

# Boletín de Medicina Natural y Tradicional

Centro Provincial de Información de Ciencias Médicas Mayabeque

2014

Volumen 1, Número 4 (nov-dic)

## Editorial

Actualmente la Medicina Natural y Tradicional juega un papel importante en la salud cubana, asumida como una alternativa de “prevención, tratamiento, curación y rehabilitación de las enfermedades”. Asimismo se ha visto reflejada en el lineamiento 158, como una prioridad política: “Prestar la máxima atención al desarrollo de la Medicina Natural y Tradicional”.

## ¿Qué es la ozonoterapia?



La Ozonoterapia es la técnica que utiliza el ozono como terapia en la nueva práctica de la Medicina Biológica. Es el tratamiento más moderno alternativo, eficaz y básico para numerosas enfermedades específicas. Es una terapia netamente natural; no tiene contraindicaciones y con excelentes resultados desde el primer momento.

El ozono para uso medicinal es una mezcla de oxígeno-ozono, que se logra por el paso de oxígeno puro por una descarga eléctrica de alto voltaje y alta frecuencia. Esta reacción química, realizada por un equipo especial de electromedicina, produce un gas con distintas concentraciones de ozono, acorde a la patología y el tratamiento. El gas, al entrar en contacto con el organismo produce cambios químicos terapéuticos.

El ozono activa la circulación sanguínea, aportando oxígeno, desintoxica el hígado, reduce los niveles de colesterol y ácido

úrico, eliminando los componentes sólidos de la sangre.

El ozono cura porque mejora el metabolismo en forma integral. Por un lado, la circulación sanguínea mejora en los tejidos afectados. Por otro, el transporte de oxígeno y, por lo tanto el suministro de energía a las áreas inflamadas, es mejorado. Y también el sistema inmunológico es influenciado o estimulado de forma positiva.

Los tratamientos son rápidos, eficaces y económicos. Y consisten en un número de sesiones que varían en cantidad y duración, según la afección que se trata. Las aplicaciones no tienen efectos adversos.

Tiene entre otras propiedades:

- Antiinfecciosas.
- Antivíricas.
- Antifúngicas.
- Antitóxicas
- Antiparasitarias.
- Antiinflamatorias.

[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

## Mi botica

### Sobre el Eucalipto:



El **eucalipto** es un árbol con muchas propiedades para la salud. A pesar de que existe una gran diversidad a nivel mundial, es el *Eucalyptus globulus* el que ha adquirido mayor aceptación de entre las 600 especies que existen, siendo originario tanto de Tasmania como de Australia. Debido a las propiedades del eucalipto se han llegado a elaborar diferentes tipos de productos derivados de la planta, los cuales comprenden a una serie de aceites así como cremas e inclusive miel. La principal propiedad curativa del eucalipto es la que está vinculada

con el tratamiento de enfermedades que afectan al sistema respiratorio como catarros, gripe, asma, bronquitis, faringitis, rinitis, etc. Se trata de una planta que, gracias a las propiedades antisépticas de sus hojas, es eficiente para combatir los microbios y las bacterias que causan este tipo de infecciones. Si lo que se desea es purificar un ambiente y entorno determinado, es recomendable colocar ramas y hojas de eucalipto en diferentes sitios y sectores del ambiente, lo cual es muy usado cuando existen condiciones de epidemia así como la infestación de una gran cantidad de insectos. [Fuente](#)



*Eucalipto*

## Noticias

### [La leche materna, oro biológico](#)

Aunque lleva acompañando al ser humano desde el principio de los tiempos, la leche materna no se ha estudiado demasiado hasta la fecha. Así se explica en un artículo publicado recientemente en la revista Science que, bajo el título, *La primera comida funcional de la naturaleza*, despliega todas las virtudes de este alimento, que van mucho más allá de la nutrición del bebé.

Según Ardythe Morrow, epidemiólogo del Cincinnati Children's Hospital de Ohio, durante el último medio siglo se ha ignorado el estudio de la leche materna por considerarse algo "no moderno". Ahora, sin embargo, las tornas han cambiado y este "producto" se ha convertido en un área de interés para la ciencia.

### [El tomate ayuda a prevenir el cáncer de próstata](#)

El cáncer de próstata es el segundo más frecuente en hombres en todo el mundo. La incidencia de este tipo de cáncer es más alta en las naciones industrializadas, lo cual algunos expertos creen que está relacionado con el estilo de vida típico en esos países, dominado por una dieta cargada de grasas y un ocio esencialmente sedentario. Los resultados de una investigación realizada, indican que Los alimentos más beneficiosos para la prevención del cáncer de próstata resultaron ser los tomates y sus derivados, encontrándose un riesgo un 18% inferior de padecer cáncer de próstata en los hombres que comían no menos del equivalente a 10 tomates medianos cada semana.

*“La medicina del futuro, será aquella que done bienestar emocional, aquella que repare el alma”.*

## Mi diccionario:

**Ejercicios Terapéuticos Tradicionales:** Conjunto de métodos y técnicas que utilizan el movimiento con una finalidad terapéutica, modificables a cada sujeto o paciente, orientados de acuerdo con el diagnóstico médico tradicional asiático. Se encuentran dentro de estos los siguientes: Tai chi, Lian Gong Shi Ba Fa, Wu Shu, Qi Gong, Hatha Yoa. [Fuente](#)

## Mayabeque y la Medicina natural y tradicional



En el Balneario “LA PAILA” en la Provincia Mayabeque, específicamente en el municipio de Madruga todos los martes tienen lugar en el salón perteneciente a la Piscina en el horario de las 2:00 p.m. la “Consulta de Relajación”.

Dicho espacio lo atienden las MsC. en Medicina Natural y Tradicional y Bioenergética Xiomara Chow Chang y Beatriz Alpízar Rodríguez. Como preámbulo a la relajación se les imparte charlas educativas sobre variados temas de interés para que los pacientes aumenten sus

conocimientos y actitudes en aras de mejorar su calidad de vida.

Las actividades de relajación se imparten a través de un protocolo previamente establecido y avalado donde se lleva a los pacientes a un estado de relajación ligera.

Se atienden generalmente pacientes aquejados de stress, insomnio y algunas patologías como por Ej.: hipertensión, diabetes, vitíligo, entre otras, diagnosticados previamente por especialistas.



## Alfabetización MNT

**Hoja de información sobre suplementos dietarios y hierbas** para aprender sobre su efectividad, dosis e interacciones con otras medicinas. Lo puedes encontrar desde el portal de Medline Plus en Infomed.

Disponible en: [http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/druginfo/herb\\_All.html](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/druginfo/herb_All.html)

También puede visitar la **Base de datos exhaustiva de medicamentos naturales**. Esta base se basa estrictamente en evidencia, e intenta brindar a los usuarios información confiable que responda a sus preguntas prácticas acerca del uso de cualquiera de estos productos en esta base.

Disponible en: <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/druginfo/natural/methodology-sp.html>

**¡Visítela!**

**ELABORADO POR:**

Lic. Yosmary Gil Padrón

Centro Provincial de Ciencias Médicas Mayabeque

Carretera a Catalina Km 1 1/2 Güines, Mayabeque, CP 33900

Telf.47531629 ó 47531808 Correo electrónico: [cpicmha@infomed.sld.cu](mailto:cpicmha@infomed.sld.cu)