

# Boletín de Medicina Natural y Tradicional

Centro Provincial de Información de Ciencias Médicas Mayabeque

2015

Volumen 2, Número 1 (ene-feb)

## Editorial

El boletín de Medicina Natural y Tradicional, continuará durante el presente año saliendo con una frecuencia bimestral a propósito del lineamiento 158 de la Política Económica y Social del Partido y la Revolución; aportando un sin fin de conocimientos sobre las alternativas y procedimientos que sobre este tema se presentan en nuestro país y específicamente en nuestra Provincia. Esperamos les sea de gran utilidad.

Cualquier información que Ud. crea deba aparecer en nuestras páginas, por favor escribirnos, aceptamos también sus sugerencias para perfeccionar este producto informativo.



## ¿Qué son los Peloides?

Por peloides (del griego pelos = fango, barro), se entienden los productos naturales (básicamente los sedimentos) que se depositan en el fondo de los lagos, pantanos, salinas, bahías y deltas, compuestos por agua y sustancias orgánicas e inorgánicas, formando una masa finamente homogénea, plástica, con determinadas propiedades térmicas, físico-químicas y otras.

La formación de los Peloides ocurre bajo la influencia de toda una serie de factores naturales, tales como los geológicos, climáticos, hidrológicos, biológicos y varios procesos físico-químicos que interactúan entre sí. Ahora bien, ningún sedimento adquiere la condición de PELOIDE, mientras no alcance una adecuada maduración que le otorgue las condiciones óptimas para ser utilizado como medicamento o cosmético.

El estudio de la acción curativa de los Peloides sobre el organismo humano ha sido

objeto de un sin número de investigaciones. Actualmente está bien establecido que el uso de los Peloides, debido al conjunto de sus propiedades térmicas, químicas y mecánicas, entre otras, influye sobre muchas funciones del organismo tales como la circulación sanguínea, la respiración, la transpiración, el intercambio de sustancias, etc.

Actualmente los Peloides están siendo utilizados, además, en la elaboración de toda una gama de productos cosméticos y dermocosméticos tales como: cremas, champús, abones y gel de baño, mascarillas faciales, parafango y otros.

Nuestro país cuenta con grandes acumulaciones o yacimientos de Peloides de altísima calidad, ubicados tanto en la costa norte como en la sur, que por sus características y calidad permiten su utilización en la medicina, la cosmética y la dermocosmética.

[Fuente](#)

### Acontecimientos próximos

**Jornada Ozonoterapia | 2015**  
14 - 16 MAY | Matanzas

**16 Congreso Científico Internacional CNIC | 2015**  
22- 26 JUN | La Habana, Cuba

**Medicina Bioenergética y Naturalista**  
9 - 13 MAZ | La Habana

[Jornada Nacional de Terapias Naturales. TRIOLET 2015](#)

## Mi botica

### Sobre el Jengibre:

El **jengibre** es una planta cuya parte más conocida es su rizoma. También llamado *kion*, crece en las regiones tropicales de todo el mundo y es famoso, tanto por sus reconocidas propiedades medicinales, como por su uso culinario.

Crece en todos los continentes, pero la variedad que solemos encontrar habitualmente es la originaria de China y de Perú; sin embargo, el más valorado es el que procede de India, Australia y Jamaica.

Por su sabor picante y aromático se recomienda consumirlo con moderación y acompañando de otros alimentos.

Otorga muchos beneficios al cuerpo humano, como los siguientes:

1. Disminuye los dolores reumáticos y menstruales
2. Es eficaz contra la gripe y los resfriados
3. Mejora el flujo sanguíneo, previene las enfermedades cardiovasculares
4. Elimina el mareo y el vértigo
5. Es un afrodisíaco natural, al estimular la libido
6. Es un antidepresivo natural
7. Combate el envejecimiento prematuro y reduce los niveles de estrés
8. Disminuye las migrañas
9. Previene el cáncer de colon y de ovario
10. Facilita la digestión.

[Fuente](#)

## Noticias

### [Científicos descubren un tratamiento contra el paludismo basado en plantas](#)

Un grupo de científicos ha descubierto un nuevo tratamiento contra el paludismo basado en el uso del ajeno dulce, una planta de la que se extrae el principal ingrediente con el que se fabrican los medicamentos para tratar esta enfermedad, según la "Proceedings of the National Academy of Sciences".

Usar directamente el ajeno dulce ("Artemesia annua") es tres veces más duradero que utilizar la dosis estándar de los medicamentos que contienen artemisinina y que hoy constituyen la forma estándar de tratar el paludismo a nivel mundial, según estos científicos. Además, los autores del estudio afirman que si se duplica la dosis del fármaco, usar la planta sigue siendo dos veces más eficaz.

### [Cinco raciones diarias de fruta y verdura disminuyen el riesgo de muerte por enfermedad](#)

Cada vez hay más evidencias de que el aumento del consumo de frutas y verduras se relaciona con un menor riesgo de muerte por enfermedades cardiovasculares y cáncer.

Las conclusiones de una nueva investigación, basada en la revisión de resultados de numerosos estudios, indican ahora que comer cinco raciones de fruta y verduras diarias está asociado con un menor riesgo de muerte por enfermedad, sobre todo por afecciones cardiovasculares. Más de cinco raciones parecen no tener un efecto adicional.



Jengibre

“El médico del futuro no dará medicinas, sino que despertará el interés de sus pacientes por la atención de la estructura del cuerpo, de la dieta y la causa y la prevención de las enfermedades”

## Mi diccionario:

**Heliotalasoterapia:** Uso del sol y agua de mar como agentes terapéuticos.

**Naturopatía:** Sistema de diagnóstico y tratamiento basado en ayudar a la naturaleza facilitando la utilización de los mecanismos de curación del propio cuerpo para alcanzar una salud óptima.

## Mayabeque y la Medicina natural y tradicional



### Empleo de la spirulina en gestantes con trastornos de la nutrición

Desde hace varios años en el municipio de Melena del Sur se está utilizando el tratamiento con spirulina en todos los consultorios del médico y la enfermera de la familia para lograr reducir el índice de bajo peso al nacer.

En un estudio realizado con una muestra de 133 gestantes a las cuales se les suministro el suplemento nutricional Spirel, se obtuvo que las gestantes tratadas con este suplemento en solo un

mes aumentarían el peso corporal en más de 4 Kg; la altura uterina de 4-8 cm., y la hemoglobina de 1-3 gr., 4 semanas después de la aplicación del suplemento.

Es importante señalar que este producto tiene la ventaja de que por ser su origen una fuente natural se convierte en vitamina A, se asimilan solo las cantidades que el organismo necesita, por lo que no ofrece peligro de una intoxicación, además de otros elementos que contiene y que son importantes en la formación embrionaria.



## Alfabetización MNT

# Medicina Naturista

Base de datos que se crea como un medio de comunicación y difusión de las inquietudes y los avances en este campo de la medicina. Es el órgano oficial de la Sociedad Europea de Medicina naturista Clásica. Sección Española y la podemos encontrar desde el portal de la base de datos de [Medicina Natural Y Tradicional De Infomed](http://www.medicinanaturista.org/content/view/15/5/) o desde la dirección <http://www.medicinanaturista.org/content/view/15/5/>

¡Visítelas!

### ELABORADO POR:

Lic. Yosmary Gil Padrón  
 Centro Provincial de Ciencias Médicas Mayabeque  
 Carretera Catalina Km 1 1/2 Güines, Mayabeque, CP 33900  
 Telf.47531629 ó 47531808 Correo electrónico: [cpicmha@infomed.sld.cu](mailto:cpicmha@infomed.sld.cu)