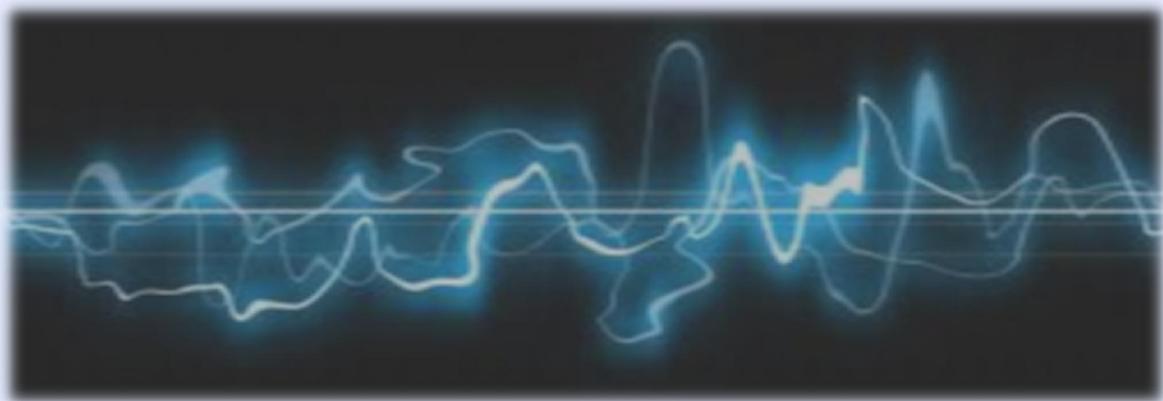


# TALLER DE HOMEOPATIA BÁSICA

Madrid, 7 y 8 de junio 2014



**Isabel Jurado Hernández**  
isabel.jurado@hotmail.com  
664171804

# ÍNDICE

## DOSIER DE HOMEOPATÍA BÁSICA Y SITUACIONAL

### 1 – ORIGEN DEL DESEQUILIBRIO Y PATOLOGÍA

- Estrés

### 2 – EL REMEDIO HOMEOPÁTICO:

- Procedencia e Información del remedio homeopático
- potencias
- Como tomarlo

### 3 – HOMEOPATÍA SITUACIONAL:

- Miedo
- Depresión
- Ansiedad
- Procesos de duelo: muertes, separaciones...
- Dolores de espalda
- remedios de protección
- niños y adolescentes

### 4 – BOTIQUÍN BÁSICO HOMEOPÁTICO:

- Fiebre
- O.R.L.:Rinitis aguda
- Otitis
- Anginas
- Gripe
- Tos
- Bronquitis
- Alergias
- Asma
- Traumatismos
- Esguinces
- Contracturas
- Piel: herpes, quemaduras, aftas bucales, acné
- Riñón: infecciones de orina, cólicos nefríticos, cólicos vesicales
- Digestivo: intoxicaciones alimentarias, diarreas, cólico, cólico biliar

## ORIGEN DEL DESEQUILIBRIO Y PATOLOGÍA

El **estrés** (del inglés stress, 'tensión') es una reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada.

El estrés es una respuesta natural y necesaria para la supervivencia, a pesar de lo cual hoy en día se confunde con una patología. Esta confusión se debe a que este mecanismo de defensa puede acabar, bajo determinadas circunstancias frecuentes en ciertos modos de vida, desencadenando problemas graves de salud.

Cuando esta respuesta natural se da en exceso se produce una sobrecarga de tensión que repercute en el organismo humano y provoca la aparición de enfermedades y anomalías patológicas que impiden el normal desarrollo y funcionamiento del cuerpo humano.

- Predominio del sistema nervioso simpático (vasoconstricción periférica, midriasis, taquicardia, taquipnea, ralentización de la motilidad intestinal, etc.)
- Liberación de catecolaminas (adrenalina y noradrenalina), de cortisol y encefalina.
- Aumento en sangre de la cantidad circulante de glucosa, factores de coagulación, aminoácidos libres y factores inmunitarios.

Todos estos mecanismos los desarrolla el cuerpo para aumentar las probabilidades de supervivencia frente a una amenaza a corto plazo, no para que se los mantenga indefinidamente, tal como sucede en algunos casos.

A medio plazo, este estado de alerta sostenido desgasta las reservas del organismo y puede producir diversas patologías (trombosis, ansiedad, depresión, inmunodeficiencia, dolores musculares, insomnio, trastornos de atención, diabetes, etc.)

El estrés provoca inmunodepresión ya que la liberación de hormonas de estrés inhiben la maduración de los linfocitos, encargados de la inmunidad específica.



## 2

# EL REMEDIO HOMEOPÁTICO

### PROCEDENCIA E INFORMACIÓN DEL REMEDIO HOMEOPÁTICO

El remedio homeopático tiene diferentes y múltiples procedencias, su origen puede ser mineral, vegetal, animal...en realidad cualquier sustancia puede ser homeopatizada previo conocimiento de sus efectos y consecuencias en la persona.

Los remedios se elaboran obteniendo en primer lugar una tintura madre de la sustancia, seguidamente se hacen sucesivas diluciones, de las que obtenemos las diferentes potencias, y se las agita. Con este proceso de dilución se va eliminando el contenido molecular de la sustancia, con la finalidad de **disminuir las propiedades químicas**, y con la agitación **aumentar las propiedades físicas**. Con este proceso se consigue conservar tan solo la información energética o vibracional de la sustancia.

El remedio homeopático va más allá de suprimir simplemente los síntomas, ya sean físicos, mentales o emocionales, su acción es profunda y va dirigida eliminar los bloqueos que impiden gestionar adecuadamente los agentes estresantes, de forma que podamos mantenernos en un estado de equilibrio, físico, mental y emocional para nuestro bien más elevado.

### POTENCIAS

- 6 D – actúan como drenadores
- 9 CH y 15 CH – para las situaciones agudas y síntomas físicos
- 30 CH – está en la frontera del plano físico y mental-emocional, incidiendo en todos los campos
- 200K, 1000K y 10.000K – para los estados crónicos y síntomas mentales y emocionales

### COMO TOMARLO

Como norma general se tomará entre comidas poniendo los gránulos bajo la lengua, directamente del taponcito sin tocarlos con las manos, y dejando que se disuelvan.

En situaciones agudas en las que se requieren tomas frecuentes no tendremos en cuenta el espacio entre comidas.

En el caso de los bebés se disolverán los gránulos en un poco de agua (en ningún otro líquido).

En el caso de haber de combinar 2 o más remedios deberán tomarse por separado.

Potencias 6 D, 9 CH y 15 CH : se toman 3 gránulos frecuentemente en función de los síntomas.

Potencias 30 CH, 200K, 1000 K, 10.000 K: se toman de 5 a 10 gránulos, una vez al día, en días alternos, semanalmente o quincenalmente, la dosificación y la frecuencia dependerán de la situación y la sensibilidad de la persona.

### 3

## HOMEOPATÍA SITUACIONAL

En este apartado vamos a abordar homeopáticamente diversos aspectos mentales y emocionales que de forma puntual o crónica, afectan nuestra vida desequilibrándola.

### MIEDOS:

Miedo a la muerte:

- **ACONITUM NAPELLUS** 200K / 1000K: cuando hay sensación de muerte inminente que se manifiesta intensamente frecuentemente acompañada de palpitaciones.  
Por ej. miedo al avión, en este caso tomar antes de subir y durante el viaje.
- **ARNICA MONTANA** 200K / 1000K: cuando hay miedo a hacer algo porque le dolerá y no se atreve ni a mirarlo, no hay plena consciencia de su estado físico o emocional y afirma que está perfectamente, que no le pasa nada, no quiere ni hablar de ello. Hay negación del miedo.
- **CALCAREA CARBONICA** 200K / 1000K: cuando hay miedo a morir, a tener una enfermedad incurable, miedo a volverse loco, miedo a que la gente se dé cuenta de su estado, le importa mucho lo que pensarán de él. Tiene miedo pero se lo guarda, no lo expresa.

Miedo a los ladrones:

- **ARSENICUM ALBUM** 200K / 1000K: Tienen un especial miedo a los ladrones, a que los atraquen y por eso cierran su casa a cal y canto por ello hay miedo a quedarse solo, detrás de ese miedo hay un miedo profundo a la muerte. Tiene una gran ansiedad asociada a ese miedo que se calma con el movimiento, por ello son personas hiperactivas aunque estén exhaustas, personas que son excesivamente ordenadas y metódicas, tienen obsesión por el orden.

Miedo a la inseguridad económica:

- **CALCAREA FLUÓRICA** 200K / 1000K: Tiene miedo a la falta de seguridad económica, a no llegar a fin de mes, a perder el trabajo... Para cuando ha habido ruinas económicas i se genera inseguridad. También indicado en relaciones de dependencia por dependencia económica, te permite encontrar caminos para encontrar independencia. Cuando ese miedo está en el inconsciente o está muy arraigado, a nivel físico se manifiesta en una hiperlaxitud y debilidad en tendones y ligamentos por lo que son muy frecuentes las torceduras de tobillo sin nada que las justifique.

Miedo a la oscuridad:

- **STRAMONIUM** 200K / 1000K: tiene alucinaciones o visiones que le aterrorizan,

tiene miedo especialmente a la oscuridad y a estar sólo. Para los pánicos nocturnos en niños, niños que necesitan una luz a la hora de ir a dormir, necesitan tener siempre alguien al lado, no juegan solos, utilizan algún recurso para tener al adulto pendiente. Para personas que canalizan, ven "cosas", entidades que otros no pueden ver y les produce miedo.

Miedo anticipativo:

- **GELSEMIUM** 200K / 1000K: estado de preocupación por acontecimientos que están por llegar, es una mezcla de ansiedad, inseguridad y miedo que le lleva a estar atrapado en pensamientos de desastre, que va a pasar lo peor. Es un miedo sin razón, por algo que no sabemos si va a pasar. Remedio también muy útil después de un disgusto o una mala noticia. A nivel físico tendencia a temblores, ya que se debilita el sistema nervioso.

## DEPRESIÓN

- **NATRUM MURIATICUM** 200K / 1000K: depresión causada por penas, frustraciones, decepciones amorosas. Hay una profunda tristeza generalmente silenciosa, les molesta el consuelo y se aíslan. Son muy sensibles y vulnerables emocionalmente, por ello se encierran en su propio mundo, son introvertidos y se vuelcan en actividades solitarias.
- **SEPIA** 200 K / 1000 K: profunda tristeza, depresión, frustración, se siente desgraciada, cansada de la vida, enfadada con todo y con todos, aborrece a su familia, ha perdido la capacidad de sentir amor o demostrar el afecto incluso hacia sus seres queridos. Para esos momentos en que todo se ve negro. Durante mucho tiempo ha tapado su frustración y decepción, de forma inconsciente, buscado una ocupación permanente para no ver su drama. Mujer muy sobrecargada, no dispone de un solo minuto para ella, trabaja mucho por la familia y de pronto se da cuenta que no tiene nada de lo que quería, una familia perfecta, un matrimonio perfecto, una vida perfecta... ha renunciado a sí misma, se ha adaptado siempre a los demás y no ha recibido nada a cambio y acaba odiando a todo el mundo. Durante mucho tiempo se hace un montaje mental para demostrar con su imagen externa que todo marcha bien, pero llega un momento que ese montaje se desmorona y entra en depresión.
- **NATRUM SULPHURICUM** 200K / 1000K: tristeza con una profunda sensación de soledad, no se sienten queridos o creen que no merecen ser queridos. Personas que se sienten separadas de la familia, que no han experimentado el amor del padre y de la madre. Son muy reservados, sus emociones y sentimientos son para ellos algo muy íntimo, tienen la sensación de desnudez o que lo están desnudando al hablar de ellas y se siente desprotegidos, por eso lo hacen nunca o les es muy difícil hacerlo. Se sientes solos en asuntos de amor, incluso no lo experimentan porque piensan que no les está permitido el amor (personas encerradas en los monasterios y conventos). Mejoran comiendo y esto hace que a veces tengan trastornos de obesidad.

- **ANACARDIUM ORIENTALIS** 200K / 1000K: depresión asociada a indecisión y sentimiento de culpabilidad. Suelen ser personas que de niños han tenido una educación muy restrictiva, a los que siempre se les decía como debían comportarse, no se les permitía tener su propio criterio, y se les castigaba si no cumplían con lo establecido. Al no poder contener la represión come, lo cura todo comiendo aunque después se siente culpable.

## ANSIEDAD

- **IGNATIA AMARA** 200K / 1000K: Ansiedad con dificultad para respirar y sensación de nudo en la garganta, mejora cuando se distrae. Ansiedad en estado continuado, siempre está latente, la persona tiene la necesidad de suspirar frecuentemente.
  - IGNATIA 15 CH: tiene un efecto inmediato, para las situaciones agudas, cuando falta la respiración y entra en pánico, tomar 3 gránulos a los primeros síntomas y repetir las tomas cada 15-20 minutos hasta que los síntomas desaparezcan(es muy efectivo)
  - IGNATIA 200 K: Hacer una toma diaria antes de ir a dormir
- **ACONITUM NAPELLUS** 200K: tipo de ansiedad que se presenta brusca e intensamente, con sensación de peligro de muerte acompañada de palpitaciones.
- **CHAMOMILLA** 200K / 1000K: cuando la ansiedad se manifiesta de forma colérica y dramática, personas que dramatizan mucho y montan escenas, viven la situación desproporcionadamente y acostumbran a ser hipersensibles al dolor.
- **GELSEMIUM** 200 K/ 1000K: ansiedad asociada a la preocupación, miedo anticipativo, a disgustos, malas noticias.
- **ARSENICUM ALBUM** 200K / 1000K: ansiedad que se calma con el movimiento, por ello son personas hiperactivas, excesivamente ordenadas y metódicas, obsesionadas con el orden. No pueden parar aunque estén exhaustas ya que si paran se sienten peor. Siempre están insatisfechas y un estado interno depresivo. La ansiedad está asociada al miedo a quedarse solo y a la muerte. Especial miedo a los ladrones. En ocasiones se despiertan a las 3 de la madrugada con sensación de peligro de muerte.
- **ANACARDIUM ORIENTALE** 200K / 1000K: Siente como si tuviera una doble personalidad, que hay dos voces internas que le hablan y se oponen mutuamente, está en continua lucha entre el bien y el mal, con un profundo sentimiento de culpa. Esa lucha interna produce una gran indecisión, está en continua duda y no resuelve. Al no poder contener la tensión se refugia en la comida. Detrás de todo ello hay el rechazo o la negación de una parte de uno mismo que no se acepta porque hay la creencia de que es mala. Anacardium ayuda a integrar todo lo que somos sin juicio, a ser más comprensivos y compasivos con nosotros y con los demás

## PROCESOS DE DUELOS Y PÉRDIDAS

- 1º- **ÁRNICA MONTANA** 10.000 K
- 2º- **NATRUM MURIATICUM** 10.000 K
- 3º- **SULPHUR** 10.000 K (sólo en separaciones sentimentales de pareja)

Durante uno o dos meses se alternan los dos o tres remedios (según la situación) ininterrumpidamente en el orden indicado, pasado este tiempo hacer una toma semanal durante otro mes y los dos o tres meses siguientes continuar con tomas quincenales.

## DOLORES DE ESPALDA

### CERVICALES:

Problemas de cervicales asociados a un exceso de intelectualización:

- **ACTAEA RACEMOSA** 30CH / 200K: Contracturas y rigidez en los músculos del cuello, suele empeorar con la menstruación. Ayuda a desbloquear emociones.

Tortícolis:

- **LACHNANTHES**: Remedio maestro para las tortícolis con contractura de los músculos de la nuca que le obliga a inclinar la cabeza hacia el lado.
  - 7 CH / 9CH: tomar 3 gránulos 4 o 5 veces al día

### DORSALES:

Dolores de espalda asociados al exceso de cargas.

Las cargas pueden ser experiencias del pasado que causaron dolor y dejaron una herida. Si los dolores emocionales quedaron por sanar continuamos cargando con ellos y los colocamos en la espalda porque no deseo verlos o dejar que los demás los vean.

Hay otras cargas que son autoimpuestas por un sentimiento de obligación en algún aspecto de nuestra vida.

- **KALIUM MURIATICUM** 30 CH / 200K / 1000K: sienten la "obligación" de ser una buena madre y de cuidar de la familia o de otros como si fuera su propia madre, pueden sentirse la madre de todos. Este sentido de obligación de cuidar de todos les lleva a sobrecargarse con un exceso de tareas que en realidad no les corresponde. Si no cumplen con su "obligación" se sienten malas madres y también les duele la espalda.
- **KALIUM SULFURICUM** 30 CH / 200K / 1000K: El tema aquí es el deber de ser bueno con la pareja, de dar amor, esto se extiende a los padres, hijos, e incluso amigos, vecinos o conocidos. Lo hacen sin expectativas, simplemente sienten que deben hacerlo, esto les lleva a acompañar a todos en todas las adversidades, se sacrifican por ellos, si esta actitud se mantiene durante mucho tiempo pueden llegar a enfermarse.

- **KALLIUM BROMATUM** 30 CH / 200K / 1000K: El sentido aquí de la obligación se enfoca en el trabajo y en las tareas que cree de su responsabilidad, si no cumple con ellas se siente muy culpable, si lo hace no disfruta de ello ya que lo hace como una obligación y una manera de evitar sentirse culpable.
- **KALLIUM BICHROMICUM** 30 CH / 200K / 1000K: Para cuando se hacen grandes esfuerzos por mantener la apariencia, interiormente puede sentirse fatal pero lo importante es que no se note. Esta actitud se extiende a la familia, el trabajo y la vida en general, son "los perfectos burgueses", todo tienen que parecer bonito.

## LUMBARES:

Los problemas lumbares están asociados a la supervivencia y a todos los aspectos que la ponen en juego. Sentimos miedo de que nuestras necesidades básicas no sean cubiertas pudiendo ser materiales (dinero, trabajo) o emocionales (amor, compañía). En otros casos tiene que ver con problemas con el entorno, ya que lo percibimos como amenazante y experimentamos las relaciones en términos de dominado-dominante.

- **CALCAREA FLUORICA** 30 CH / 200K / 1000K: inseguridad material, trabajo, dinero. Tiene miedo a que algún día le falte, a no llegar a final de mes. Solo puede ver el lado negativo de las cosas provocándole ansiedad y depresión.
- **BRYONIA:** cuando la persona tiene miedo a la pobreza. También tiene conflicto de territorialidad. Para cuando se ve que no hay salida ni escapatoria posible a una situación, que no puede moverse. Bryonia es adecuado para las personas que ante esta situación se muestra malhumorados, irritables, discutidoras, desconfiadas... A nivel físico los predominantemente tendrá problemas digestivos con afección del hígado (nauseas, dolor de estómago, dolor en la zona del hígado, vientre hinchado y doloroso...)
- **NATRUM MURIATICUM:** cuando la sensación de carencia es afectiva. Los problemas aparecen por una sobrecarga y estrés emocional tras haber acumulado muchas decepciones, frustraciones y penas. También hay rabia pero la reprime. Siente una profunda tristeza pero la lleva en silencio incluso le es imposible llorar.
- **LYCOPODIUM:** persona con una gran inseguridad en sí misma y un sentimiento de incapacidad que intenta tapar consciente o inconscientemente mediante conductas y actitudes de superioridad y agresividad. Ponen toda su energía en tener poder, demostrar su valor, tienen que destacar como sea aunque eso requiera pisar a los demás, manipular o mentir. Son líderes, en apariencia muy seguros de sí mismos. Para ellos es muy importante la apariencia, tener una buena imagen, siempre muy bien vestidos, educados...pueden ser muy agradables pero también despóticos. Todo ello genera mucho estrés y gastan el riñón y el hígado. Cuando no pueden ocultar su la falta de confianza se expresa tal cual es, cobarde, indeciso, desconfiado, tímido, con una voluntad débil, llena de miedos, teme a las responsabilidades y las exagera, con una sensación de impotencia, y se siente desgraciado o desafortunado, o cansado de la vida. Gran remedio para la impotencia y el estrés porque se pone metas muy altas y no descansa.

- **NUX VOMICA:** personas extremadamente activa, trabajadora y exigente, reacciona agresiva y violentamente ante las contrariedades y las actitudes y opiniones que no concuerdan con las suyas...tiene dificultad para adaptarse a los cambios, por eso se aferra a sus rutinas e ideas por lo que es rígido e inflexible. Muy irritables, con gran hipersensibilidad a todos los factores externos, que le alteran, le molesta la gente, los ruidos, le afectan los cambio de estación, Es dictatorial, se enfada mucho, manda y ordena, marca el terreno y se lo apropia, anula al otro, pone presión constantemente, impaciente y si no se le obedece ruedan cabezas.  
Este estado de irritabilidad expresada o reprimida carga mucho hígado y vesícula biliar acarreando muchas molestias digestivas, acidez, malas digestiones, dolores de cabeza de origen digestivo y dolores que irradian a la columna lumbar.  
Nux vómica relaja, controla el nivel de estrés. Para cuando una situación nos supera, nos genera enfado e irritabilidad y no podemos resolverlo.
- **CAUSTICUM:** personas que tienen una marcada tendencia a experimentar el sufrimiento de los demás como si fuera propio y por ello en un intento de mitigar su sufrimiento se preocupa en exceso por los demás y pierde su energía. Se olvidan de sí mismos para atender a los demás, quieren arreglar el mundo y a los demás, todo a su alrededor ha de estar bien para que ellas mismas puedan sentirse bien. Cuando sus objetivos quedan frustrados se vuelven irritables, impacientes y controladoras.

#### REMEDIO DE FONDO:

- **ARNICA MONTANA** 1000 K: para no tener miedo a resolver el conflicto. Trabaja sobre el sistema circulatorio y permite que la energía fluya.

#### REMEDIOS DE PROTECCIÓN

Para cuando la energía de otra persona nos atrapa, anula y debilita.

- **LACHESIS** 200 o 1000 K: mujer muy seductora, manipuladora, envidiosa, muy competitiva, siempre se está comparando y ve a las demás mujeres como rivales. Cuando en la comparación se ven bien parados se sienten superiores y se muestran benevolentes, pero si se da el caso contrario es despreciativa. Habla constantemente dominando el entorno, no se la puede parar. Personal muy intuitivas y clarividentes.
- **HYOSCIAMUS:** personas muy desconfiadas, miedosas, muy celosas, con comportamiento agresivo y violento. También en caso de parasitaciones de entidades energéticas de baja vibración.
- **NUX VOMICA:** personas dictatoriales, que abusan de su autoridad y anulan completamente al otro y atemorizan con su irascibilidad.

## NIÑOS Y ADOLESCENTES:

Estrategia para dar una base sólida en cuanto a la relación consigo mismo y el entorno:

- **SULPHUR:** Pone orden, equilibrio, reorganiza. Trabaja la imagen y la aceptación de la propia imagen.
- **CALCAREA CARBONICA:** Estimula el crecimiento físico, mental y emocional. Tiene que ver con el crecimiento rítmico y la capacidad de adaptarse al ritmo externo. Trabaja el miedo al futuro y a la muerte.
- **LYCOPODIUM:** da seguridad y confianza en las capacidades propias.
- **PHOSPHORUS:** estructurador de la comunicación importante en la adolescencia cuando las relaciones y los amigos cobran gran importancia.

Empezar con potencias 30 CH alternando los tres primeros remedios en los niños, y los cuatro en la pre-adolescencia y adolescencia, al cabo de un tiempo 200 K y después 1000 K. Tomar 5 gránulos de cada uno en el orden indicado, en un principio semanalmente durante 3 o 4 meses, después una toma quincenal o mensual.

LLEGADA DE UN HERMANO:

- **NATRUM SULPHURICUM** 200 K: cuando se le ve triste, no se siente querido, o cree no merecer ser querido.
- **HYOSCIAMUS** 200 K: celos que se manifiestan con rabia y enfado, muy destructivos.

INICIO DE LA GUARDERÍA

- **DROSER** - tiene miedo al futuro, está en un lugar extraño y con extraños, no sabe qué pasará, no se siente seguro. Es una de las causas de la tos y mocos al empezar la guardería.

MOBBING:

- **DROSER**: para cuando se viven situaciones que provocan ansiedad porque ve a su alrededor muchos enemigos, se siente perseguido, atrapado. Para cuando hay opresiones violentas, si no se da salida a esta opresión tiene respuestas de enfado, furia, y pensamientos suicidas. Es una de las bases de la tos.

En ocasiones la situación no es real pero el niño o joven la perciben como tal, se siente como si constantemente le acechara algún peligro, se siente perseguido, observado. Tiene miedo a estar solo pero al mismo tiempo no está bien con los amigos, está desalentado y triste.

SEPARACIÓN DE LOS PADRES

- **MAGNESIA MURIÁTICA** 200 K: para que los niños sepan que no les va a faltar nada.
- **MAGNESIA CARBONICA** 200K: Para los niños en los divorcios y separaciones por la incertidumbre de quien les cuidará o si les va a faltar algo y quieren volver a juntar a los padres.

#### EPOCAS DE ESTUDIO:

- **PHOSPHORUS** 200 K: en las épocas de exámenes en las que hay que estudiar muchas horas y se requiere mucha energía mental. Ayuda en los procesos prolongados que requieren mucho trabajo intelectual.
- **KALIUM PHOSPHORICUM** 200 K: para el agotamiento producido después de largos periodos de trabajo intelectual que debilitan el sistema nervioso y lleva a un estado de depresión física y psíquica, irritabilidad y en algunos casos insomnio. Niños y jóvenes "excesivamente responsables".
- **PHOSPHORICUM ACIDUM** 200 K: gran debilidad a nivel físico, mental y emocional, después de un largo periodo de trabajo intelectual y tensión emocional contenida. Son jóvenes con una autoexigencia muy alta y una responsabilidad excesiva.

## 4

# BOTIQUÍN BÁSICO HOMEOPÁTICO

Aquí vamos a tratar como abordar las afecciones agudas con síntomas físicos.

En estos casos las potencias que vamos a tomar serán bajas, 9 CH, 15 CH, que son las que actúan directamente en el plano físico, en alguna situación la 30 CH que actúa en el plano físico -mental-emocional.

- **30 CH:** 5 gránulos una vez al día
- **9 CH / 15 CH:** 3 gránulos 3 o 4 veces al día, en algunas situaciones puntuales se harán tomas más frecuentes.

En todos los casos será útil conocer “qué” está ocurriendo en la vida de la persona o ha ocurrido recientemente, “qué” le genera estrés y “qué” le ha provocado ese estrés, miedo, preocupación, ansiedad, tristeza, enfado...Pero será especialmente necesario cuando la persona no mejora con los remedios y potencias que utilizamos en los casos agudos, o que reinciden frecuentemente, ya que eso nos indica que hay algo de fondo que lo está activando o manteniendo.

## FIEBRE

En los procesos febriles tomar 3 gránulos del remedio adecuado en de forma muy frecuente, cada 20/30 minutos. En el caso de niños muy pequeños, disolver 3 gránulos en un poco de agua e ir dándole una cucharadita muy a menudo.

- **ACONITUM** 9 CH: fiebre alta repentina, con escalofríos, pulso violento, sin sudoración.
- **BELLADONA** 15 CH: cuando aparece la sudoración. La fiebre ya es un poco más baja, acostumbra a haber cefalea, hay excitación o alucinaciones durante el sueño.
- **FERRUM PHOSPHORICUM** 9 CH: fiebre baja de instalación progresiva. A veces la dilución no es suficiente.
- **GELSEMIUM** 30 CH: para la fiebre después de un disgusto, con postración, abatimiento, ausencia de sed.

## RINITIS AGUDAS

Periodo de inicio:

- **NUX VOMICA** 30 CH

Para los síntomas propios de la rinitis:

- **ALLIUM CEPA COMPOSE:** para las afecciones de vías altas con mucosidad nasal, congestión nasal y/o picor nasal, estornudos y complicaciones laríngeas.

## OTITIS AGUDAS

- **ACÓNITUM** 9 CH: después de un golpe de frío seco

- **DULCAMARA** 9 CH: tras exposición a frío húmedo
- **FERRUM PHOSPHÓRICUM** 9 CH: cuando hay fiebre baja

Para prevenir las complicaciones de una otitis aguda

- **CAPSICUM** 9 CH – previene las mastoiditis dolorosas. Remedio maestro para otitis, para patologías inflamatorias del oído.

Si además hay catarro con mucosidad:

- **PULSATILLA** 15 CH

## ANGINAS

Si hay inflamación o fiebre:

- **ACONITUM** 9 CH y **BELLADONA** 15 CH: durante la fiebre
- **BELLADONA**: anginas rojas, inflamadas, con irritación, ardor y que duelen al tragar. Para las anginas con o sin fiebre.
- **PHYTOLACCA DE CANDRAE**: remedio maestro para las anginas, gran remedio para la hipertrofia amigdalar.
- **MERCURIUS SOLUBILIS**. Anginas con pus

## GRIPES

Preventivos durante el período de epidemia:

- **INFLUENZINUM** 30 CH: 5 gránulos cada 15 días alternándolo con
- **ANAS BARBARIE** 200K (de Iberhome): 5 gránulos cada 15 días

A los primeros síntomas:

- **EUPATORIUM PERFOLIATUM** 15 CH: dolores articulares, musculares, náuseas...

Para evitar afecciones pulmonares:

- **PHOSPHORUS** 30 CH

Durante la convalecencia:

- **INFLUENZINUM** 30 CH: 5 gránulos diarios

## TOS

Tos rino-faríngeas

- **KALIUM MURIATICUM** 200 K: mucosidad detrás de la garganta que obligan a carraspear continuamente en personas se exceden en el cuidado de otros.

- **KALIUM BICHRONICUM** 200 K: sensación de cuerpo extraño en la garganta que provoca la necesidad constante de carraspear, en personas o momentos en que queremos ocultar algo
- **DROSER** 200 K: tos seca, quintosa (como metralleta). En situaciones en que uno se siente atrapado, rodeado de enemigos

Tos por afecciones pulmonares:

- **PHOSPHORUS** 30 CH: tos seca con sensación de quemazón torácica que agrava por aire frío

Tos de tipo nervioso:

- **IGNATIA AMARA** 200 k: Aparece por una contrariedad, afección emocional, cualquier problema, contradicción...

Tos verminosa (producida por parásitos)

- **CINA**: cuando hay parásitos intestinales (muy frecuente en niños), asociada a bruxismo

## **BRONQUITIS AGUDAS**

Cuando hay fiebre tener en cuenta los remedios para la fiebre

- **IPECA** 9 CH: con tos violenta, náuseas y vómitos mucosos
- **PHOSPHORUS** 9 CH: estados agudos con agotamiento
- **CAUSTICUM** 9 CH / 30 CH } casos más crónicos, personas mayores
- **MERCURIUS** 9 CH / 30 CH } cuadros complicados con otras patologías
- **HEPAR-SULFUR**: expectoración difícil de evacuar o expectoración violenta con sangre.

En caso de agravación de la bronquitis:

- **KREOSOTUM** 9 CH: expectoración sangrante debido a que la secreción mucosa es corrosiva
- **ANTIMONIUM TARTARICUM** 9 CH: situación que se complica por la acumulación de mucosidad que no se elimina debido a que hay debilidad a nivel respiratorio.

Convalecencia:

- **KALIUM MURIATICUM** 30 CH: Cuando empieza a mejorar y hasta la recuperación total

Preventivo:

como preventivo de los problemas bronquíticos de curso invernal, tomar durante el otoño una dosis semanal de cada uno de los siguientes remedios :

- **ANTIMONIUM CRUDUM** 9 CH
- **SULPHUR** 9 CH
- **AURUM** 9 CH

Sería conveniente, después de superada la bronquitis o durante el proceso, dar a la persona los remedios de fondo necesarios. La elección de los remedios de fondo se hará teniendo en cuenta cada caso particular.

## ALERGIAS

La alergia está más asociada al hígado, por lo que hay muchas alergias están relacionadas con la primavera, época del año en la que el hígado es el que gobierna el organismo.

Remedios según los síntomas:

- **ALLIUM CEPA:** Moco nasal irritante y Lagrimeo ocular no irritante. Agrava por el calor y mejora por el aire fresco
- **EUPHRASIA:** Moco nasal no irritativo y Lagrimeo ocular irritativo.
- **NAPHTALINUM:** si los dos son irritantes, tanto el moco nasal como el lagrimeo
- **SABADILLA:** estornudos en salva (muchos estornudos seguidos) . Picor en el velo del paladar. Hipersensible a los olores. Agrava por humedad y en el aire libre. Mejora con el calor.
- **GALPHINIA GLAUCA:** combina alergia respiratoria con alergia cutánea

Alergia al polen:

Tomar el remedio adecuado según los síntomas

Tratamiento preventivo:

- **POLLENS 30 CH** desde enero a marzo-abril una o dos veces por semana

Alergia a los ácaros:

- **DERMATOPHAGOIDES FARINAE 9 CH**

Alergia al pelo de perro:

- **CANIPEEL 9 CH**

Alergia al pelo de gato:

- **FELIPEEL 9 CH**

Alergia a hongos:

- **CANDIDA ALBICANS 9 CH**

Alergia por reacción medicamentosa. Hacer una dilución del medicamento alternar los remedios siguientes:

- **THUYA 9 CH**
- **NUX VÓMICA 9 CH**

Alergias cutáneas:

- **HISTAMINUM:** Es el de rutina, si no funciona habría que mirar los síntomas específicos de cada caso.

## ASMA

Es imprescindible hacer un análisis de las causas que pueden estar provocando el asma y encontrar el remedio que actúe a nivel profundo.

- **PULMON HISTAMINA** 9 CH (tomas muy frecuentes)
- **CUPRUM** 9CH: remedio de urgencia, para el espasmo bronquial. Tos espasmódica, seca sin expectoración que mejora bebiendo algo frío. (tomas muy frecuentes)

## CONTUSIONES Y TRAUMATISMOS

Remedio base:

- **ÁRNICA** 9 CH: actúa sobre el dolor físico. Actúa sobre el sistema circulatorio a nivel de la micro circulación.

Según síntomas:

- **ÁRNICA + HAMAMELIS:** cuando hay hemorragia y queda el hematoma. Para personas que hacen hematomas al menor golpe.
- **ARNICA + LEDUM PALUSTRE:** cuando hay hematomas muy difíciles de eliminar
- **ARNICA + SYMPHYTUM:** cuando hay fracturas, para la reestructuración de hueso, acorta el tiempo de restablecimiento
- **ARNICA + RUTA + RHUS TOXICODENDRON:** cuando afecta a las articulaciones, periostios (membrana que recubre el hueso), ligamentos, tendones y cartílagos
- **ARNICA + RHUS TOXICODENDRON:** Cuando el dolor mejora con el movimiento continuado (lesión de ligamento)
- **ARNICA + RUTA:** cuando la zona está muy dolorosa al tacto y no mejora con movimiento (lesión de tendón)
- **ARNICA + BRYONIA ALBA:** cuando el dolor mejora o desaparece con reposo y empeora al menor movimiento.
- **ARNICA + CHAMOMILLA:** cuando hay dolor desproporcionado a la lesión
- **ARNICA + HYPERICUM:** cuando hay afectación de un nervio, hay dolor en el trayecto del nervio afectado
- **ÁRNICA + HYDRASTIS CANADENSIS:** cuando hay necrosis (destrucción) de tejido

En todos los casos se harán tomas frecuentes de los remedios adecuados a la situación a la potencia 9 CH

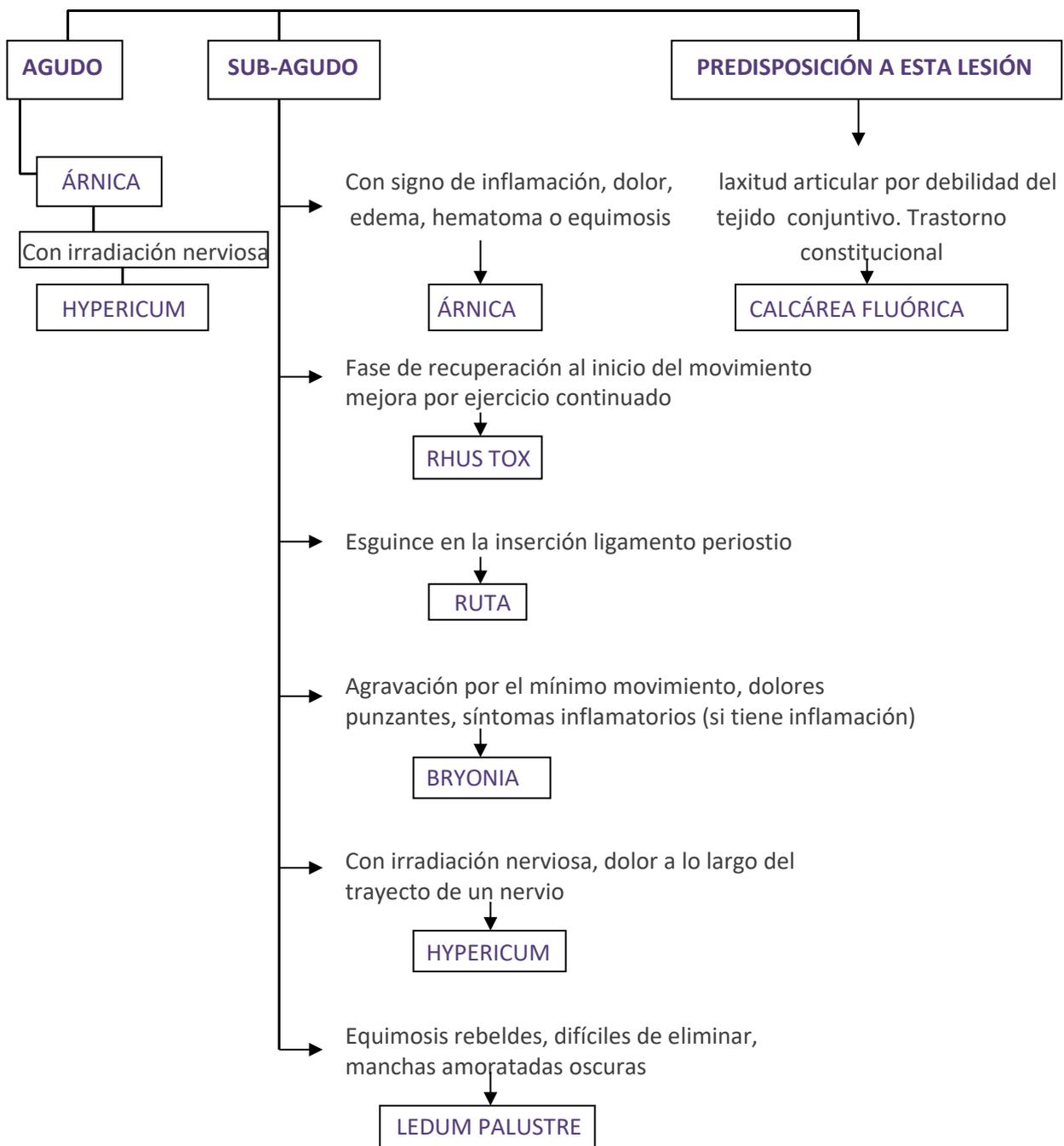
## PRÁCTICA DE DEPORTES:

Como preventivo en el caso de practicar deportes, en los que se produce mucho desgaste y se fuerzan las articulaciones, para evitar el agotamiento y las lesiones tomar antes y después de practicarlo:

- **ARNICA 9 CH + RUTA 9 CH + RHUS TOXICODENDRON 9 CH**

Tener en cuenta en el caso de traumatismos y accidentes el estado emocional de la persona.

## ESGUINCES



## CONTRACTURA MUSCULAR

Remedio de base:

- **CUPRUM METALICUM** 9 CH

Por esfuerzo físico:

- **CUPRUM METÁLICUM** 9 CH + **ARNICA** 9 CH cuando el dolor mejora con movimiento continuado
- **CUPRUM METÁLICUM** 9 CH + **RHUS TOXICODENDRON** : cuando el dolor mejora con movimiento continuado

De origen nervioso:

- En estos casos tiene que identificarse el estado emocional de la persona y la situación que le ha generado estrés para poder darle el remedio adecuado.

## PIEL

### HERPES LABIALES

- **RHUS TOX** 9 CH: tomar 3 o 4 tomas a los primeros síntomas
- **MEZEREUM** 9 CH: cuando no se resuelve con Rhus tox

### QUEMADURAS CUTÁNEAS

- **BELLADONA** 9 CH: quemaduras de 1er grado en las que hay enrojecimiento de la piel. En caso de insolaciones
- **CANTHARIS** 9 CH: quemaduras de 2º grado que producen ampolla. Aplicar directamente pomada homeopáticas de cantharis
- **ARNICA**: vasculariza y quita el dolor y el miedo

Siempre que haya una quemadura de 2º y 3er grado

- **PYROGENIUM**: evita infecciones , para evitar necrosis de tejido
- **BELLADONA** : es una garantía para evitar infecciones

### AFTAS BUCALES

- **MERCURIUS SOLUBILIS** 9 CH

### ACNÉ

- **KALIUM BROMATUM** 15 CH: acné infantil y adolescente. Asociado a un sentimiento de culpabilidad si no cumple con su responsabilidad, sería conveniente darlo a la 200 K para trabajar los aspectos mentales-emocionales.

# RIÑÓN

La emoción asociada a riñón es el miedo, lo debilita y destroza las glándulas suprarrenales, con lo cual baja el sistema inmunitario. El riñón es la estabilidad de nuestra energía base y transfiere energía al hígado y vesícula biliar.

Remedio maestro a nivel de riñón para evitar cálculos renales

- **CALCAREA CARBONICA**

Preventivos:

Tomar una vez por semana los remedios siguientes, durante 3 meses a la 30 CH y los 3 meses siguientes a la 200 K

- **SULPHUR 30 CH / 200 K**
- **CALCAREA CARBÓNICA 30 CH / 200 K**
- **LYCOPODIUM 30 CH / 200 K**

## CÓLICOS NEFRÍTICOS:

- **CALCAREA CARBONICA 9 CH / 15 CH:** Ayuda a deshacer los cálculos

drenadores: tomar en potencias muy bajas:

- **BERBERIS VULGARIS 6 D** - dolor irradiado de la cadera a la espalda, ardor urinario y empeora por movimiento
- **PAREIRA BRAVA 6 D**- dolor irradiado a testículos y miembros inferiores (piernas)

## LITIASIS VESICALES (piedras en la vejiga urinaria):

Se forman generalmente porque la orina queda retenida en la vejiga, acostumbran a estar formados por calcio o ácido úrico

- **CALCAREA CARBONICA 9 CH / 15 CH:** Ayuda a deshacer los cálculos

Drenaje:

- **SOLIDAGO VIRGA AUREA 6 D:** Remedio que hace orinar abundantemente igual que BERBERIS. Empeora por presión, y por movimiento. Gran drenador tanto hepático como renal.

## INFECCIONES DE ORINA

En todos los casos es recomendable hacer limpiezas externas frecuentes de la zona urinaria con agua y tintura madre de Caléndula (10 gotas disueltas en un vaso de agua mineral) en cuanto aparecen los primeros síntomas.

- **CANTHARIS 9 CH:** fuertes dolores punzantes y sensación de quemazón antes, durante y después de orinar. Hay necesidad de orinar aunque la vejiga esté vacía

- **MERCURIUS CORROSIVUS** 9 CH: dolor es más violento que en el caso anterior, hay escozor, irritación y quemazón. Es extremadamente doloroso al orinar y aumenta a medida que se vacía la vejiga. La orina es escasa, oscura y en ocasiones teñida de sangre.

En caso de infecciones de repetición, o cuando no remite, habrá que buscar el remedio de fondo para tratar los aspectos que la activan o mantienen.

## SISTEMA DIGESTIVO

- **NUX VOMICA** 9 CH: molestias después de comer, sensación de pesadez, malas digestiones, ardor, eructos y regurgitaciones. Molestias producidas por la ingesta de alcohol o comidas pesadas. Dolores de cabeza digestivos, resaca.

## INTOXICACIONES ALIMENTARIAS

- **PYROGENIUM** 9 CH: cuando se sospecha intoxicación por comida en mal estado
- **NUX VÓMICA** 9 CH: para prevenir intoxicaciones de alcohol, comida. Tomar 3 gránulos muy a menudo antes, durante y después de las comilonas, las copas... Si ya te ha sentado mal la comida tomar de 3 gránulos cada 15 min durante las primeras 2h. hasta que los síntomas remitan

## DIARREAS

Combinar los remedios siguientes:

- **NUX VOMICA** 9 CH: 1 vez al día
- **ANTIMONIUM CRUDUM** 9 CH y **ARSENICUM ALBUM** 9 CH – alternarlos cada hora o cada 2 horas dependiendo del estado.
- **CHINA** 9 CH: en el caso de diarrea abundante que produce agotamiento y hay peligro de deshidratación alternar con los anteriores remedios.

## DOLOR ABDOMINAL

- **NATRUM SULPHURICUM:** flatulencia abdominal con cólicos y diarrea, dolor en el lado derecho que se agrava acostado sobre el lado izquierdo
- **MAGNESIA PHOSPHORICA:** dolor abdominal espasmódico (aparece y desaparece muy bruscamente) muy intenso, mejora con calor y la fuerte presión en la zona del dolor.
- **COLOCYNTIS:** dolor abdominal violento que se irradia en oleadas, mejora estando curvado hacia delante e inmóvil. Aparece después de una fuerte contrariedad reprimida.
- **CHAMOMILLA:** dolor abdominal intolerante que aparece después de un impacto emocional o un gran enfado, la persona está agitada, impaciente y sumamente irritable. Cólico del lactante
- **CHELIDONIUM:** dolor punzante que irradia hacia la espalda, ángulo inferior del omoplato derecho, puede tener presión en el hombro derecho, puede haber

dolor sobre el ojo derecho ya que ahí empieza el meridiano hígado-vesícula biliar

- **BRYONIA:** si necesita inmovilidad

## CÓLICOS BILIARES:

Tener en cuenta los remedios anteriormente citados para anteriormente y tomar el más adecuado en cada caso

Drenadores hepáticos:

- **CHELIDONIUM** 6 D: actúa sobre la base pulmonar derecha. Dolor punzante que irradia hacia la espalda, ángulo inferior del omoplato derecho, puede tener presión en el hombro derecho, con sensación de tener una cuerda atada y neuralgia supra-orbitaria derecha, porque el meridiano hígado-vesícula biliar empieza aquí
- **CARDUS MARIANUS** 6 D: lateralidad izquierda, gran drenador de la circulación portal (retorno venoso), puede corregir la tendencia a formar cálculos biliares.
- **RICINUS** 6 D: asociado a náuseas, diarreas y vértigos

si hay cálculos biliares:

- **CALCULI BILIARI** 6 D
- **CHOLESTERINUM** 6 D