Abraxas, talismán curativo

Continuación de página 7

Hay numerosos productos farmacéuticos, también dietéticos, para tratar las disbacteriosis intestinales. Las precauciones habituales de conservación de estos medicamentos en refrigerador no son tan importantes de observar como habitualmente se cree. Pues la flora administrada es siempre aniquilada y digerida por el matador jugo gástrico. Después de ello sobreviven, no obstante, fragmentos del cuerpo bacteriano. Estos son precisamente los que ayudan a la regeneración de las células propias de la persona que ingiere estos productos. Estos fragmentos desguazados del cuerpo bacteriano son altamente activos y producen un aumento y potenciación del sistema inmunitario; producen un incremento de tamaño de las Placas de Peyer. Esto ocurre al contactar dichos fragmentos con el tejido linfático intestinal.

Aparte del sinfín de yogures probióticos y "actimeles" de la industria alimentaria, hay una serie de medicamentos que pueden contribuir a regular los trastornos de la flora. Citaré algunos:

Medicamentos Prebióticos:

-Prosymbioflor y Symbioflor 1 y 2, gotas . Contiene bacterias de la mucosa nasal, oro-faríngea, bronquial y colibacterias.
-Symbio Lact comp., sobres. Son lactobacilos y bifidobacterias. -Normodigest simbiótico (d'Herbós), viales. Son 15 cepas bioactivas y 7.500 millones de lactobacilos , bifidobacterias, estreptococos fecales y vitamina C. Es interesante por la variedad de cepas que contiene. Todos estos productos se adquieren en Herbolarios. De venta en Farmacia son los siguientes:

-Ultralevura, cápsulas. Son 1.000 millones de gérmenes vivos (saccharomyces boulardii, una cepa resistente a los antibióticos).
-Lactófilus, polvo. Aunque sólo contiene lactobacilos acidófilos , su ventaja es la alta concentración (120 millones). Es un preparado muy conocido y muy eficaz en diarreas agudas por gastroenteritis o disbacteriosis crónicas. Estas cursan con inflamación intestinal y descomposición. En cualquier caso, es recomendable consultar a su médico que hará la elección del medicamento probiótico más idóneo, acompañado eventualmente de fármacos antroposóficos u homeopáticos.

CONSEJOS MÉDICOS PRÁCTICOS

Trampa ecológica contra mosquitos: Las picaduras de mosquitos son molestas por el picor e inflamación que producen. En ocasiones producen urticarias alérgicas que requieren tratamiento antihistáminico. Además, su zumbido es tan molesto que nos produce insomnio. Pero con un procedimiento casero para espantarlos , desaparecerán en un "plis-plás"dejándonos en paz.

Ingredientes:

200 ml. de agua; 50 gramos de azúcar moreno; 1 gramo de levadura (en sobre); 1 botella de plástico de 2 litros.

Procedimiento:

1º/ Se corta la botella por la mitad. 2º/ Se mezcla el azúcar con el agua caliente y se espera hasta que se enfríe. 3º/ Se echa la levadura pero sin mezclarla. Así se irá produciendo anhídrido carbónico (C0 2), Es algo importante pues estos insectos pican más frecuentemente a los humanos en las zonas corporales donde más C0 2 se exuda: los tobillos, las muñecas y la cara.

4º/ Pongo al revés la parte de arriba de la botella al igual que un embudo. 5º/ Tapo toda la botella (menos el orificio) con un trapo negro y la coloco en un rincón de la casa. Resultado: en dos semanas veré montones de mosquitos flotando dentro de la botella.

Bibliografía: SABES.doc ,
ttps://docs.google.com/viewer?a=v&pid

MITOLOGÍAS Y SIMBOLISMOS

"Se montó un pollo" de aupa

"Se montó un poyo", es decir, " se produjo mucha algarabía sobre un tema concreto". Esta exclamación se utiliza frecuentemente, sobre todo en la actualidad. Su origen se encuentra en la expresión "Se montó un Podium", que significa un podio de debate, como era costumbre en la época del imperio romano. *Bibliografía:* Programa de RNE-1 del 21/3/10

HUMOR

Cada vez que Faustino iba al bar, acababa orinando en una de sus columnas. El camarero enfadado le ruega que vaya de una vez al psicólogo. Por fin va y tras un tiempo vuelve a pasar por el bar y a orinarse igual que antes. El camarero, perplejo, le impreca:
-*¿Pero no me dijiste que fuiste al psicólogo*?
-¡Sí, *pero ahora ya no me importa*!

Es de
gran ayuda para hacerte
entender ante los tuyos:
Avísales de
www.mogulus.com/
anthroposophicalworld
Archivo de video
www.youtube.com/AWtelevision
todo lo que hacen los antropósofos
en pro de una SANACIÓN DEL MUNDO.

Alieco
AGRICULTURA ECOLÓGICA
"Que tu alimento sea tu medicina
y tu medicina tu alimento"
Fruta
Verdura
Pan
Carne
Cereal
Café
Té
Pasta
Salsas
Mermeladas
Sopas
Purés
Frutos secos
Condimentos
Algas
Zumos
Aceite
Conservas...
Detergentes
Cosmética
Esencias...
Alimentación infantil Demeter
En armonía con el Ser Humano y la Naturaleza
ALIECO, S.L. - Pico Almanzor, 25
28500 Arganda del Rey - MADRID
www.alieco.com - Tel.: 91 - 871 82 66

Editor:
Anthrosana en España
Redacción, Publicidad, Administración y Distribución
C. Nueva Caledonia 12 (Dehesa de la Villa),
28035 Madrid, Tel./Fax: 915344337, 652 390624
correo electrónico: anthrosana_es@hotmail.com
Responsables de la redacción:
B. Sánchez Segura, P. Schmidt Bubath, M.A.Martín Sanz, C. Martín Martín, JM. Fernández, M.Ibáñez
Producción: Anthrosana en España

EL GALLO de anthrosana en españa
Nº 20
GACETILLA DE LA ASOCIACIÓN DE PACIENTES
PARA UN SISTEMA SANITARIO AMPLIADO ANTROPOSÓFICAMENTE
Noviembre 2010
Precio 1,00 €

¡¿QUEREMOS SALUD?!
¡SOBERANÍA ALIMENTARIA!

Cada vez más españoles usamos habitualmente tratamientos antroposóficos o/y homeopáticos para preservar nuestra salud. Terapias complementarias (a veces, exclusivas) que abonamos de nuestro bolsillo y cuya regulación seguimos esperando: promesa del PSOE en la campaña que le llevó al gobierno. Una atención al paciente más larga y humanizada, ausencia de efectos secundarios adversos, con buenos resultados a menor coste, son algunas de las razones que han propiciado su defensa por parte de las aseguradoras y que buena parte de los países de Europa las tengan incluidas en su cartera de servicios de la Seguridad Social.

Esta legítima aspiración de nuestra asociación de pacientes confluye en sinergia con la recientemente fundada AEPH - Asociación Española de Pacientes Homeopáticos-, con otras asociaciones de enfermedades concretas, o con asociaciones profesionales de médicos, terapeutas y enfermeros.

Pero también es ineludible confluir en sinergia con otras organizaciones de la sociedad civil que tienen diferentes objetivos (Greenpeace, Amigos de la Tierra, Vía Campesina, Asociación Biodinámica, ...), ya que nuestra asociación "para un sistema sanitario ampliado antroposóficamente" está obligada a considerar todos los factores que contribuyen a la salud humana (o que la deterioran) y, por consiguiente, a pedir ¡Soberanía Alimentaria!

En el Gallo anterior ya aludimos a los efectos de los transgénicos y de los pesticidas para la salud; en este Gallo aplaudimos el millón largo de firmas alcanzado – por iniciativa de Greenpeace y Avaaz- para una moratoria al cultivo de transgénicos: **se trata de la primera petición que se hace a la Comisión Europea como "iniciativa ciudadana", un principio recogido en el Tratado de Lisboa de la Unión Europea (EU) desde diciembre de 2009, en virtud del cual un millón de ciudadanos europeos tienen la posibilidad de pedir formalmente a la Comisión Europea que adopte medidas legislativas para satisfacer sus demandas.** Con base en este mismo principio, la campaña - no tan concreta, aunque en sintonía y más abarcante - Acción Eliant está próxima a completar la millón de firmas (animamos a nuestros lectores a contribuir a su consecución firmando en www.eliant.eu).

Garantizar un futuro agrario y alimentario saludable, ecológico y sostenible es tarea de todos.

Confiamos en que el canto de este Gallo "sintonice voluntades" así en la sociedad civil como en los ministerios reguladores.

Manuel Hernando Ibáñez Álvarez
(Presidente de Anthrosana en España)

Allende fronteras

Peter Schmidt Bubath

Sábado 10 de julio 2010. Como rutina, me meto en la web de la **prestigiosa revista alemana *Spiegel*** y encuentro un artículo de Marcus Grill y Veronica Hackenbroch titulado "**Homeopatía. La gran Ilusión**". Al título le acompaña una ilustración que es una **burbuja fantástica que está explotando como una pompa de jabón**. Está claro que con este artículo los escépticos de la homeopatía nos han retado a un gran juego.

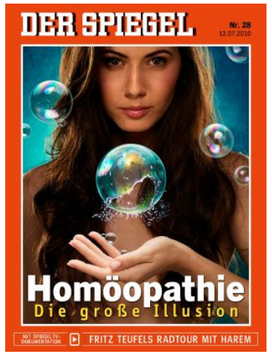
La conclusión del artículo, es la siguiente:

"…**Se acabó con la homeopatía**. Parece superfluo investigar más porque es inútil. Ya estaría comprobada científicamente su ineficacia. No hay razón que las empresas aseguradoras **paguen la homeopatía en tiempos de crisis**. Deberían ahorrar y excluir la homeopatía de su catálogo de servicios. Eso dice la mayoría de los científicos serios. Los políticos con una idea errónea serían influidos por los grupos de presión de una industria que cada vez estaría creciendo más con ganancias importantes".

No me sorprende esta clase de ataques, no es nada nuevo y más aún en estos tiempos. Aprovechar la crisis para acabar de una vez por todas con esa **"brujería" como la llaman muchos de los escépticos es una estrategia, ruin pero finalmente una estrategia.** Lo que me llama la atención es el tratamiento que le da esta revista de quien yo confiaba en sus tratamientos periodísticos. Intenta ridiculizarla de manera torpe, menospreciando la capacidad crítica de los lectores. Por ejemplo, la revista confirma, curiosamente, que la homeopatía es **cada vez más popular** y atrae, incluso a gente famosa, entre ellos el Príncipe Carlos, de Inglaterra, y la familia real.

Continua en página 2

Continuación de página 1



Lo curioso es que la misma revista se encarga de ridiculizar sus propias noticias y lo hace en Spiegel online del 13 de julio donde otro redactor dice que los costes de la homeopatía sólo son 0,06 % del total de los costes de los remedios de farmacia, es decir, 9 millones euros frente a 170 mil millones de euros en total. Con este ahorro no puede compensarse el déficit del sistema sanitario. Según los datos de la federación de productores de medicamentos, el negocio de los productos homeopáticos se cifra en unos 2.000 millones de euros en todo el mundo. Los gastos de la fraudulenta vacuna contra la gripe A que es fruto de un conglomerado de científicos "serios", unos pocos productores farmacológicos, unas pocas agencias de medicamentos y la OMS, son gastos mucho mayores. Este es en realidad el**"gran negocio" con la "brujería"** que denuncia el Spiegel.

Esa misma tarde encuentro un nuevo artículo, escrito con equilibrio, con una objetividad que me sorprende: "**Análisis de los costes y de la utilidad: Las aseguradoras luchan por la Homeopatía**". Son ellos los que pagan las facturas. Dicen que van a luchar para que la homeopatía quede en la Seguridad Social. Quieren seguir pagando facturas en el futuro porque **los pacientes homeopáticos son mucho más baratos**. Dicen que los pacientes homeopáticos son más "obedientes" y **cuidan más su salud**, viven más sanos. Por eso no les importa si lo que funciona es esa conducta positiva o que está provocada por glóbulos de azúcar "sin sustancia", es decir, por un "placebo". Quieren demostrar que **la homeopatía es mucho más económica**. Tienen muchos datos y años de experiencia con esta "clase" de pacientes. Reconoce el autor, que la consulta homeopática tarda más de una hora, y el paciente se siente tomado en serio, **respetado y eso tiene su efecto**.

Cómo los Placebos actúan

Ellis Huber/Kurt Langbein, traducción Peter Schmidt Bubath

La expresión "placebo" en relación a un falso fármaco se utiliza comúnmente desde los años cuarenta. "Complaceré, agradaré" promete la traducción (en latín: *placēbo* significaba 'complacer', 'agradar'; se usaba en latín eclesiástico para designar un canto litúrgico en el oficio de difuntos que empezaba así, http://www.dicciomed.es), y no es ninguna exageración. Los placebos funcionan realmente. Para sorpresa de la mayoría de los médicos, que luego hablan, encogiendo los hombros, del poder de la imaginación, de la superstición y las profundidades de la mente humana. No obstante, la medicina debe mucho de su buena reputación al efecto placebo, poco a poco adquirido durante siglos. *"Los médicos suministran medicamentos sobre los que saben poco, que actúan en cuerpos humanos, sobre los que saben aún menos, para el tratamiento de enfermedades sobre las cuales no saben nada"*, blasfemaba Voltaire (1694-1778) en la época en la que todavía conservaba la razón.

De hecho, casi ninguno de los métodos de curación vigentes en aquellos tiempos habría sobrevivido un examen de prueba objetiva.

Hasta tiempos muy recientes, los tratamientos se limitaban a dar al paciente un laxante, para lograr el vómito o el sudor, o bien sobresaltarle, realizar punciones o literalmente maltratarles con ventosas y sanguijuelas. Los curanderos utilizaban excrementos de cocodrilos, dientes de cerdos o esperma de ranas. Y aunque los pobres pacientes han sido tan maltratados, después de todo la mayoría de ellos sobrevivían. Los méritos se los atribuían los señores doctores - gracias al efecto placebo; así ha sido en todas las culturas, ya sean llamados chamanes, hechiceros o curanderos.

Incluso en nuestro siglo, el análisis científico del método ha sido realizadote manera muy informal. "Cuando estudiaba medicina en los años treinta del siglo veinte" se acordaba Richard Doll (1912-2005), miembro de honor de la Universidad de Oxford, "los profesores nos enseñaban solo los resultados de sus investigaciones y nos explicaban entonces porque estos eran superiores a los de otros profesores". Ni grupos de comparación, ni condiciones normativas, nada era comprobable. La palabra del profesor tenía que ser suficiente.

Hace tan sólo unos 50 años se llevó a cabo el primer estudio controlado con placebo, dirigido por el Consejo de Investigación Médica del Reino Unido. Al azar, se les dio antibióticos o placebos a un grupo de pacientes con tuberculosis. La sorpresa fue enorme cuando se obtuvieron éxitos también en el grupo tratado con placebo. Desde entonces, un nuevo medicamento sólo se considera útil en la práctica, cuando los resultados superan significativamente a los del placebo.

Durante mucho tiempo no se ha sabido decir en detalle en qué se basaba la eficacia de las píldoras de azúcar, sin ingredientes activos – pero confirmada desde entonces miles de veces.

Mientras tanto, sin embargo, los investigadores muestran mediante el análisis de las ondas cerebrales, que solamente el ritual de tratamiento y la creencia en el poder curativo de una píldora puede provocar reacciones específicas en las estructuras de células y tejidos del organismo.

Lo que gracias a sus ensayos con perros concluyó Ivan Petrovich Pavlov sobre el condicionamiento operante mediante la señal de la campana, también funciona en los seres humanos en una gran variedad de formas. Además de la distribución de sustancias endógenas, similares a la morfina se han identificado ahora una serie de nuevos mecanismos de eficacia; placebos que logran disminuir el estrés, haciendo que desaparezcan erupciones alérgicas en la piel, gracias al sistema inmunológico reforzado por el efecto del placebo, que logra así vencer las bacterias y en consecuencia, sanar úlceras de estómago persistentes. Con las personas que "sólo" recibían un placebo comenzó incluso de nuevo a crecer el pelo través de la modulación hormonal específica.

"El cerebro es el farmacéutico autónomo y voluntarioso del cuerpo- explica Irving Kirsch, psiquiatra de la universidad de Connecticut- actuando este en función de las expectativas personales y casi sin posibilidades de control por la mente consciente, distribuye sus drogas en el organismo".

En consecuencia, un remedio con ingredientes reales nunca es eficaz por sí mismo si no está acompañado interiormente por el suministro de otras sustancias químicas endógenas. Dichas sustancias, que dependen y varían en función de las expectativas y experiencias de cada paciente en particular, dan como resultado o bien el refuerzo de la droga suministrada, la superposición o el bloqueo de la misma. Eso es una observación que también comparte el farmacólogo de Innsbruck, Hans Wink-

Trastornos de la flora intestinal

Dra. Beatriz Sánchez Segura

Hay numerosos *factores* que pueden contribuir a una alteración de la flora bacteriana amiga que habita en nuestro tracto digestivo: El consumo de antibióticos, la medicación inmunosupresora y los corticoesteroides son algunos de los fármacos que pueden alterarla de una u otra forma. La mala nutrición, el desorden de horario en las comidas y el cambio de alimentación pero también el stress y agotamiento físico contribuyen a ello. Precisamente esas son las circunstancias que se dan en los viajes . Por esa razón son frecuentes las colitis durante ellos.

Los *síntomas* de déficit de flora son: diarreas crónicas de color más claro que lo habitual; presentación de heces que, por su abundante moco, se pegan a la porcelana del sanitario; inflamación del vientre y sensación de plenitud por poco que haya comido esa persona; flatulencia acusada (meteorismo); sensación de hormigueo en la lengua; cansancio y debilidad general; embotamiento de cabeza, digestiones lentas, cefaleas y además, vulnerabilidad a las infecciones.

Las gastroenteritis agudas, el colon espástico y la diverticulitis aguda son patologías que, junto al abuso de laxantes y de limpiezas de colon, pueden predisponer a diarreas crónicas (por deprivación de la flora), a dolores de abdomen y a ventosidades excesivas. Estas van acompañadas de fenómenos irritativos y de inflamación de esos órganos.

Por esa razón, la *dieta* recomendada en las inflamaciones agudas de colon consiste en observar estas reglas dietéticas:

-No tomar la fruta de postre (sino separada dos horas de las comidas y en modesta cantidad o en compota).
-No tomar lechuga española ni "iceberg" (sí está permitido el tomate y endibias aunque es mejor evitar los alimentos crudos).
-No tomar lácteos ni yogur mezclados con fruta.
-No tomar pan de levadura (sólo se permite pan de arroz , pan sueco WASA, de Herbolario, o Pan esenio).
-Evitar ingestión de dulces (pues fermentan pútridamente).
-Evitar el vino y la cerveza (pues tienen levadura) y el alcohol en general.
-Procurar comer despacio masticando suficientemente y a ser posible, evitar beber con las comidas.

Precancerosis y Disbacteriosis intestinal:

El tratamiento con bacterias amigas (simbióticas) apela enormemente al sistema inmune. Por eso es sensato administrar una terapia sustitutiva basada en bacterias simbióticas en los casos donde se sospecha una flora deficiente. Esto es útil no sólo para prevenir tumores del aparato gastrointestinal, sino para todos los malignomas en general.
En los casos de precancerosis y en la enfermedad cancerosa aguda puede ayudar un tratamiento inmunizante de este tipo. Estas bacterias simbióticas además de estimular las defensas, sintetizan vitaminas que son de gran utilidad para no contraer infecciones. En los pacientes precancerosos hay un síntoma precoz que consiste en la aparición de auténticas bacterias parásitas (enemigas) en las heces, con carácter patógeno. Este hecho revela una fuerza vital bioplástica que actúa muy débilmente en el organismo, especialmente a nivel linfático. Entonces, el sistema linfático no será ya capaz de expulsar, mediante un mecanismo inmunitario, esas bacterias extrañas al organismo.

Es importante hacer un *análisis* de la flora fecal de enfermos cancerosos y precancerosos pues al tumor siempre le precede durante años una debilidad del tejido linfático del intestino. Uno de los signos por los que se manifiesta esta deficiencia es una atrofia de las Placas de Peyer, que son nodulos linfáticos presentes en la pared intestinal.

Análisis cuantitativo y cualitativo de la Flora:

Es indispensable practicarlo para poder determinar una alteración de esta. Se puede realizar en laboratorios especializados, también en el de Symbioflor.
El recientemente creado Instituto de Microecología de Colmenar Viejo (Madrid) ha introducido interesantes innovaciones diagnósticas. Una de ellas es el Kyber Status para estudio de Disbiosis, que consiste en un análisis de la población bacteriana de acción protectora, proteolítica e inmunomoduladora que vive normalmente en el intestino delgado y grueso. Se determina la presencia y recuento de gérmenes aerobios (escherícia coli, enterococo duodenal) y anaerobios (bifidobacterias, lactobacilo, clostridium). Se detecta también si hay levaduras y hongos en las heces.
El Test Kyber Myk es un estudio micológico que determina la presencia de hongos, candidas, etc, responsables de Disbiosis.
Es conocido el caso de que al disminuir la flora amiga (lactobacilos del intestino delgado y eschericia coli del grueso), se produce como reacción un incremento de enterococos y otras colonias. Esta reacción acarrea problemas digestivos crónicos.

También se estudian por laboratorio los parámetros gastrointestinales, la presencia de inflamación, la malabsorción y la intolerancia a 270 alimentos y conservantes.

Tratamiento de los trastornos de la Flora:

Continua en página 8

natural sensia.com

Helena Herraiz Serrano
Directora comercial
José Manuel Fernández Alfonso
Director Técnico

UN AÑO NUEVO MÁS NATURAL
Cenas especiales, amigos, familia... Todos los Consejos para que afrontes este ajetreo de forma espléndida con los cosméticos que hemos seleccionado para ti, por su calidad.
Puedes elegir prácticos y atractivos regalos de la selección que hemos elegido para tí o puedes **personalizar** tu propio regalo, con la tranquilidad que te da el saber que son Ecológicos, 100% naturales y de calidad certificada. Salud y un verdadero placer para todos.

MUCHO MÁS QUE UN REGALO
Un proyecto socio-económico

Continuación de página 5

en la obra del Dr. Rudolf Steiner, fundador de la Antroposofía.

La actividad artística incluía estudios de la teoría de los colores de Goethe, clases de pintura de acuarela, dibujo, pastel y de modelaje en arcilla. Mientras tanto, han transcurrido casi 30 años y la sociedad reclama cada vez más este tipo de actividades. En la actualidad hay numerosos Centros de Cultura que, de una u otra forma, las imparten.

El Lunes 4 de Octubre, se reanudó a las 20´00h de la tarde el curso de filosofía de este centro. Tendrá, como en años anteriores, una periodicidad semanal a lo largo del año escolar. Se trabaja sobre la obra de R. Steiner "*Cómo conocer mundos superiores".* Es un curso interactivo donde cada lunes se practica la escucha mutua. En un primer paso intentamos *gestionar el stress* y profundizar *la percepción de los sentidos*. Nos servimos de observación de obras de arte, discos cromáticos, etc. Se intenta educar pensamiento y sentimiento para llegar a lograr un juicio ecuánime. Al cultivar actitudes de quietud y silencio interior, se preparan las condiciones que hacen posible una vida meditativa que pueda conducirnos a nuestro núcleo esencial.

Una de las metas es, como afirma el psicólogo Fritz Perl, "despertar *esa presencia percatante* de mí mismo que asume su compromiso de existir"; ella conduce al ser humano a la autonomía.

Estas clases están dirigidas tanto a sanos como a pacientes. Su vocación es ayudarnos a vivir mejor y más sanamente. *Coordinadora* del curso: Dra. *Beatriz Sánchez Segura* (se admiten nuevos alumnos).

Bibliografía:

(1): "sF-Info, Tagesschau", del 19/9/10, cadena de TV suiza.

(2): RNE-1, Noticias del 8/5/10.

(3): Amin Maalouf , sociólogo, libro "El desajuste del mundo (...)", Alianza Editorial, 2009.

(4): Diario "El País", 29/8/10, "Respuestas a grandes preguntas. La Escuela de Filosofía enseña a reflexionar y debatir (...)", de Carmen Sánchez-Silva.

TRATAMIENTO DE LA DEPRESION

José Manuel Fernández Alfanso

En este artículo no pretendemos describir los medicamentos antroposóficos para luchar contra la depresión, ya que es una enfermedad lo suficientemente sería para que uno no deba recurrir a la automedicación, sino que se debe acudir a la consulta médica. Por ello no vamos a indicar las pautas, sino que nos limitaremos a presentar algunos ejemplos.

Nuestra pretensión, en lo posible, es mostrar a aquellas personas que están en un túnel del que no ven el fin, algunos farolillos que le permitan encontrar antes la salida.

Hay que tener en cuenta que además los medicamentos que nos ofrece la medicina antroposófica, existen otras terapias muy interesantes para combatir esta enfermedad como es la Eurritmia, el masaje rítmico y la Arteterapia.

El Oro

En la depresión el corazón, armonizador entre el sistema nervioso y el metabólico está oscurecido por lo que podemos usar el Oro representante del sol y de la luz. Podemos hacerlo a través de la planta empleando el oro vegetabilizado:

Hypericum Auro cultum D2 y **Primula Auro culta** (No disponible en España) El Hipérico o hierba de San Juan está muy relacionado con el sol, dado que florece la noche de San Juan, día más largo y, por tanto, el de máxima exposición solar. Treinta años antes de que se descubriera el principio activo de la hipericina, que actúa como los antidepresivos de farmacia alopática, Steiner ya había indicado las propiedades terapéuticas de esta planta en el tratamiento de la enfermedad de la oscuridad.

Análogamente la Primula o Primavera, que tiene tanta relación con este metal, que se la ha llamado "Botón de oro", puede portar esa fuerza solar al corazón. Estas plantas, con sus flores de vivo amarillo, son portadoras de las fuerzas equilibradoras solares.

También podemos encontrarlo en esta fórmula

Aurum D10/ Ferrum met D10

Que además de contener Oro contiene hierro meteórico a una potencia alta, que activa la voluntad desde el Yo. Está muy indicada cuando a la depresión, se le asocian otros trastornos como miedos, pánico, angustia, etc.

Oro en sí

Aurum D15

Este Oro metálico en potencia alta aporta la luz a la oscuridad de la depresión. **Mercurius auratus D15** es una amalgama de oro y mercurio en potencia alta para equilibrar el sistema neurosensorial, indicado para depresiones con componente neurótico

Otra manera de aportar luz

El fósforo es otro de los elementos portadores de la luz empleándose en este caso a potencias bajas, **Phosporus D6**. Importante es pautarlo por la mañanas para aportar luz al pensar.

Tratamiento hepato-biliar

Ya se ha hablado de la relación que tiene la depresión. Cuando las experiencias no se han digerido acaban oscureciendo el hígado.

Se alternaría un tratamiento por la mañana, fase biliar, el **Chelidonium Curcuma comp** con el **Hepatodoron**, desgraciadamente no contamos con él en España, por la noche, periodo que domina el hígado. En casos más agudos se puede recurrir a inyectar el **Hepar magnesi D4** para despertar al hígado. Este medicamento ilumina el hígado con el magnesio otro portador de la luz y está indicado en depresiones con sensación de desvalimiento. El **Taraxacum stanno cultum D2,** amargo que contiene estaño vegetabilizado a través del Diente de León es otra manera de movilizar la actividad metabólica hepatobiliar.

A través del hierro se puede movilizar también este sistema con el preparado **Ferrum acidum cholalicum**, que une este metal con la sales biliares, tampoco disponible en España

Tratamiento de patologías concomitantes a la depresión.

Esta patología se puede asociar a ansiedad para lo que es útil el empleo del **Bryophyllum**. Cuando se acompaña de insomnio la **Avena sativa comp** puede ser de gran ayuda.

Cuando existe un estado agotamiento por debilidad psíquica que puede acabar desembocando en depresión se puede emplear el Complejo 858 que contiene Ferrum metalicum D6 /Hypericum D3/ Levico D3/ Prunus spinosa.

Conclusión

Acabamos como empezamos, declarando que la intención de este artículo es confirmar que la Medicina Antroposófica presenta un valioso arsenal terapéutico para combatir una de las mayores lacras de nuestra sociedad actual como es la depresión. Pero el manejo adecuado de este valioso tesoro corresponde al médico que debe acompañar al paciente para devolverle la competencia en su vida y la luz en su pensar y sentir.

PROXIMAMENTE
LIBRERÍA VIRTUAL
de
Anthrosana
www.anthrosana.org.es

ler. En el metabolismo cerebral se influyen mutuamente 50 péptidos, 30 sustancias del sistema inmunológico, y 10 neurotransmisores ", así describe él el dilema. "¿Quién se atrevería a decir ahora lo que el cerebro mismo inició, diferenciándolo de lo que se ha suministrado desde el exterior? La frontera entre el fármaco y el placebo es totalmente incierta. "Sin embargo, los placebos son muy caprichosos. El antropólogo especializado en medicina, Dan Molerman, de los Estados Unidos, encontraba diferencias enormes en 122 estudios de placebo que formaban parte de un meta-análisis distribuido sobre el globo entero. Según este estudio los placebos ayudan, por ejemplo, al 60 por ciento de los enfermos alemanes de estómago, pero sólo a uno de cada diez estadounidenses. "No tengo ni idea de lo que está pasando", admite Molerman. Aparentemente las úlceras de estómago se curan culturalmente de formas muy diferentes. Especialmente, los brasileños, suponen un rompecabezas muy particular. Con una tasa de eficiencia global de menos del seis por ciento, son los despreciadores absolutos del placebo.

Es muy posible que la administración de píldoras de fabricación industrial esté demasiado lejos de la tradicional cultura médica brasileña. Porque es cierto que el efecto placebo no sólo depende de la personalidad del paciente, sino de la forma de administración. Algunas drogas, aparentemente funcionan mejor cuando el sufrimiento sentido por los pacientes es más fuerte; ante el dolor crónico es cuando se administra el placebo de forma más espectacularmente eficaz. Si las píldoras son administradas por la enfermera de forma rutinaria colocándolas en la mesilla de noche, entonces son menos potentes que cuando se entregan por el médico jefe en persona. Dos comprimidos son más efectivos que una sola píldora, un comprimido rojo mejor que uno blanco. La píldora más llamativa a su vez es superada por una inyección.

Pero incluso para los placebos, sorprendentemente no hay eficacia sin efectos secundarios. Incluso sin portar ingredientes dañinos, uno de cada dos pacientes de prueba se quejó en varios grupos de placebo de somnolencia, y dolor de cabeza fue sentido por uno de cada cuatro.

Pesadez, fatiga, pérdida de la concentración – casi todos los efectos secundarios fueron experimentados por la mayoría de los pacientes.

Las operaciones placebo son altamente eficaces aunque no se realice una intervención real. En una serie de experimentos en Texas, varios pacientes con lesiones en la rodilla recibieron anestesia general para realizarles tres pequeñas incisiones mediante las que introdujeron microinstrumentos laparoscópicos. El daño en las articulaciones fue así raspado, lavado, o incluso en algunos casos no tratado. A

los pacientes operados "de farsa", les dijeron que habían sido tratados igual que a los demás. Dos años más tarde, todos fueron convocados para un control posterior. El resultado de los pacientes operados "de farsa", no difería en nada de la de los demás pacientes, tanto en la disminución de su percepción subjetiva del dolor, como en la reducción objetiva de la hinchazón.

Bajo estos puntos de vistas el éxito que muestran algunos chamanes y curanderos parece entendible. Si un doctor milagroso se extiende con sus manos a través de la pared abdominal, cavando en los intestinos y enseñando por último al paciente completamente sorprendido y asustado, un pedazo de carne en mal estado - como encarnación visible del sufrimiento - se activa así el efecto placebo más fuerte que se puede imaginar. "El curandero filipino sabe muy bien que él en primer lugar es un actor," dice Hans Gerber, Consejero en el Ministerio austriaco de Agricultura, y cuya profesión secundaria es sanar mediante la fe. "Cuanto más impresionante su espectáculo, más pronto el paciente experimenta un proceso de curación."

Lo qué puede efectuar la "charlatanería", recientemente incluso ha sido estudiado científicamente. Edzard Ernst, profesor de Medicina Complementaria de la Universidad británica de Exeter, dirigió una serie de estudios, en los que dejaron entrenar a cinco actores, los gestos y rituales de sus colegas "espiritualmente iluminados" y luego dejaban tratar a los pacientes de dolor crónico haciéndose pasar por sanadores "espirituales". En su mayoría los resultados fueron sorprendentes. "Tuvimos, por ejemplo, una mujer que durante cinco años únicamente se movía en una silla de ruedas", dice Ernst, " ahora está casi libre de dolores y ha vuelto a caminar. Un medicamento que sería capaz de curar pacientes con dolores crónicos con una eficacia parecida, sin duda sería todo un éxito de ventas. "

Un meta-análisis de estudios previos sobre los efectos de los curanderos espirituales llega al mismo resultado: Es más, si fueran los sanadores espirituales drogas, sin duda tendrían que ser aprobados como un remedio más. En el Sistema de Sanidad Inglés, esta realidad se ha convertido en evidente, curanderos espirituales están involucrados en la atención hospitalaria como socios de los médicos. Con esto en el eterno y latente debate sobre los métodos alternativos aparece una luz nueva. La afirmación "todo es meramente placebo" puede ser cierto en muchos casos, pero el Dr. Ernst muestra que el argumento también puede darse la vuelta. "La eficacia de algunos placebos sería deseable para muchos medicamentos."

Wolfgang Vogel, jefe del departamento de gastroenterología de la Clínica Universitaria de Innsbruck, ha puesto recientemente esta comprensión en la práctica. "Siempre cuando las expectativas positivas del paciente son importantes, se utiliza un placebo." Empieza con píldoras de azúcar y llega a las inyecciones de placebo. "En casi todas las enfermedades crónicas, hay una disociación entre las quejas reales y la percepción del dolor", afirma Vogel sobre los procesos en los que a menudo, las personas `ponen en marcha una espiral de sufrimiento. Él quiere contrarrestarlo con una "reprogramación de los sentimientos."

Recientemente, Vogel tenía un paciente en la consulta, que sufría una úlcera en la zona anal con dolores insoportables. Se quitó la úlcera y la herida fue cicatrizando bien. Sin embargo, el paciente se volcó en el dolor y no podía aguantarlo sin fuertes medicamentes. "Tomar medicamentos tan poderosos de forma permanente, no es aconsejable", dice Vogel. Se fue a la cama del hospital y le dijo al paciente que ahora pasarían a un analgésico más fuerte. En verdad Vogel intercambió la droga por un placebo. El paciente respondió bien a ella, el dolor disminuido gradualmente. Al final los médicos sólo tenían un problema, al parecer curioso. Con la retirada gradual de los "calmantes" el paciente sufría síntomas de abstinencia severa.

Está estrictamente prohibido para el personal a cargo de Vogel destapar el placebo. "Eso significaría no tomar en serio el paciente, ni su dolor real." La prescripción de un placebo en el departamento de Vogel es cosa del jefe. "Porque antes de aplicar algo así, tienes que ser capaz de excluir todas las causas orgánicas, y eso no puedo dejarlo en manos de un médico sin experiencia."

También la terapeuta sexual estadouni-

Continua en página 4

Movimiento cívico con éxito en Suiza

El 5 de mayo de 2010 (6 años después del final del ensayo) la conocida revista médica Schweizer Ärztezeitung, Nº18 publicó los resultados científicos que no estaban previamente disponibles para el público.

En cuanto al aspecto económico se dice que:

1 / El coste por paciente y año no es más alto en comparación con la medicina con-vencional, aunque las consultas duran mucho más.

2 / El coste por médico y año es un 29% inferior.

3 / Los pacientes están más satisfechos.

Conclusión

¡Se deduce así que tales terapias fueron una ayuda para ellos y que el tratamiento fue efectivo! Está claro que el tratamiento complementario es beneficioso.

Fue desarrollado por científicos prestigiosos de varios países europeos (Programa de Evaluación de la Medicina Complementaria, PEK), científicos que no son exactamente amigos declarados de estas terapias. El estudio costó a los contribuyentes suizos 6 Millones de francos suizos.

Nace la Asociación Española de Pacientes de Homeopatía AEPH

El pasado 24 de septiembre tuvo lugar en el Instituto Homeopático y Hospital de San José, en Madrid, la constitución formal de la , con la firma de los Estatutos y el Acta Fundacional.

Objetivos y Principios

Los siete grandes OBJETIVOS de la AEPH son los siguientes:

1 – Representar y defender los derechos de los actuales y futuros pacientes de Homeopatía.

2- Divulgar la Homeopatía en España para alcanzar los índices europeos de conocimiento y uso de esta terapia natural entre la sociedad española:

En Europa un 30% de la población utiliza homeopatía y más de un 60% la conoce; en España esos porcentajes descienden hasta un 15% de usuarios de homeopatia y un 30% que la conocen, según estudios europeos, y es necesario aumentar esos índices, para lograr el tercer objetivo.

3 - Conseguir el pleno reconocimiento e inclusión de la Homeopatía, -práctica y remedios- en el Sistema Sanitario Español y la libre elección de la terapia por parte del paciente y su médico.

4 – Conseguir más y mejores servicios de la Homeopatía por parte de las aseguradoras privadas de salud.

5 – Contribuir a la regulación de la práctica profesional de la Homeopatía en España.

6 – Promover y defender el concepto de "paciente competente y autónomo" para decidir con libertad y dignidad sobre su propia salud.

7 – Favorecer y apoyar la creación de un foro de debate dónde las distintas corrientes de la medicina complementaria e integral (profesionales de la práctica de la homeopatía) y agentes implicados (pacientes, fabricantes y distribuidores) puedan alcanzar acuerdos dirigidos a formalizar líneas de actuación comunes.

http://www.aeph.es
pacienteshomeopaticos@gmail.com

Noticias - Noticias - Noticias - Noticias

LEGISLACIÓN HOMEOPÁTICA EN ESPAÑA: BLOQUEO de 18 AÑOS

Inglaterra es uno de los países europeos cuyo sistema de salud mantiene al Hospital Homeopático de Londres y da cobertura oficial a los medicamentos homeopáticos. Los pacientes no han de desembolsar ningún gasto.

Pero, a raíz de la crisis económica mundial del año 2008, el parlamento inglés encomendó una evaluación de estos productos al Comité de Ciencia y Tecnología de la Cámara de los Comunes. La idea era retirarlos de la financiación pública gracias a un informe "científico".El resultado fue contrario a la homeopatía ya que la motivación era política. Esto despertó fuertes protestas en el sector de médicos y pacientes de esta especialidad terapéutica. Gracias a sus campañas públicas salió a la luz lo sesgado de este estudio evaluatorio. Un estudio que carece de validez por su parcialidad.

Desgraciadamente ocurrió algo análogo en Suiza en septiembre del año 2005. También allí se hizo una interpretación tendenciosa de los resultados del análisis evaluatorio de eficacia (Programa PEK). Afortunadamente, las noticias de última hora revelan el rechazo del gobierno británico al informe del Comité de Ciencia. Por lo tanto, el *Servicio Nacional de Salud NHS británico, seguirá financiando tanto las consultas médicas como los medicamentos homeopáticos* (2). (Para más información, lean en este número el artículo "El gobierno británico defiende la homeopatía").

El caso español:

Según la Consultora IPSOS-Salud, el 15% de los españoles está ya usando estos tratamientos homeopáticos. Pero, a diferencia de Europa, no están en la cartera de servicios de la Seguridad Social. Es más: llevamos *18 años sin que se apruebe la comercialización* de ningún producto homeopático -y antroposófico- nuevo. Hay más de *18.000 productos* de esta categoría *esperando un visto bueno* (1).

El programa electoral del PSOE *recogía la regulación de las Terapias Naturales,* pero hasta ahora no ha abordado este tema. Tal vez nos consuele saber que al menos es la primera vez en que se las ha mencionado.

Bibliografía:

http://www.dh.gov.uk/en/Publicationsandstatistics/Publications/PublicationsPolicyAndGuidance/DH_117810

(1): Diario "El País", art. de Emilio de Benito del 26/4/10 en entrevista a la patronal ECHAMP en sus Jornadas celebradas ese día en Madrid (Hotel Eurobuilding).

(2): "La Revista de las Terapias Naturales", año 1, nº 0, art. "La regulación de las terapias naturales", Francisco José Fdez. Cruz.

Continuación de página 3

Como los Placebos actúan

dense Eileen Palace, aplica ahora rutinariamente placebos en la terapia. Para las mujeres con trastornos del orgasmo, la industria farmacéutica no ha sido capaz de desarrollar una oferta satisfactoria. Palace conecta a sus pacientes a una máquina de "respuesta biológica" y les dice que puede ver en el flujo sanguinario vaginal su "índice de excitación." Aparece en la pantalla claramente visible. A continuación, la terapeuta enseña al paciente fotos que le estimulan sexualmente. Si Palace sube el índice de excitación ahora artificialmente y de forma manipulada, entonces la mayoría de los pacientes responden instantáneamente con un aumento momentáneo en el flujo sanguinario vaginal.

En las últimas décadas, los investigadores observaron un aumento lento pero constante en el efecto placebo. "Entonces nos dimos cuenta que tenía relación con los cada vez más complejos protocolos de investigación," dijo Heinz Katschnig. "Cuanto más intensamente los médicos atienden a los participantes del estudio, mayor es la tasa de placebo".

La tremenda efectividad de la atención es, probablemente, la lección más importante que puede extraerse de la investigación con placebo en el tratamiento clínico. Keith Block, hace 25 años, médico oncólogo y director del Detroit Block Medical Center, ha convertido este hecho en un código fijo de conducta para sus empleados: "Es que a menudo las normas banales de manejo cotidiano ya producen efectos positivos- dijo el Dr. Block como resumen- que de otro modo en el contacto humano sería normal y se han perdido ahora en los servicios de tratamiento médico. "Los pacientes quieren ser tomadosen serio, quieren que el médico los conozca por su nombre, que tenga tiempo para ellos y que verse las caras cuando hablan con ellos. "Estas son las cosas que en el funcionamiento mecánico de las clínicas son tomadas con demasiada frecuencia como algo irrelevante." Una actitud optimista es obligatoria, sin embargo, las declaraciones negativas acerca de un enfermo son estrictamente tabú. "Los pacientes que ingresan con un pronóstico sin esperanza", el Dr. Block observó, "mueren mucho más rápido que los pacientes que están en la misma etapa de la enfermedad, pero donde nadie ha pronunciado la sentencia de muerte."

El enorme poder de la sugestión también fue comprobado por el médico antropólogo de Heidelberg, el Dr. Gerhard Heller. Él recuerda un caso en el Hospital Universitaria de Friburgo. Un paciente acumulaba pastillas para dormir con la intención de suicidarse. Las enfermeras esperaban algo parecido, y le dieron pastillas de azúcar. Después de que se tragará los placebos todos a la vez, los médicos y las enfermeras tuvieron un gran momento de diversión, pero al día siguiente el hombre estaba muerto.

Este texto es un extracto del libro (p.89) *"La Revolución de la Salud",*

Titulo original: Die Gesundheits-Revolution, 2004.

Este libro es una revisada y ampliada edición del libro *"Amor en lugar de VALIUM",* por Ellis Huber.

Huber (1949) es médico, Berlin, Alemania, fue presidente del Colegio Médico de Berlín durante 12 años, fue consejero de Sanidad en uno de los distritos de Berlín, es presidente de la sociedad profesional de la Preventología Alemana, miembro de la junta directiva de la sociedad de la Caridad Paritario, científico y comprometido a una medicina integral y orientada al paciente, Presidente de la Aseguradora (controlado por el Estado) de tratamientos Complementarios SECURVITA http://www.securvita.de/, entre otros.

Le agradecemos por el permiso de traducir y publicar este artículo.

EL GALLO Nº 20

LA DEPRESIÓN Y SU PREVENCIÓN

Dra. Beatriz Sánches Segura

La tasa de enfermos depresivos está aumentando en toda la UE. Las estadísticas hablan que en Suiza hay ya 500.000 casos, lo que supone más del 7% de la población global. En Alemania se duplicó en los últimos 10 años el número de estos enfermos. Se calcula que, dentro de 10 años, ***la depresión se convertirá en la 2ª enfermedad mundial*** por frecuencia de aparición. Los epidemiólogos atribuyen sus causas al cambio social de nuestra época, caracterizada por un ritmo acelerado de vida y por un cambio de valores (1).

El cambio social de nuestra época:

El Consejo de Sabios europeos afirma que nuestro continente se halla actualmente en una situación crítica. A la crisis económica y moral existentes, se añaden otras de carácter cultural y espiritual (2).

El uso generalizado de nuevas tecnologías tales como Internet, Correo electrónico y Telefonía móvil, ofrecen la ventaja de una comunicación inmediata. Pero lo hacen a costa de anular el plazo necesario para reaccionar y además agigantan el tamaño de los acontecimientos. Aparece así una cultura de la "*instantaneidad*" que se une al fenómeno subyacente de la "*aceleración de la historia*".

El uso de Internet surgió tras la caída del Telón de Acero. Con ella cesó el enfrentamiento anterior entre los dos bloques. Un enfrentamiento que dividía al mundo y cuya consecuencia fue la pérdida de los puntos de referencia comunes. Por esta razón comenzó desde ese momento una *lucha de identidades*. En ella está el mundo actual inmerso, donde cada cual aspira a que se respete su diversidad propia. Esta, sin embargo, se ve frecuentemente amenazada , de modo que cada vez se vuelve más *difícil poder ser quienes somos en libertad (3*).

Es fácil que, ante este panorama, el lector reaccione con : "¡Apaga y vámonos!..." Pero merece la pena parase a reflexionar y ponerse a buscar recursos para equilibrar esta situación y no caer en una depresión.

La Escuela de Filosofía:

La madrileña Escuela de Filosofía fue creada por un directivo y un profesor de filosofía , -Mendoza y Úbeda-, que estaban cansados de oir hablar de la "*sociedad de acción y beneficios".* Su idea era enseñarnos a reflexionar . Para ello hay que vencer en primer lugar las prisas de hoy día que nos impiden abordar las preocupaciones de la sociedad; después, hay que pasar a debatirlas. En segundo lugar, hay que revisar las tesis que rigen nuestra vida pues, como no fueron contrastadas, se demuestra una y otra vez su carencia de validez (4).

Cursos de Filosofía del Ateneo Antroposófico:

Desde su fundación en el año 1982, este Centro de Nueva Caledonia, ha cultivado cursos de de filosofía y de arte. El Sr. *Jan Busse,* profesor y licenciado en Bellas Artes, inauguró así un proyecto absolutamente pionero en España. Él impartió hasta su muerte regularmente clases de educación del pensamiento y otras actividades artísticas. Su finalidad era , por un lado *pedagógico-social* y, por otro lado *higiénico-terapéutica*. Los cursos se inspiraban

Continua en página 6