecto de su salud sino en cuanto a la vida en sí. Suele ver la vida desde un prisma tan negativo, tan lleno de peligros, que todo le da miedo.

La **autodestrucción** consiste en volverse contra uno mismo, en hacerse daño tanto físico como mental. El cortarse la melena después de un disgusto amoroso, el negarse a comer, el abandono del aspecto externo, el cese de toda búsqueda de trabajo o el arañarse la cara, son algunos ejemplos de desequilibrio nervioso que puede llevar incluso al masoquismo.

También es frecuente encontrar personas que **fingen**, que niegan sus problemas y sobre todo que niegan que les afecten. Como si fueran actores interpretan el papel que más les gusta y aunque estén profundamente enamorados dicen "pasar" de la persona amada, cuando algo les duele dice que no tiene importancia y ni siquiera van al médico y hasta se ríen a carcajadas delante de la gente para demostrar que a ellos la vida no les afecta en absoluto.

Hay quienes pagan sus culpas con terceras personas, por supuesto no causantes de su mal. Otras **responsabilizan** siempre a sus allegados de sus males y esto les llevan a refugiarse con frecuencia en quienes ellos consideran sus salvadores, los que les van a dar sentido a su vida. Suelen ir en busca de alguien que les solucione sus problemas, que les haga sentirse felices, en suma, que les dé algo.

**Causas de estrés intenso: Encarcelamiento** prolongado. En este caso lo asimilan peor quienes no eran plenamente conscientes de que algún día podrían acabar así. Las personas que no siguen las leyes de manera habitual están preparadas para que algún día deban pagar por ello y de ocurrir el encarcelamiento lo asimilarían relativamente bien.

**Despido** . También aquí influye mucho la edad y las posibilidades de volver a encontrar trabajo. Si en nuestra mente existe la posibilidad de ello el problema lo encajamos mejor que cuando lo vemos poco menos que imposible.

Disfunciones **sexuales**. Afectan bastante más al hombre que a la mujer y suelen conducir a un callejón sin salida ya que cada nuevo fracaso es una pérdida más de la esperanza de curarse.

**Préstamo** bancario. Suelen concederse a tan largo plazo que no lo podemos apartar de nuestra mente durante al menos diez años, especialmente si la situación económica es inestable. Afortunadamente siempre existe la posibilidad de dejar de pagarlo y con ello recuperar la tranquilidad, aunque para ello debamos dejar el bien adquirido con él.

De una manera más psicológica y sin tener en cuenta por tanto el factor físico de agotamiento, estos trastornos nos conducirían irremediablemente a una situación delicada de estrés:

**Miedo:** esta sensación es tan intensa que nos puede anular todos nuestros mecanismos defensivos e incluso paralizarnos. Pero el miedo no es solamente a una agresión física que pueda poner en peligro nuestra vida, sino el miedo a perder el trabajo, a que nuestros seres queridos mueran, a que Hacienda nos embargue nuestros bienes o a quedarnos solos. Esta sensación angustiosa, si se prolonga demasiado, nos causará un daño corporal muy serio y comprometerá nuestra salud.

La **rutina** o el **cambio**: siendo dos circunstancias totalmente opuestas pueden provocar sensaciones iguales. La falta de estímulos nuevos, la sensación de que nuestra vida carece de alicientes y que continuará así durante los mejores años, nos puede llegar a producir un rechazo a nuestro "modus vivendi" y cada nueva jornada será llevada con hostilidad.

Este efecto de rechazo se manifiesta también con frecuencia en los matrimonios de larga duración, especialmente cuando llega la denominada "crisis de los 40", edad en la que es frecuente plantearse cómo ha sido nuestra vida y cómo nos gustaría que fuera el resto, cuando aún tenemos tiempo para rectificar.

Pero el problema es que solemos culpabilizar a nuestra pareja de ello, sin darnos cuenta que el destino de cada uno es totalmente individual y depende de nosotros mismos.

Y en el lado opuesto de la moneda tenemos al cambio, continuado o esporádico, el cual nos obliga a adaptarnos rápidamente a una nueva situación, rompiendo con otra que conocíamos perfectamente y a la que ya estábamos adaptados. Aunque con el paso de los días cualquier cambio es beneficioso para

darnos nuevos alicientes, en las primeras semanas nos gustaría regresar a la situación cómoda que teníamos, a la cual estábamos perfectamente adaptados.

La **tristeza**: más que la tristeza en sí lo que produce mayor estrés es la falta de desahogo en algún hombre amigo. La imposibilidad de comunicar nuestros problemas o el reprimir el llanto, suelen provocar tarde o temprano enfermedades del alma.

La muerte de un familiar cercano, especialmente el cónyuge o los hijos, la infidelidad de la pareja, el no sentirse querido o la ruina brusca económica, producen tal tristeza que acaban con frecuencia en la desazón y en ocasiones en el suicidio.

La **incertidumbre**: tampoco es una casualidad que los adivinos y futurólogos persistan desde hace milenios y que las personas acudan a ellos sea cual sea su condición social o cultural. El deseo de saber qué nos deparará el mañana es un anhelo de toda la humanidad, aún cuando nuestra vida actual no sea especialmente desagradable. Pero esta incógnita del mañana es especialmente estresante cuando se trata de una situación laboral incierta en la cual el despido está siempre en nuestra mente; la enfermedad grave de un familiar cuyo final nadie es capaz de confirmarlo; el temor a que un delincuente o terrorista que sabemos va detrás de nosotros pueda lograr su malvado propósito, o el no saber si por fin el clima mejorará la cosecha que con tanto esfuerzo hemos logrado, son algunos ejemplos de situaciones inciertas que nos perjudicarán nuestro psiquismo.

#### **Tratamiento:**

El remedio para evitar el estrés continuado pasa por la búsqueda de alternativas o descansos periódicos.

Si cada persona desarrollase actividades al margen de su trabajo (eso que se le denomina hobby), hiciera deporte moderado no competitivo, no tomara excitantes, durmiera un sueño reparador, viajara más a la montaña que a la playa y tomara una alimentación saludable, podría soportar con facilidad las múltiples tensiones que la vida en las ciudades provoca.

#### **Plantas medicinales:**

Existen muchas hierbas que pueden ayudar a mejorar un organismo sobrecargado y entre ellas tenemos al eleuterococo, el espliego, el romero, la melisa y la valeriana.

La aromaterapia adecuada es el romero, jengibre, albahaca, geranio y lavanda, incluso en masajes. **Oligoterapia:**

El oligoelemento manganeso, el zinc-cobre y el selenio, ayudarán a fortalecer el organismo.

**Nutrientes:**

Otras ayudas importantes las podemos conseguir tomando adaptógenos como el polen, la vitamina B-15, la jalea real y la vitamina B-1. También la L-Tirosina, la vitamina C.

**3. RESUMEN** Un tratamiento global –completo- del enfermo, incluiría dietética, plantas medicinales, cambios en la conducta, restablecimiento energético y medidas físicas, entre otros.

Las mujeres deportistas suelen acusar con frecuencia amenorreas reversibles, lo mismo que quienes han tenido un trauma psicológico intenso.

Frecuentemente confundimos a una persona anoréxica con una delgada.

La mayoría de las enfermedades circulatorias no se pueden curar sin una correcta alimentación y un cambio en los malos hábitos de vida. En el desarrollo del cáncer existe habitualmente un gran conflicto emocional como desencadenante.

Si malo es dar falsas esperanzas de curación a un enfermo, peor aún es quitar toda esperanza.

Cualquier situación de emergencia médica requiere ingreso hospitalario. **4.**

#### **EJERCICIOS DE AUTOEVALUACIÓN**

1. ¿Es positiva la presencia de los seres queridos en la curación del enfermo? SÍ NO

2. ¿Las agujetas se curan realizando nuevamente el ejercicio que las produjo? SÍ NO

3. ¿La alfalfa es buena para la caída del cabello? SÍ NO

4. ¿La carencia de hierro puede ocasionar amigdalitis de repetición? SÍ NO

5. ¿La anemia es causada por carencia de vitamina D? SÍ NO

6. ¿La angina de pecho deja lesiones en el corazón? SÍ NO

7. ¿Se puede tratar el apendicitis con remedios naturales? SÍ NO

8. ¿La gota se considera una enfermedad reumática? SÍ NO

9. ¿El cretinismo y el mongolismo es la misma enfermedad? SÍ NO

10. ¿Son la misma enfermedad la enuresis y la incontinencia urinaria? SÍ NO

**4.1. RESPUESTAS A LOS EJERCICIOS DE AUTOEVALUACIÓN** 1. SÍ, salvo que sean manifiestamente hostiles.

2. SÍ 3. SÍ

4. SÍ

5. NO, esencialmente es por Vitamina B-12, hierro y ácido fólico
6. Habitualmente, NO
7. NO, salvo en los primeros estados del mal.
8. Sí
9. NO
10. NO

## EXAMEN

1. ¿Cuál es el tratamiento de base de las alergias?
2. ¿Cuál es la causa de la caída del cabello?
3. ¿Cuál es la diferencia entre amenorrea y oligomenorrea?
4. ¿Cuál es la homeopatía de elección en la amigdalitis?
5. ¿Cuál es la hierba de elección en las enfermedades cardíacas?
6. ¿Cuáles son los síntomas de la ansiedad?
7. ¿Cuáles son las causas comunes de la arteriosclerosis?
8. ¿Qué necesita básicamente un depresivo?
9. Una regla básica para las dermatitis
10. ¿Cómo definiría la esquizofrenia?

## ÍNDICE LECCIÓN 2

### VOLUMEN TERCERO

#### 1. Las enfermedades y su tratamiento natural

- 1.1. Fatiga
- 1.2. Faringitis
- 1.3. Fiebre
- 1.4. Fístula anal
- 1.5. Flebitis
- 1.6. Fotofobia
- 1.7. Fracturas
- 1.8. Frigidez
- 1.9. Forúnculo (divieso)
- 1.10. Gangrena
- 1.11. Gastritis
- 1.12. Gastroenteritis
- 1.13. Gingivitis
- 1.14. Glaucoma
- 1.15. Gonorrea .
- 1.16. Gota
- 1.17. Gripe
- 1.18. Halitosis
- 1.19. Hematemesis
- 1.20. Hematoma
- 1.21. Hematuria

1.22. Hemofilia  
1.23. Hemoptisis  
1.24. Hemorragias  
1.30. Herpes ....  
1.31. Herpes zoster  
1.32. Hiperhidrosis  
1.34. Hipertensión  
1.35. Hipertiroidismo  
1.36. Hipo  
1.37. Hipogonadismo  
1.38. Hipoglucemia  
1.39. Hipotensión  
1.40. Hipotiroidismo  
1.41. Hirsutismo:  
1.42. Hodgkin (enfermedad de)  
1.43. Ictericia ...  
1.44. Impotencia  
1.45. Incontinencia fecal  
1.46. Infarto de miocardio  
1.47. Insolación  
1.48. Insomnio  
1.49. Insuficiencia cardiaca  
1.50. Insuficiencia cerebrovascular  
1.51. Insuficiencia renal  
1.52. Jaqueca  
1.53. Juanete ....  
1.54. Lactancia (disminución de la...)  
1.55. Laringitis  
1.56. Leucemia  
1.57. Linfadenitis  
1.58. Lombrices  
1.59. Lumbago  
1.60. Malaria  
1.61. Mastitis ...  
1.62. Mastitis quística  
1.63. Memoria (trastornos)  
1.64. Menopausia  
1.65. Miopía  
1.66. Muelas (dolor)  
1.67. Nefritis

- 1.68. Nerviosismo
- 1.69. Neumonía
- 1.70. Neuralgia
- 1.71. Neuralgia del trigémino
- 1.72. Nevo (lunares, antojos)
- 1.73. Nódulos (tiroideos, cuerdas bucales)
- 1.74. Obesidad
- 1.75. Ojo (afecciones)
- 1.76. Orzuelos
- 1.77. Osteoporosis
- 1.78. Otitis
- 1.79. Paperas
- 1.80. Parálisis cerebral infantil
- 1.81. Parkinsonismo
- 1.82. Pediculosis (piojos, ladillas)
- 1.83. Picaduras
- 2. Resumen
- 3. Ejercicios de autoevaluación
  - 3.1. Respuestas a los ejercicios de autoevaluación

# 1. LAS ENFERMEDADES Y SU TRATAMIENTO NATURAL (SEGUNDA PARTE)

## 1.1. FATIGA Descripción:

Poca adaptación del cuerpo a esfuerzos físicos y mentales.

### Causas:

Hay multitud de enfermedades y causas que pueden provocar fatiga, siendo necesario primero averiguar la causa orgánica que la produce. También existe la fatiga fisiológica, bastante habitual, la cual afecta a la población muy trabajadora y a los deportistas. Esta es la que puede ser tratada sin problemas por medios naturales mediante los suplementos energéticos.

**Tratamiento:** Como alimentos especialmente productores de energía tenemos lógicamente aquellos ricos en hidratos de carbono que se absorben con rapidez, en especial los dátiles, uvas, plátanos o ciruelas. Las patatas al vapor y los copos de avena, son especialmente restauradores y aconsejables en todos los deportistas, ya que se pueden consumir sin peligro minutos antes del entrenamiento.

El muesli constituye un alimento de primera magnitud. También es un energético extraordinario la miel o la fructosa. La glucosa, sin embargo, está contraindicada, ya que su nivel de absorción es demasiado rápido y provoca después caídas importantes de la glucemia, así como también supone una sobrecarga para el hígado y un mayor consumo de vitamina B1. Hierbas energéticas tenemos la alholva, el romero, la menta, el diente de león, el cardo mariano, el eleuterococo y el ginseng, estas últimas de extraordinarios efectos a corto y largo plazo. De todas maneras, ningún nutriente puede solucionar un mal entrenamiento o proporcionar energías donde no hay músculos poderosos.

### Oligoterapia:

Los oligoelementos útiles son el selenio y el cobre-oro-plata.

### Nutrientes:

Suplementos dietéticos de mucho interés son la jalea real, el octacosanol, el aceite del germen de trigo, la Vitamina B-15, la L-carnitina, los aspartatos y el polen. Los suplementos de aminoácidos, así como las vitaminas B-1, B-2, B-6, B-12,

E y ácido pantoténico, también se tendrán en cuenta, aunque su efecto nunca es inmediato.

## **1.2. FARINGITIS**

### **Descripción:**

Inflamación aguda de la faringe. **Causas:**

Aunque la causa más habitual es de origen vírico, también puede deberse por la presencia de bacterias. Esta invasión de gérmenes puede originarse a causa de la inhalación o absorción de agentes irritantes, infecciones de amígdalas, enfermedades eruptivas o resfriados.

El enfermo se queja de quemazón en la garganta, sequedad y en muchas ocasiones de presencia de un bulto. El estado general suele estar bastante afectado y puede incluir fiebre, mareos, palidez y debilidad general muy acusada.

Normalmente la enfermedad se detiene en este estado, aunque puede evolucionar desfavorablemente y formarse abscesos de pus, cubrirse de una membrana y estar muy inflamada, existiendo también dificultad al tragar y falta de aire. En muchas ocasiones la causa ha sido la ingestión de un cuerpo extraño de naturaleza abrasiva, como una espina de pescado o alimentos duros y porosos.

### **Tratamiento:**

En los casos simples, el tratamiento consiste en realizar gárgaras de cola de caballo y limón, enriquecidas con unas gotas de extracto de Própolis.

Por vía interna se tomarán infusiones de llantén, tomillo, malva y menta. Algunos autores recomiendan también el espino amarillo. El Própolis, bien sea en comprimidos o solución, se tomará tres veces al día, junto a la vitamina A y el ácido pantoténico.

**Oligoterapia:** Oligoelementos imprescindibles son el cobre, y la unión Cobremanganeso.

### **Homeopatía:**

Mercurius solubilis CH9, Bryonia CH5, Ferrum phosphoricum CH4

### **1.3. FIEBRE**

#### **Descripción:**

Aumento de la temperatura corporal debido a un cambio patológico.

Se considera fiebre aquella temperatura que pasa de los 37 grados en personas en cama y de 37,2 en las que llevan una vida activa. Estas temperaturas se refieren a las axilares, ya que las rectales suelen ser entre 3 a 6 décimas más altas.