

Boletín de Medicina Natural y Tradicional

Centro Provincial de Información de Ciencias Médicas Mayabeque

2016

Volumen 3, Número 6 (nov-dic)

Editorial

La dietoterapia es una milenaria ciencia y técnica china con la que se pretende curar las enfermedades y restablecer la salud mediante la ingestión de alimentos. Su filosofía se basa en el principio chino de la vida del Universo, buscando la complementación del Yin y el Yang.

¿La dietoterapia?



Próximos acontecimientos

**Congresos
Patología 2016**

**I Jornada Nacional de
Payasos Terapéuticos de
Cuba. Arte y Salud 2016**

**Estética y salud
2016**

De la unión de la salud y la alimentación surge la dietoterapia la cual es definida por la cultura oriental como “el arte de curar a través de los alimentos”. La dietoterapia como tal es una de las tradiciones más antiguas de Oriente, pero en realidad se trata de una ciencia y una técnica tan antigua como la humanidad.

La dietoterapia es la terapia que se basa en la prevención y curación de las enfermedades o la eliminación de sus síntomas, a través de los alimentos que ingerimos o los que eliminamos de la dieta. No solo debe tener en cuenta las propiedades alimenticias, además hay que considerar las manipulaciones y procesos a los cuales están sometidos los alimentos, así como los métodos de cultivo o crianza de las plantas o animales que ingerimos.

Es la primera de las terapias de la naturaleza y la emplean tanto los seres humanos como los animales.

¿Cómo puede influir la dieta negativamente en la salud?

Los aspectos nocivos que la dieta puede ejercer sobre nuestra salud se resumen en tres grupos. Las toxiinfecciones alimentarias, los estados carenciales de nutrientes esenciales como la falta de yodo, la anemia ferropénica, el déficit de ácido fólico y de vitamina D y los derivados de un exceso en el consumo de energía y grasas en relación con la obesidad, de la sal con la hipertensión arterial o de las grasas saturadas con la enfermedad coronaria.

Es totalmente aconsejable utilizar complementos nutricionales a base de alimentos altamente nutritivos, o que favorezcan las funciones reguladoras que necesita la persona, siempre y cuando no empeoren otros problemas de salud. *Mejorando tu alimentación mejoras tu salud de forma significativa e incluso tu estado de ánimo.* [Fuente](#)

Mi botica

Sobre el Romero:

El romero es una planta arbustiva perenne que pertenece a la familia *Labiatae*, es una planta que ha sido ampliamente utilizada desde la antigüedad tanto en la medicina popular como en la gastronomía, la cosmética y la higiene. Este arbusto puede llegar a alcanzar un metro y medio de altura. Posee muchas hojas finas recubiertas por pequeños pelitos blancos y unas flores que pueden ser azuladas, blanquecinas o rosáceas.

El romero es una planta melífera, es decir, que las abejas producen miel a partir de sus flores. Además así favorecen la propagación de las plantas por medio de la polinización. Posee muchos aceites esenciales como por ejemplo el alcanfor, cineol, pineno, limoneno, también flavonoides, ácidos fenólicos, taninos o resinas. Tiene acción

antibacteriano, antifúngica, antiséptico, antiespasmódico, hepatoprotectora, antiinflamatoria, balsámica, es estimulante, rubefaciente, estomacal, astringente, aperitiva, amenagoga, expectorante, carminativa, diurética, colagoga, analgésico, antiviral, cicatrizante.

Sus usos más frecuentes en el tratamiento de enfermedades están dedicados a prevenir el cáncer y el alzhéimer, ya que posee excelentes propiedades antioxidantes. De igual forma encontramos un uso extendido para el tratamiento de dolores musculares, caída del cabello, uñas frágiles y quebradizas, mal aliento, cuidado del cutis y de la piel. [Fuente](#)



Romero

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

Noticias **!Importante!**

El reconocimiento de la Medicina Natural y Tradicional (MNT) como una especialidad médica en Cuba está contenida en la Resolución No. 381 del MINSAP, [publicada en la Gaceta Oficial No. 17 Extraordinaria de 20 de mayo de 2015](#).

Esta resolución deja sin efecto la Resolución No. 261 de 24 de agosto de 2009 de ese Ministerio, que aprobó las modalidades de (MNT) para la asistencia médica, docencia e investigación científica en los servicios de salud.

La Resolución No. 381 del MINSAP indica que las modalidades terapéuticas de la (MNT) «las aplican profesionales y técnicos de la Salud y profesiones afines, según los perfiles ocupacionales y en todos los casos sus practicantes poseen una titulación

previa que se corresponde con el programa académico de entrenamiento que los avala para el ejercicio de la modalidad terapéutica que aplica».

Añade que los psicólogos pueden disponer de la aplicación de la terapia floral, «considerando que es una modalidad que puede utilizarse para la atención de las características psicoemocionales de los individuos».

Aclara, además, que a los «instructores de prácticas deportivas, masajistas y recolectores vendedores de hierbas medicinales que ejercen como trabajadores por cuenta propia, no se les reconoce el carácter terapéutico en el ejercicio de las actividades que desarrollan». [Fuente](#)

[Programa nacional de MNT](#)

[Vigilancia y seguridad en MNT](#)

Mi diccionario

Necesidades nutricionales: Cantidades de todos los nutrientes que un individuo precisa ingerir de forma habitual para mantener un adecuado estado nutricional, así como para prevenir la aparición de enfermedades.

Índice de masa corporal (IMC): Se define como la masa corporal del individuo (en kilogramos) dividida por la estatura (en metros al cuadrado): Unidades del IMC = kg/m². La desnutrición aguda en adultos se mide por el IMC.



Mayabeque y la Medicina Natural y Tradicional

Abre sus puertas MAYMNT 2017 para todos los profesionales de la salud interesados en la investigación científica relacionada con la Medicina Natural y Tradicional. La Jornada Científica Provincial se desarrollará el 9 de marzo de 2017, y tendrá como sede la Facultad de Ciencias Médicas Mayabeque.

Los temas libres a investigar estarán relacionadas con las 10 modalidades de tratamiento de la especialidad, aprobadas por la Resolución 381 de 2014, entre las cuales se encuentran acupuntura, terapia floral, fitoterapia, apiterapia, ozonoterapia, homeopatía, hidrología médica, helio-talasoterapia, y orientación nutricional naturista.

Los objetivos del evento serán, renovar el capítulo, incrementar el número de sus miembros, y promover el desarrollo de la MNT en la provincia. Aporta créditos académicos. La convocatoria a este evento se encuentra disponible en el sitio web del CPICM Mayabeque.

Alfabetización MNT

Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación

La Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación (S.E.D.C.A.) es una asociación sin ánimo lucrativo, formada por profesionales y personas interesadas en las Ciencias de la Alimentación y la Nutrición. Como asociación, la principal característica de la S.E.D.C.A. es la multidisciplinaridad, asumiendo como imprescindible las aportaciones que, en los diferentes campos, realizan los distintos profesionales que en ellos trabajan: farmacéuticos, médicos, veterinarios, químicos, biólogos, diplomados en enfermería, dietistas, etc. La visión sanitaria y de salud pública es una constante en todas las actividades.

Para más información ver: http://www.nutricion.org/quienes_somos/presentacion.htm

ELABORADO POR:

Lic. Yosmary Gil Padrón

Dra. Yanet Damaris Acosta Perdomo

Centro Provincial de Información de Ciencias Médicas Mayabeque

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

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