

Boletín de Medicina Natural y Tradicional

Centro Provincial de Información de Ciencias Médicas Mayabeque

2016

Volumen 3, Número 3 (may-jun)

Editorial

Se presenta como tema fundamental del número el uso de las ventosas en la Medicina Natural y Tradicional. La ventosaterapia, es una terapia muy antigua, cuyos registros se encuentran en diversas partes del mundo, incluso nuestras abuelas las utilizaban con asiduidad, para los casos de resfríos o los empachos.

¿Ventosaterapia?



Próximos
acontecimientos

Congresos
Patología 2016

I Simposio Territorial
de Medicina
Bioenergética y
Naturalista

Estética y salud
2016

La **ventosaterapia** es uno de los métodos terapéuticos utilizados en la medicina china tradicional mediante el cual una ventosa se coloca sobre la superficie de la piel para causar una congestión local eliminando el aire de la ventosa introduciendo calor en su interior con un material igniscente. Este método tiene la función de calentar y promover la libre circulación del Qi y la sangre en el canal, disminuir la tumefacción y el dolor, dispersar el frío y la humedad.

Las ventosas chinas no tratan, por ejemplo, la depresión, pero son interesantes en la medida en que representan un complemento y permiten limitar el consumo de medicamentos.

Los partidarios de esta técnica consideran también que es el mejor método para abrir los meridianos del cuerpo, que son los conductos a través de los cuales fluye la energía, por lo que esta terapia alternativa

funciona de forma similar a la acupuntura.

Esta técnica puede evitar, en función de cada terapeuta, la ingesta de medicamentos analgésicos y antiinflamatorios.

Según los acupuntores, las ventosas deben seguir un protocolo muy preciso para ser eficaces. Su campo de aplicación supera ampliamente el de las afecciones de oídos, garganta y nariz, por eso están mejor indicadas para patologías articulares y musculares como las tendinitis, lumbalgias, ciáticas, reuma, torceduras.

Pueden aliviar también el dolor de cabeza, las migrañas, algunos problemas de piel (eczema, acné), los efectos del estrés, el insomnio, o las colopatías funcionales (estreñimiento...). Muchos pacientes que recurren a esta técnica dan fe de sus buenos resultados.

[Fuente](#)

Mi botica

Sobre la Guanábana:

La guanábana es un fruto de color verde oscuro, que proviene de un árbol frutal de más o menos unos 8 metros de altura. Este árbol es originario de Perú, por lo que crece en un clima tropical, es una fruta dulce que se puede consumir sin azúcares añadidos.

Es una fruta a la que se le atribuyen una serie de cualidades medicinales. Una de las principales es que se considera un potente regulador de las distintas funciones del organismo, ya que ayuda a combatir la hipertensión, los resfriados, enfermedades respiratorias varias, así como a depurar el hígado y mantener una correcta salud de este, y regular los

niveles de azúcar en sangre, algo muy beneficioso para las personas que padecen diabetes.

La Guanábana un potente anticancerígeno.

Investigaciones han demostrado que es un potente anticancerígeno, los componentes de este fruto actúan contra el cáncer.

La corteza, frutos, hojas y raíces de la guanábana, actúan sobre las células de nuestro cuerpo, por lo que las hojas del árbol pueden destruir las células cancerosas, y actuar como la quimioterapia y sin efectos secundarios, tales como la pérdida de peso, la pérdida de cabello, ect. [Fuente](#)



Guanábana

Noticias

[Cómo eliminar los contaminantes ambientales de la carne cruda](#)

Hace seis meses la Agencia para la Investigación sobre el Cáncer asoció el consumo de carne roja y carne procesada al riesgo de sufrir cáncer. Sin embargo, en su análisis no hizo ninguna referencia a algunos contaminantes ambientales cancerígenos que ya están presentes en la carne cruda o sin procesar. Un estudio demuestra que solo los procesos de cocina que eliminan la grasa de la carne pueden reducir las concentraciones de estas sustancias.

operación de suma y resta que se conoce como la hipótesis del equilibrio energético y según la cual, todo sería tan sencillo como reducir el consumo de grasas y hacer ejercicio. Sin embargo, cada vez más voces se alzan contra esta tesis.

[La medicina natural y tradicional: “una alternativa de la riqueza”](#)

Hace más de tres décadas la Organización Mundial de la Salud realizó un llamado a los gobiernos y a la comunidad internacional, con el fin de que incorporaran en los Sistemas Nacionales de Salud las medicinas alternativas y terapias tradicionales. Hoy, gracias a una disposición del Ministerio de Salud Pública (MINSAP), esta área de la salud encuentra su lugar como especialidad médica en Cuba.

["Deja de comer productos light"](#)

Un nuevo documento ha sacudido las aguas de la industria alimentaria, pero no es ni el primero ni el último que pone el dedo en todo lo que se está haciendo mal.

Durante décadas, hemos estado seguros de que la clave del adelgazamiento consiste, básicamente, en quemar más calorías de las que consumimos. Una simple

[Estrategia de la OMS sobre la Medicina Natural y Tradicional 2014-2023](#)

[Programa nacional de MNT](#)

[Vigilancia y seguridad en MNT](#)

Mi diccionario

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.

Qi gong: componente de la medicina tradicional china que incluye movimientos suaves, meditación y regulación de la respiración para facilitar el flujo del qi (energía vital) a través de los diferentes órganos del cuerpo. [Fuente](#)

Mayabeque y la Medicina Natural y Tradicional



Finaliza Diplomado de Medicina Natural y Tradicional en Mayabeque

Culmina con éxito en la provincia el Diplomado de Medicina Natural y Tradicional, que se ha realizado con el objetivo de elevar el nivel de capacitación de los profesionales de la salud, en aras de satisfacer las necesidades de aprendizaje actuales y mejorar la calidad del servicio que se brinda a la población, tanto en la atención primaria como en la atención secundaria.

El diplomado culminó con un grupo heterogéneo de 15 egresados que incluye, estomatólogos, licenciados en enfermería, médicos especialistas, los cuales extenderán sus conocimientos actualizados en las diferentes modalidades de tratamiento a todos los municipios de la provincia.



Alfabetización MNT

METNA

METNA es una base de datos que ofrece información secundaria sobre medicina tradicional y natural, a partir de diversas fuentes de información, a saber: publicaciones periódicas, libros, tesis y otros documentos no publicados. Sus resúmenes se publican en español con independencia del idioma de la fuente y, eventualmente, los datos de los autores. La cobertura temática comprende plantas medicinales, acupuntura, termalismo, ejercicios, láser, hipnosis, masajes, técnicas de manipulación, energía piramidal, geobilología, ayurvética, productos naturales, osteopatía y espangría.

Disponible en: <http://www.bvs.sld.cu/cgi-bin/wxis/iah/?IsisScript=iah/iah.xis&base=metna&lang=e>

ELABORADO POR:

Lic. Yosmary Gil Padrón

Dra. Yanet Damaris Acosta Perdomo

Centro Provincial de Información de Ciencias Médicas Mayabeque

Carretera Playa del Rosario Km 2 1/2 Güines, Mayabeque, CP 33900

Telf. 47 521284 Correo electrónico: cpicmmay@infomed.sld.cu