



CLAUSURA DEL CENTRO TERAPÉUTICO EN NUEVA CALEDONIA 12

El 1 de Octubre pasado se celebró la Fiesta de Despedida del “*Centro Terapéutico y Ateneo Antroposófico*” situado en la Calle Nueva Caledonia 12 de Madrid.



Con este acto se clausura un período de más de 35 años de actividad ininterrumpida en esta sede al servicio del paciente. Se trata del primer centro terapéutico de medicina antroposófica en la historia de España y fue inaugurado por los esposos Busse, *Jan Busse* y *Beatriz Sánchez*, en el año 1982. Ostentó inicialmente el nombre de “*Centro Médico, de Arte y Terapia*”.

Jan Busse era licenciado en Bellas Artes y maestro Waldorf de larga experiencia en Alemania, y Beatriz había ejercido como médico durante 6 años en 4 Hospitales antroposóficos de referencia en Alemania y Suiza. Con la apertura de esta institución abrió el primer consultorio médico en España de este género y en este local y a su lado, Jan impartía clases de arte y pintura para pacientes y sanos, también cursos de Antroposofía, caracterizándole en todo momento su dedicación y entusiasmo por la labor pionera. Desde su nacimiento y, a lo largo de los años se fueron incorporando al equipo otros colaboradores, internos o externos, como son: el *Dr. Miguel Martínez-Falero* (medicina general), *Beate Hesterkamp* (ATS y masaje rítmico), *Pilar Suances* (euritmia higiénica), *Lucía Zorio* (euritmia curativa), *Manuel Guijarro* (gimnasia Bothmer), *Peter Schmidt* (artes plásticas), *Leonor Montes* (euritmia curativa),

María Jesús Garrido (arteterapia). ¡A todos ellos nuestro más cálido agradecimiento por su valiosa contribución!

Hubo un sinfín de cursos desde 1982 a 2017 y se desplegó así una intensa y variada actividad médico-terapéutica, pero también pedagógica, artística y cultural de amplio espectro. También se desarrolló una pequeña actividad editorial con la redacción de la Gacetilla “*El Gallo*” y publicaciones de conferencias en formato de cuaderno.

Los cursos versaban sobre temas de higiene social, arte (pintura, modelaje, teoría de los colores, etc), seminarios de Antroposofía y filosofía y humanidades; también hubo encuentros para una renovación de la vida religiosa desde la aportación hecha por Rudolf Steiner.

No podemos olvidar en este contexto la celebración regular, año tras año, de las Fiestas propias de cada estación anual.

Solían consistir en una conferencia, a veces en una investigación concreta o una narrativa de viajes a antiguas civilizaciones. Estas fiestas acababan con un pequeño concierto musical, teatrillo o representación eurítmica.

Aparte de la docencia aportada por los propios trabajadores del centro contamos también con la que ofrecieron destacados ponentes internacionales, como son por ejemplo: la *Dra. Michaela Glöckler*

(Escuela Superior del Goetheanum/CH), *Prof. Dr. Guy Stroumsa* (Universidad de Jerusalén/IS), *Sr. Athis Floride* (Sociedad Antroposófica/F), *Sr. Emanuel Zeylmans van Emmichoven* (Escritor/NL), *Dr. Arnold Hottinger* (Orientalista/CH), *Sr. Paul Sonnendrucker* (Dirección de escena /F), *Dr. Michael Werner* (Instituto Oncológico/CH), *Sr. Herbert Holliger* (gerencia de “anthrosana-suiza”).

Así como con la visita y alocución de 8 médicos politólogos de la Federación médica IVAA. Sus nombres son Doctores: *Giancarlo Buccheri* (I), *Jürgen Schürholz* y *Georg Soldner* (RFA), *Robert Kempenich* (F), *Michael Kropf* (CH), *Frank Mulder* (GB), *Peter Zimmermann* (SF) y *Madeleine Winkler* (NL).

En mayo del 2006 tuvo lugar una interesante fundación en esta sede: la de la primera asociación de pacientes en España dentro de la medicina integrativa, “*Anthrosana en España*”. Fue estimulada por un grupo de pacientes del centro y hoy cuenta con cerca de 1700 miembros.

La Fiesta de Clausura celebrada el 1 de Octubre consistió en un resumen de las actividades desplegadas durante la trayectoria de 35 años de existencia del centro. Fue acompañada con la proyección de 100 de los 200 programas de actividades emprendidas. A las palabras de

Beatriz se añadieron las aportaciones de Miguel, Beate y Leonor así como de varios pacientes, en todo momento cargadas de vivencias y calor.

Finalmente hubo un cierre con música barroca y renacentista -guitarra y dulzaina-, a cargo de Cristian Reyes y Pedro Esparza. Los asistentes, más de 50 personas, describieron este evento como

emotivo y entrañable, incluso alegre. Personalmente puedo decir que no recibí un ambiente triste de despedida y separación como hubiera sido de esperar; más bien parecía abrirse una vía hacia un nuevo estar juntos aunque en otra dimensión.

A pesar de que Beatriz cumplió en el 2017 su 41 año de ejercicio profesional,

seguirá asistiendo a los pacientes. No lo hará ya en Nueva Caledonia sino en un consultorio compartido con Miguel Falero en Las Matas. Pero mantendrá sus contactos anteriores (tfn.91 4597905). También Beate y Leonor seguirán activas en masaje terapéutico y euritmia curativa respectivamente.

MITOLOGIAS Y SIMBOLISMOS

¿QUIEN INVENTÓ LA PALABRA “MEDICINA”?

Hace 15 años hice un viaje de peregrinación profesional a Irán con el fin de conocer los centros de enseñanza del doctor Avicena, personaje muy destacado en la historia de la medicina.



El sustantivo "Medicina" debe su origen al célebre médico persa Avicena. Retrato de Ibn Sina (Avicena), Facultad de Medicina, Universidad de París.

De Templo del Fuego en Templo del Fuego, nos dirigimos hacia el sur del país atravesando el Desierto de la Sal y tomando la vía que va, desde la ciudad de Yazd, a la de Isfahán. En nuestro trayecto por la ruta de las antiguas caravanas, había cada 30 kilómetros un Caravanserei. Estos albergues son reliquia de una antigua época y en ellos dormían mercaderes y viajeros de la Edad Media con sus camellos. Eran aquellos que se aventuraban a lo largo de la Ruta de la Seda, gran arteria cultural y comercial que unía Roma con Bagdad y Pekín.

El paisaje en la ruta que lleva a Isfahán es un escenario monumental, coronado a lo lejos por colosales cordilleras. Son montañas picudas en las más audaces formas, lo cual añade dramatismo épico y grandiosidad a este entorno natural. Es como si la memoria de heroicas hazañas de cuando Persia era el primer imperio de la historia, siguiese presente configurando este panorama.

La ciudad de Isfahán es una metrópo-

li de destellante blancura con toques de azul oscuro y azul turquesa. Una amplia avenida empedrada nos conduce hacia el centro de la ciudad. A lo lejos se divisa la silueta de sus exóticas mezquitas cuyas cúpulas, cubiertas de mosaicos, brillan con un resplandor cegador. Los mosaicos configuran delicados arabescos similares a los que adornan las emblemáticas alfombras isfahaníes. A sendos lados de los pórticos de entrada a estos edificios religiosos, se yerguen alminares cual lanzas hacia lo alto del cielo. En medio de la gran Plaza del Imám Alí encontramos vastos jardines y fuentes con exuberantes juegos de agua. Es una vista espectacular desde el Palacio del Sha que se halla situado en uno de sus flancos.

Los mosaicos de la cúpula mezquital están elaborados según técnicas alquímicas desarrolladas por los artistas medievales persas. Constan de multitud de teselas esmaltadas en las que el metal va unido a polvo de cristal traslúcido. Por esta razón brillan al sol con tanto fulgor y resisten hasta 400 años sin necesidad de limpieza. Las teselas son de contorno pentagonal, hexagonal, decagonal o de cualquier forma geométrica a la que la imaginación pueda acceder. Como se trata de cuasicristales, este hecho tiene fascinados a los científicos modernos por su complejo patrón geométrico dotado de simetrías rotacionales prohibidas desde el punto de vista cristalográfico.

Entré con mi compañero de viaje en la Mezquita donde el sabio Avicena impartió sus lecciones. Su puerta es vetusta pero como su estado es algo ruinoso, está cerrada al público. Este médico también impartió enseñanza a los estudiantes de medicina en la Madrasa de Omar. Esta madrasa está construida en el interior de la hoy llamada Gran Mezquita del Vier-

nes cuya superficie supera los 16.000 m², y a cuyos muros marcó antaño el alto espíritu de este sabio. En la vecindad de la Madrasa había un Maristán, lugar donde se “hospitalizaba” a los pacientes y se hacía en celdas separadas según patologías.

EL “CANON DE AVICENA”

Siguiendo las huellas de Avicena, llegamos a una ciudad situada al norte de Irán llamada Hamadán. En ella acabó en 1037 su vida terrenal y por eso está aquí su Mausoleo. También hay un Museo con sus obras literarias, sus objetos personales y una gran Biblioteca muy moderna, que sirve de consulta a los investigadores de su obra. El principal tratado del que es autor se titula “*El Canon de la Medicina*” que es una descripción experimental de 760 drogas botánicas y que se apoya en fuentes bibliográficas griegas. Según afirma la orientalista Sigrid Hunke, el Canon tuvo tal grado de difusión que se convirtió en *el más famoso libro de la historia de la medicina*”.

En la ciudad natal de Bujara, donde nació este médico, hay una tradición histórica según la cual, la etimología de la palabra “medicina” se remonta en su origen a Ibn-Sina (Avicena). En lengua tayika la expresión “**Medet-Sina**” significa “Sina ayuda” (Avicena ayuda). Medet-sina, **Mede-Sina**, y de ahí se deriva la palabra Medicina.

SU BIOGRAFÍA

Avicena es el nombre latinizado de Ibn Sina, genio que nació en el año 980 d.C., como dije más arriba, en la ciudad de Bujara en el actual Uzbekistán, que por entonces era persa. Esta villa está más o menos cerca de la legendaria Samarkanda. El padre de Avicena era ismaelita, rama no ortodoxa del Islam y se cree

que Avicena también lo era aunque con importante influencia cultural helénica. Su vocación por el arte médico comenzó precozmente ya a los 13 años de edad, fecha en que comienza a estudiar esta disciplina. Ningún médico era capaz de calmar los dolores de la grave enfermedad del emir de Bujara pero Avicena, con tan sólo 17 años de edad, fue el único capaz de curarlo y este acierto le volvió muy popular. Después emigró a la ciudad de Hamadán donde residió un tiempo, pero se vió obligado a huir de ella cuando la dinastía de los Shas sasánides fue depuesta. Lo hizo disfrazado de místico sufi para no llamar la atención. Tras su huída de Hamadán se refugió en la cosmopolita y tolerante ciudad de Isfahán. Aquí trabajó para la corte real y fue médico del príncipe. Más tarde acabó regresando a Hamadán donde falleció.

Avicena fue además de médico filósofo, poeta y astrónomo. Algo no raro pues Uzbekistán es famoso por sus astrónomos. El ideal de nuestro personaje era universal; el quería llegar a integrar mutuamente ciencia y religión. En las letras brilló tanto como en la ciencia y el poeta Omar Jayyam fue alumno suyo. Según opinión del conocido iranólogo Bausani, “Avicena es el mayor filósofo y médico persa”. Se convirtió en un gran estudioso de la filosofía griega clásica. A través de la conquista de Persia por Alejandro Magno fue posible que el pensamiento de Aristóteles llegara a este rincón del mundo, y fue así cómo nuestro eminente sabio llegó a conocer al filósofo griego y a ser aristotélico. Su admiración por él le llevó a aprender de memoria la Metafísica aristotélica. El saber helénico no hubiera podido perdurar en Europa como lo hizo hasta el Renacimiento europeo sin este genio y sus discípulos y sin su talante aristotélico. Se puede afirmar sin lugar a dudas que la filosofía de Avicena se enraza en la tradición griega.

En total llegó a escribir 450 composiciones literarias, 40 de ellas eran de medicina. Entre los 760 plantas de su Canon se describen remedios contra cólicos, depresiones, incluso contra la pena de amor y otros males.

Descubrimientos médicos de Avicena (Ibn Sina):

Bastantes siglos antes del descubrimiento del microscopio él identificó “pequeños organismos” que, a través de aire y agua, penetraban en el cuerpo produciendo enfermedades (infecciones).

• Cien años tras su muerte su Canon circulaba ya en Europa traducido al latín. Fueron los moros de España quienes, en época de las Cruzadas trajeron esta enciclopedia botánica a Europa (P.Bamm). En el siglo XVI este tratado era asignatura fija del plan de estudios de las universidades occidentales. ¡Durante 600 años los médicos europeos se rigieron por los conocimientos de Avicena! (Según “*Der Spiegel*” “*Geschichte*”, N°2/2010, F.Thadeusz). Así su Canon se convirtió en la obra médica más estudiada del mundo hasta el s.XVII (opina *S.Hunke*).

• Ibn Sina hacía una anamnesis detallada del paciente, examinaba sus excreciones, orina, heces, esputo y exploraba finalmente su pulso. Elaboró píldoras recubiertas de papel dorado o plateado; descubrió la alimentación artificial por sonda a nasogástrica, el alcohol como desinfectante, los enemas, la bolsa térmica de

agua caliente o fría que aun está presente en todo hogar del occidente moderno. También fue el primero en descubrir que “el cáncer es una enfermedad sistémica” así como el diagnóstico diferencial entre los distintos tipos de ictericia y el de las inflamaciones óseas. ¿Acaso después de tan importantes contribuciones al arte médico no merece que esta disciplina lleve su nombre “medi-cina”?

Pero cuando su obra, en los albores de la era moderna cayó en un seco olvido, algunos de sus inventos pioneros fueron redescubiertos por médicos europeos posteriores a él que, sin embargo, los bautizaron injustamente como propios (*S.Hunke*).

Avicena es el ejemplo más destacado de los intelectuales isfahaníes librepensadores. Esta ciudad tuvo el honor de acogerle y no hay lugar en el mundo donde se produjera una simbiosis entre conocimiento y devoción espiritual tan magnífica como en Isfahán. Hasta los logros de Bagdad, de El Cairo y la Córdoba califal en sus mejores épocas, palidecen ante el esplendor humanista y científico de este bazar cultural. En el Medievo, mientras Europa feudal languidecía en el analfabetismo y aislamiento, las Escuelas de Isfahán brillaban como centros del saber de un Oriente que irradiaba su luz al continente europeo del mismo modo que lo hace el sol que en ella nace cada mañana.

BS



La cosmética natural se ha puesto de moda. Pero cuando algo se pone de moda es importante saber quien estaba ahí; y la cosmética antroposófica lleva más de 80 años en el mercado.

La palabra cosmética proviene del vocablo griego “cosmos”, ordenar, armonizar, y por eso, en NaturalSensia.com, entendemos que, para que una piel sea bella, lo primero que debe estar es sana.

Llevamos más de veinte años trabajando con productos que respetan y cuidan la naturaleza y sabemos lo bien que tratan tu piel y la de tuyo.

Por eso nos hemos animado a ofrecer toda nuestra experiencia, nuestra profesionalidad y nuestros conocimientos antroposóficos, también, en Internet.



TESTIMONIO DEL PACIENTE

DISFUNCIÓN TIROIDEA

En el mes de Mayo del año 2004 me apareció una disfunción tiroidea que resultó ser un Hipotiroidismo con múltiples nódulos sólidos que, con el paso del tiempo, llegó a convertirse en Tiroides Multinodular.

El primer tratamiento que recibí fue Eutirox (hormona química), pero comencé enseguida a notar síntomas que no tenía anteriormente, como son insomnio, molestias en el hígado y nerviosismo. Así que tuve que suspender esta medicación. Busqué otras posibilidades y comencé

una terapia homeopática de la Medicina Antroposófica. Paralelamente a ello realicé actividades artísticas, en concreto Euritmia, Pintura y Masaje terapéutico. Con este tratamiento se normalizó ya desde el año 2004 la función tiroidea.

Procuré cuidarme y evitar todo lo que

me perturbaba, llevando una vida más tranquila y dejando de lado actividades que me suponían más esfuerzo.

Los análisis de función tiroidea están bien desde el 2004 y mi tiroides sigue regulado, a pesar que dejé de tomar el Eutirox. M.I.

CONSEJOS MÉDICOS PRÁCTICOS

GOLDMILK PARA LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER

Un estudio realizado en el año 2006 señala que actualmente 26 millones de personas en el mundo padecen demencia por síndrome de Alzheimer.

Por desgracia se calcula que para el año 2050 esta cifra se cuadruplica, lo cual equivaldría a una persona enferma por 85 libros de la enfermedad.

Hay 3 teorías sobre el origen de esta demencia. Una de ellas atribuye su causa a una alteración del metabolismo de la proteína Beta-Amiloide. Esta sustancia se genera en condiciones normales durante la actividad consciente propia del estado de vigilia. Una vez producida, la Beta-amiloide toma contacto con el líquido cefalorraquídeo (LCR) y se deposita en el cerebro, pudiendo generar esclerosis. Afortunadamente gracias a un sueño reparador se disuelven cada noche estos depósitos. Es porque el sueño activa el sistema metabólico y entonces, el LCR cargado de depósitos amiloides, fluye hasta acceder al hígado estas sustancias transportadas por el torrente circulatorio. En este órgano acabará produciéndose el aclaramiento de estas sustancias.

En estos pacientes hay sin embargo, un problema al respecto, pues por lo común padecen trastornos del sueño; es típico que duerman mal de noche pero que de día estén somnolentos.

LA CÚRCUMA

Hay un suplemento alimenticio recomendable en el tratamiento de la enfermedad de Alzheimer. Se obtiene de la planta hindú cúrcuma.

En la enfermedad de Alzheimer hay un proceso esclerosante coexistiendo simultáneamente con uno inflamatorio crónico subyacente. Esto es frecuente pues una inflamación crónica y oculta puede ir vinculada a una esclerosis o abocar en ella. Entre todas las plantas del reino vegetal se encuentra la cúrcuma y ella puede ayudar precisamente en esta inflamación crónica.

En general vale como regla recomendar en este tipo de demencia la administración de preparados extraídos a partir de flor y de fruto. Es porque las flores tienen un efecto antiesclerotizante y además estimulan el sistema metabólico. Entre estos preparados vegetales el favorito es el obtenido a partir de la cúrcuma.

El principio activo de esta planta es la curcumina, una sustancia beneficiosa



para nuestra salud cerebral y también para el Alzheimer. Es muy rica en fenoles y son antioxidantes. Por sus propiedades terapéuticas la curcumina contribuye a aumentar el aclaramiento de la placa de Beta-amiloide en los enfermos de Alzheimer. En los EEUU se realizó un interesante estudio al respecto sobre el efecto terapéutico de los fenoles extraídos de los pétalos rojos de la Cúrcuma.

En el Alzheimer hay no sólo una alteración en el ritmo sueño-vigilia y de la actividad pensante consciente, sino que además hay una disminución de la capacidad ejecutiva de la voluntad. Son pacientes que se mueven poco y lo hacen muy lento. En general se observa normalmente en toda persona la correlación entre movimiento corporal y mental. La disminución del movimiento corporal se acompaña paralelamente de una disminución del movimiento mental.

Como en estos enfermos la velocidad del pensamiento se enlentece paulatinamente hasta llegar a detenerse, conviene que practiquen una actividad física regulada y eviten el sedentarismo. El Baile es una actividad muy recomendable para ellos pues aunque la esfera del pensar y de la voluntad están alteradas, no lo está así la esfera del sentimiento. Ella sigue activa,

por eso se preserva la modulación afectiva y es posible animarlos a que bailen.

RECETA DE LA GOLDMILK ("LECHE DE ORO"):

Echar una cucharadita de las de té con cúrcuma en polvo y meterla en un vaso de leche. Después hervirla brevemente y echar posteriormente algo de miel hasta que esté dulce. Se recomienda beber esta leche cada noche durante un tiempo indefinido.

La leche ha de ser de origen animal, preferiblemente de una vaca ecológica, sobre todo de una a la que no se le hayan amputado los cuernos. Por su digestión lenta la leche apela al polo digestivo-metabólico, que es lo que se pretende aquí. También podría utilizarse leche de cabra, burra o de yegua.

Bibliografía

- Conferencia del Dr. Matthias Girke en la UCM, Facultad de Medicina, el 24 de Febrero del 2017, titulada „Las enfermedades más comunes en las personas mayores. El síndrome de Alzheimer“.
- www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC_2781139 : El efecto de la Curcumina en pacientes de Alzheimer Disease.
- <https://masvidasana.com/la-curcuma-y-el-alzheimer>.



RECETAS EL GALLO

PIMIENTOS RELLENOS DE MIJO Y BERENJENAS



INGREDIENTES:

- 8 pimientos morrones pequeños o 4 grandes.
- Una cebolla cortada en juliana fina.
- 2 o 3 dientes de ajo finamente picados.
- Una berenjena pelada y cortada en daditos.
- 120 gr. de mijo pelado en grano.
- Un cuarto de litro de agua o de caldo de verduras.
- Tomillo, orégano, sal y pimienta negra molida al gusto

ELABORACIÓN:

Poner una olla al fuego, con el aceite, la cebolla y el ajo. Cuando estén dorados,

añadir la berenjena y las especias. Cocinar durante cinco minutos, moviendo de vez en cuando para que no se pegue. Añadir el mijo en grano y el líquido y guisar durante 15 minutos más, mientras continuamos removiendo.

Cortar la parte del rabo en forma de sombrero, que conservaremos, y despepitamos los pimientos. Rellenarlos con la mezcla anterior, ayudándonos de una cuchara. Colocarles la tapita, untar de aceite la superficie de los pimientos y una fuente de horno. Hornear, a 160°, durante 30 o 40 minutos. Sacar del horno.

SUGERENCIA DE PRESENTACIÓN:

Se puede hacer esta receta con pimientos de varios colores, que alegrarán el plato y la vista. Una salsa suave de ajo casa perfectamente con esta receta. También se pueden rellenar con cuscús, arroz integral basmati o quinoa. O sustituir los pimientos por berenjenas, tomates o calabacines.

EL MIJO

El planeta que manda sobre el Mijo es Mercurio, el día el Miércoles, el color el Amarillo y el metal el Mercurio

Del mijo común (*panicum miliaceum*) se sabe que las primeras cosechas se dieron tanto en China como en las regiones del sur del Cáucaso hace unos 7.000 años, pero no se conoce a ciencia cierta dónde se pudo encontrar la ubicación del ancestro salvaje del mijo. Hoy se cultiva extensivamente en Rusia, Turquía, India, Azerbaiyán y en gran cantidad de países de África. Aparte de para el consumo humano, el mijo también se cultiva como alimento para pájaros, aportándoles sustento y un espléndido y lustroso plumaje. El mijo arraiga bien en casi cualquier tipo de terreno y condición climática, tiene un periodo de desarrollo breve y requiere poca agua. Su demanda de agua es a ciencia cierta de las menores de entre todos los cereales primarios. Es un cultivo muy recomendable para suelos de secano. El mijo común es una planta anual similar a todos los demás mijos.

Los mijos forman parte de un grupo de varios cultivos de gramíneas con semilla pequeña, que contienen un elemento floral como podemos apreciar por el apa-

riencia dispersa de su espiga. El más cultivado es el mijo perla que ya se cultivaba en el África Occidental hace 4000 años. Algunos agrónomos incluyen también el teff y el sorgo dentro de la familia de los mijos. Desde tiempos inmemoriales hasta hoy el mijo es la base de la alimentación en el Sahel y en buena parte de África Occidental, donde se consume en forma de papillas, sopas, harinas, pan o cuscús. Existen dos factores que determinan la naturaleza del mijo: el silicio y el calor. Este cereal tiene afinidad con el temperamento sanguíneo, almacena el calor asimilado durante su cultivo y lo hace confluír con sus otros elementos en el interior del tejido celular. Por su aporte de flúor está muy indicado para la prevención de las caries dentales, además contiene calcio, vitamina B1 y B2 y Niacina. Asimismo actúa beneficiosamente en las enfermedades de la piel, pelo y uñas y previene el agarrotamiento de las articulaciones en las personas con arterioesclerosis y reumatismo. De la misma forma que observamos cómo mejora el plumaje de las aves cuando se alimentan con este cereal, su aportación puede fortalecer y mejorar las funciones vinculadas a la piel humana, a la dentición, al pelo y a las uñas, así como robustecer la estructura ósea.

ARROZ BASMATI CON LECHE Y MIEL AL CARDAMOMO



INGREDIENTES:

- 100 gr. de arroz basmati blanco.
- 200 ml. de agua.
- 600 ml. de leche.
- Un vasito de miel, de sirope de agave o de azúcar morena.
- La peladura de medio limón y de media naranja.
- Una pizca de semillas de cardamomo molidas.

ELABORACIÓN:



Poner a cocinar, a fuego moderado, el arroz en el agua fría, con la peladura limpia de la naranja y del limón y el cardamomo en polvo, revolviendo continuamente con una cuchara de madera, hasta que el grano absorba prácticamente todo el agua. Añadir, en dos o tres veces, la leche caliente, remover todo manteniendo la olla a fuego bajo durante 30 minutos. Fuera ya del fuego, retirar la peladura de los cítricos y añadir la miel o el edulcorante, revolver y poner a enfriar.

SUGERENCIA DE PRESENTACIÓN:

Podemos repartir el arroz con leche en copas, cuencos o platillos individuales antes de meterlo en el frigorífico. En el momento de servir, decorar con unas láminas de dátiles o de albaricoques secos. Si nos sobra bastante cantidad de arroz podemos triturarlo con la batidora, hasta hacer una crema. Después introducir en el frigorífico hasta que esté bien fría. Sacar y mezclar con la misma cantidad de nata batida, ayudándonos de una varilla y con movimientos lentos y envolventes, para conseguir una mezcla muy ligada, que después introduciremos en el congelador. Así dispondremos de nuestro propio helado de arroz con leche al cardamomo casero. Importante, sacar el recipiente del frío un rato antes de servir el helado.

CARTA

CARTA A LA ORGANIZACIÓN MÉDICA COLEGIAL EN DEFENSA DE LA MEDICINA ANTROPOSÓFICAL

<p>Dr. D. Serafín Romero Agüit</p> <p>Presidente Consejo General de Colegios Oficiales de Médicos</p> <p>Barcelona, 1 de Noviembre 2017</p> <p>Estimado Sr. Presidente de la Organización Médica Colegial (OMC),</p> <p>Me dirijo a Usted en nombre y representación de la Asociación Científica de Medicina Antroposófica (ACMA), de la que soy presidenta. La ACMA, integrada a su vez en la International Federation of Anthroposophic Medical Associations (IVAA) https://www.ivaa.info/home/, engloba a los médicos, que, ejerciendo en España nuestra profesión dentro del marco legal y colegial, hemos ampliado y complementado nuestros conocimientos científicos con los que brinda la medicina antroposófica.</p> <p>Quienes practicamos la medicina antroposófica somos profesionales con titulaciones válidas expedidas por las universidades correspondientes, y estamos integrados en los Colegios de Médicos del territorio donde desarrollamos nuestra profesión.</p> <p>Los integrantes de la ACMA, así como nuestros pacientes y todos los que la conocemos adecuadamente, hemos asistido con gran perplejidad y preocupación a las graves e injuriosas manifestaciones que se están vertiendo en los últimos tiempos contra la medicina antroposófica y quienes las practicamos, y, en particular, desde la OMC. Nos referimos, concretamente a la publicación que puede verse en el siguiente enlace: https://www.cqcom.es/%C3%A9nclis-no-convencionales.</p> <p>En esta publicación, la medicina antroposófica se califica como <i>propuesta sectorial</i> o con <i>amplio uso sectorial</i>. No podemos dejar de manifestar nuestro más rotundo desacuerdo y profundo malestar con estas afirmaciones, que, además de falsas, resultan gravemente perjudiciales para quienes practicamos la medicina y la complementamos con la medicina antroposófica.</p>	<p>La fuente original de esta información es otra publicación, concretamente del Ministerio de Sanidad, titulada "Análisis de Situación de las Terapias Naturales, Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad", del año 2011, y que puede leerse siguiendo este enlace: (http://www.mspis.gob.es/novedades/docs/analisisSituacionTNatu.pdf)</p> <p>Dentro de esta relación, la medicina antroposófica aparece en el nº 70, y es mencionada en numerosas ocasiones, sin que se la califique, ni mucho menos, como hace la OMC.</p> <p>Por tanto, entendemos que la clasificación otorgada a la medicina antroposófica en el informe de la OMC no se ha basado en ningún estudio o informe realizado con criterios científicos que lo sustente.</p> <p>Según parece, la fuente en que esta afirmación se basa es lo publicado en el siguiente blog: http://charlatanes.blogspot.com.es/2012/08/antroposofia-la-secta-y-su-banco.html. Resulta llamativo, e inaceptable, que la OMC haga suyas aseveraciones tan graves y se base para ello en una fuente cuyo contenido no se basa en ningún estudio ni publicación científica contrastada.</p> <p>Por ello, les adjuntamos toda la información científica acerca de la Medicina Antroposofica y su practica clinica, que les permitirá cambiar su posicionamiento frente a la misma y a los profesionales que la practicamos, y rectificar las afirmaciones antes relacionadas.</p> <p>Y, en consecuencia, retirar la Medicina Antroposofica y a los profesionales afectados de la lista en que se hallan en el momento actual.</p> <p>Atentamente,</p> <p>Dra. Adriana Cerdán i Torrell Presidenta ACMA</p> <p>Dra. Manuela Cuevas Expósito Secretaria ACMA</p> <p>Dra. Núria Roca-Cusachs Pericas Tesorera ACMA</p>  
---	---

ARTÍCULO

¿CÓMO PUEDE CONCEBIRSE LA POTENCIACIÓN HOMEOPÁTICA?

Andreas Rähmi, director del laboratorio de potenciación en «Weleda Arlesheim»⁽¹⁾, explica que nos podemos acercar a la naturaleza de una solución potenciada siguiendo dos cuestiones.

- “¿Cuáles son las propiedades de una sustancia que facilitan que, mediante un proceso como la potenciación, cambie y aumente su eficacia?” Esta es la cuestión física.
- Por otro lado hay la pregunta antropológica: “¿Cómo debe ser un organismo para que pueda reaccionar sensiblemente a tales cambios de la sustancia?” Echemos una mirada a lo que realmente sucede en el proceso de potenciar. Por ejemplo, una tintura de manzanilla se mezcla en una proporción de 1:9 con un medio (mezcla de agua y alcohol). Durante dos minutos y medio, la mezcla se agita a mano en círculos horizontales. Es una experiencia impresionante presenciar este trabajo concentrado observando las turbulencias que se producen en

los recipientes de vidrio. El resultado es la así llamada potencia. A partir de esta, una parte se vuelve a mezclar de nuevo con nueve partes del medio, luego se vuelve a agitar. Es importante que durante este trabajo se logre un propio ritmo para salir de la rutina y tratar de continuar los procesos rítmicos de la naturaleza. Después del proceso de potenciar, es necesario dejar reposar el líquido hasta que haya alcanzado un estado de calma absoluta. Solo entonces puede procesarse hacia el siguiente nivel de potencia o bien ofrecido como producto final. Con la letra D de “Decimal”, se describe la proporción de la sustancia original y el medio; el número que sigue después de la D indica los ciclos de potenciación. En la medida de

ascender a los niveles cada vez más altos, una parte de la materialidad original de la manzanilla se pierde. La potenciación disuelve la cohesión (coherencia) de las sustancias de partida. Con el proceso de agitar las sustancias adquieren por un breve momento un estado de ingravidez, intensificado por la fuerza ascensional del agua. Sustancia, proceso y efecto curativo Sabemos que la principal característica de la materia es la masa, que es medible como peso, incluso en cantidades muy pequeñas. El límite de verificabilidad computacional de la materialidad es una potencia de D23, el llamado “número de Avogadro”⁽²⁾. Este significa que, tras 23 diluciones en una proporción de 1:9, menos de diez molé-

culas de la sustancia original de manzanilla están presentes en el preparado. Por lo tanto potenciar significa convertir una sustancia de un estado ponderable a uno imponderable. El potenciar al final nos conduce a la cuestión de la naturaleza de la materia. Albert Einstein definió la materia como estado de energía, Rudolf Steiner la describe como luz condensada u oscuridad⁽³⁾. Al disolver la sustancia mediante la potenciación, “vuelve a transformarse en luz”. Pero, ¿qué significa llevar la materia de un estado en el que todavía es ponderable a un estado en el que deja de serlo

con respecto a la producción de medicamentos? Tanto la medición como la experiencia muestran: la sustancia ya no está presente y, sin embargo, algo esencial de la sustancia de partida sigue presente en la potencia. Lo condensado todavía contiene rastros de las fuerzas que han actuado durante su generación. Lo que subyace como el verdadero principio espiritual de la sustancia, se “despierta” por medio del proceso de potenciación y se pone a disposición del ser humano. Esto nos da la respuesta a las dos preguntas formuladas al principio: El nexo entre la física y la antropología son las

cualidades espirituales presentes tanto en la materia como en el ser humano y su organismo.

Artículo de Michael Leuenberger, publicado en «Noticias de Weleda» («Weleda Nachrichten») Suiza, Número 236. Traducción resumida por Michael Kranawetvogl

Notas:
(1) Arlesheim, la comunidad vecina de Dornach, es la sede de Weleda, y además de la Clínica Ita Wegman y la Lukas-Klinik.

(2) Valor característico, que recibió su denominación por el físico de Turín, el conde Avogadro. Un átomo-gramo de cualquier elemento o una molécula-gramo de cualquier sustancia contiene igual número de átomos o moléculas determinado experimentalmente, de 6,023 x 10²³.

(3) Rudolf STEINER “Los enigmas de la filosofía”

ARTÍCULO

FRENTE A LA NUEVA RESISTENCIA A LOS ANTIBIÓTICOS

La medicina antroposófica en busca de soluciones para la resistencia a los antibióticos.

Anualmente muchos millones de personas se infectan con un germen multi-resistente. Esto se debe a que en la medicina convencional los antibióticos se utilizan con demasiada frecuencia y sin ningún diagnóstico inequívoco. En la agricultura se utilizan masivamente y con el único fin de aumentar el crecimiento. Al mismo tiempo, en los últimos años las medidas de higiene no se han implementado consistentemente en las clínicas. Los antibióticos seleccionan las bacterias que se han vuelto resistentes a ellos, lo que explica que el mal uso y el abuso de los antibióticos existentes hayan provocado que las bacterias (en especial las patógenas) se hagan más resistentes, lo que complica en algunos casos los tratamientos hasta el punto de hacerlos inútiles.

ESTRATEGIAS POLÍTICAS CONTRA LA RESISTENCIA

Como resultado, hay cada vez más gérmenes multi-resistentes. El problema ha asumido una dimensión política, haciendo necesaria una estrategia para la resistencia a los antibióticos con la cooperación de los ministerios de Salud, Agricultura e Investigación. Al igual que con el cambio climático, es una catástrofe que avanza “en cámara lenta”. Cuando llega con todo su impacto, puede ser demasiado tarde. La Comisión Europea y los estados miembros de la Organización Mundial de la Salud (OMS) acordaron un plan de acción global.⁽¹⁾ Estos planes proveen que dentro de pocos años los 194 estados miembros logren los objetivos con estrategias nacionales particulares.

ASUNTO DEL MERCADO LIBRE

La industria, ante la falta de incentivos, el escaso interés financiero y los retos científicos que implica el descubrimiento de nuevos antibióticos, ha limitado la investigación en este campo, lo cual ha contribuido a que apenas haya habido descubrimientos en el último cuarto de siglo.⁽²⁾ El retorno económico asociado a este nuevo fármaco no será inmediato, lo que reduce en gran medida el potencial del mercado. [...] Los beneficios que el sector obtiene por la venta de todo tipo de antibióticos son de 40.000 millones de dólares al año. A pesar de ser una cantidad considerable, para la industria farmacéutica es insignificante, representando lo mismo que los beneficios anuales de la venta de un único producto farmacológico contra el cáncer. [...] En la actualidad, a pesar de la inminente urgencia por nuevos tratamiento, menos de cinco de las 50 mayores farmacéuticas tienen en marcha proyectos para desarrollar nuevos antibióticos.⁽¹⁾

LAS RESPUESTAS DE LA MEDICINA ANTROPOSÓFICA

La medicina antroposófica apoya estos enfoques. Los médicos antroposóficos se ofrecen para contribuir con su experiencia en las discusiones con los políticos. “Debido a nuestra larga experiencia en el uso moderado de antibióticos, la medicina antroposófica puede contribuir con conceptos significativos para trabajar juntos y desarrollar estrategias sostenibles, para el beneficio de todos”, dice el Dr. med. Stefan Schmidt-Troschke, miembro de la junta directiva de la orga-

nización de medicina antroposófica Alemania (DAMiD, Dachverband Anthroposophische Medizin in Deutschland) y director de la iniciativa de pacientes alemana, «Gesundheit Aktiv». La medicina antroposófica ha estado advirtiendo durante mucho tiempo contra el uso estandarizado y generalizado de antibióticos, y da la bienvenida a las iniciativas para enfrentar el aumento dramático de la resistencia a los antibióticos. “Ya es hora de repensar. Nosotros hemos usado los antibióticos muy moderadamente durante muchos años y hemos desarrollado conceptos alternativos eficientes durante este tiempo”, explica el Dr. med. Stefan Schmidt-Troschke. En un estudio comparativo en condiciones reales de resultados en pacientes con infecciones del tracto respiratorio superior e infecciones del oído, se observó una diferencia en las tasas de prescripción de antibióticos de 28 puntos porcentuales (5,5% con un tratamiento de medicina antroposófica, 33,6% con un tratamiento convencional). Hay pruebas prometedoras de que las tasas de prescripción de antibióticos de los médicos antroposóficos pueden ser dramáticamente más bajas que las de los médicos convencionales.

Artículo de Natasha Hövener, Confederación Medicina Antroposófica en Alemania (Dachverband Anthroposophische Medizin in Deutschland). Traducción resumida por Michael Kranawetvogl

Notas:
(1) Comisión Europea. Plan de acción contra las crecientes amenazas de la resistencia a los antibióticos. 2011. // Organización Mundial de la Salud. Plan de acción mundial sobre resistencia a los antibióticos. 2015
(2) Instituto de Salud Global: Resistencia a los antibióticos: cuando el problema va más allá de las patentes, Abril 2017.



NOTICIA

SALUD ESCOLAR EN BARCELONA

El pasado mes de noviembre entre los días 3 y 5 se celebraron en la Escuela El Til-ler de Cerdanyola del Vallés, Barcelona las 3ª jornadas médico - pedagógicas que se realizan en nuestro país.

Estas jornadas tratan temas de salud y pedagogía y están abiertas a médicos, maestros, pedagogos, psicólogos y terapeutas relacionados con el mundo de la educación. Están auspiciadas por ACMA (Asociación Científica para la Medicina Antroposófica).

Desde Octubre de 2015 vienen produciéndose estos encuentros que surgieron como una iniciativa del Dr. Florencio Herrero (médico escolar) y con la participación como docente del Dr. Miguel da Gracca (médico escolar en la Escuela San Miguel de Buenos Aires, Argentina), las ediciones anteriores tuvieron lugar en Madrid, en la Escuela Waldorf de Aravaca y en la Escuela Micael de las Rozas, respectivamente. En esta ocasión coincide con el segundo año de formación de los médicos escolares en España. Los docentes fueron los doctores Florencio Herrero y Miguel da Gracca y nos acompañaron en la parte artística los eurytmistas de la Escuela el Til-ler José Sánchez y Marije Grommers. Los temas desarrollados a lo largo de las jornadas fueron: Los 12 sentidos desde la visión de Rudolf Steiner, el desarrollo de los sentidos básicos en el primer septenio y su acompañamiento en el segundo, los sentidos en el niño autista, signos preco-

ces del déficit de atención y la influencia del temperamento del maestro.

Todos los temas suscitaron mucho interés en los participantes que procedentes de Barcelona, Lérida, Gerona, Tarragona, Alicante, Castellón y Valencia compartieron el encuentro, intercambiamos conocimientos y experiencias y también muchas preguntas para el futuro.

Fue una grata ocasión para el encuentro en el ambiente acogedor de la escuela. El primer día las familias estuvieron presentes en la conferencia de apertura. Agradecemos a la Escuela El Til-ler su cálida acogida y su inestimable ayuda para la puesta en marcha de estas jornadas.

En el momento que vivimos médicos, maestros, pedagogos y otros profesionales que formamos parte de las escuelas precisamos del trabajo interdisciplinar y también de formarnos de forma continua, e intercambiar nuestras vivencias para dar respuesta a los retos que nos plantean los niños de hoy, en un mundo que muchas veces no comprende sus verdaderas necesidades y dar el acompañamiento adecuado a las familias.

Esperamos encontrarnos en octubre del 2018, para seguir compartiendo.

Dra. Beartz Lentijo
(Médico pediatra)

NOTICIA POSITIVA

BRUSELAS INSTA A ESPAÑA A ELIMINAR RESTRICCIONES A IMPORTACIÓN DE HOMEOPATÍA

La Comisión EU abrió el 7 DIC 2017 un expediente sancionando a España por restringir la entrada de medicamentos homeopáticos legalmente comercializados en otros países de la UE. Con ello España vulnera el reglamento de Libre Circulación de mercancías en la UE.

Por esta razón Bruselas aplicará una sanción a nuestro país si en un plazo de 2 meses persiste en la infracción. Si no responde a este ultimatum, el caso podrá ser denunciado al Tribunal de Justicia de la UE.

Noticias de EuropaPress

EDICIÓN

Editor: **Anthrosana en España**

Redacción, Publicidad, Administración y Distribución:

C/ Pico Almanzor nº 25

28500 Arganda del Rey, Madrid

correo electrónico: secretaria@anthrosana.org.es

Responsables de la redacción: **B. Sánchez Segura,**

P. Schmidt Bubath, M.A. Martín Sanz, A. Santomé,

JM. Fernández, M. Ibáñez, Michael Kranawetvogl

Producción: **Anthrosana en España**

Maquetación: **Graphic Inside**

HUMOR

PREGUNTAS SIMPLES Y RESPUESTAS TONTAS:

¿Cuál es el pez más músico?

El trompetero.

¿Y el que hace más daño?

El "pez martillo".

¿Y el más hablador? **El "lenguado".**

¿Y el que hay que piropearle para que salga a la superficie? **El "sal...monete".**

¿Y el que sirve para coser?

El "pez aguja".

¿Y los que se dejan timar?

El "tímalo" y el "róbalo".

¿Y el pez más recto? **La "raya".**

¿Y el pez que va siempre acompañado de otro igual? **El "pezón".**

TRABAJO ESPIRITUAL

Rudolf Steiner distingue entre el trabajo aplicado al producto y el espíritu aplicado al trabajo. En esto se inspiró el fontanero de la siguiente anécdota: Un viajante queda parado en la carretera por una avería de su coche. Llamaron al mecánico del pueblo vecino. Éste abre el capó, mira, da con el martillo un golpe en el motor, y el motor vuelve a arrancar. El mecánico explica: Son 80 euros. El viajante: Pero ¡qué barbaridad! ¡Qué caro! ¿Cómo se calcula esto? El mecánico anota en un trozo de papel: Dar golpe: 1 euro, haber sabido dónde: 79 euros. Total: 80 euros.

ACOGIDA Y TERTULIAS LOS JUEVES EN LA SOCIEDAD ANTROPÓSÓFICA EN ESPAÑA

Lugar: **C/ Loeches 3, Bº E - Madrid**

Fechas: **Cada jueves (en este momento elaborando el próximo trimestre).**

Acogida: **18:30 a 19:30h**, información y consulta de diversas publicaciones periódicas, folletos.

Tertulia: **19:30 a 21:00h**, charla seguida de coloquio.

Actividad abierta a todos los posibles interesados y gratuita.

Información: www.sociedadantroposofica.es

Contacto: **Ana Vega (661 48 55 07)**

