



Universidad de Ciencias Médicas
Facultad de Ciencias Médicas Calixto García
Habana- Cuba.
Evento Científico AMBIMED 2025



Título: Bases Científicas de las modalidades terapéuticas de la Medicina Natural Tradicional aprobadas en Cuba. Integración en las diferentes enfermedades.

Integrantes:

Blanca Rosa García Chávez

*1er Año TSCC Enfermería. Facultad Lidia Doce

Daniel Alejandro García Montalvo

*4to Año Medicina. FCM Julio Trigo López

La Habana, julio 2025

Resumen:

Introducción: El origen de la Medicina Natural y Tradicional (MNT) está íntimamente unido al de la humanidad y a la historia del hombre en su lucha por la supervivencia. A lo largo de la historia, el hombre se ha planteado la problemática del equilibrio entre la salud y la enfermedad. **Objetivo:** Analizar las bases científicas de las modalidades terapéuticas aprobadas en Cuba y su integración en el tratamiento de diferentes enfermedades, con énfasis en la Medicina Natural y Tradicional. **Método:** Se realizó un estudio cualitativo descriptivo mediante la técnica de revisión bibliográfica, a través del análisis, desde una visión integradora, de 20 artículos con calidad científica, referentes a las modalidades de la Medicina Natural y Tradicional como tratamiento alternativo de múltiples enfermedades. **Desarrollo:** La aplicación de la MNT en Cuba comienza en los años 90 del pasado siglo XX fundamentalmente por la escasez de medicamentos convencionales por la severa crisis causada por la caída del campo socialista y el férreo bloqueo económico de los Estados Unidos de Norteamérica, que se intensifica en esos años. **Conclusiones:** La Medicina Natural y Tradicional posee muchas potencialidades en Cuba y puede exponer múltiples usos desde el punto de vista curativo, preventivo y rehabilitador. Las modalidades terapéuticas constituyen un arsenal terapéutico para tratar numerosas afecciones y prevenir otras, aplicado muchas veces a nivel de los consultorios médicos de familia y otras en los centros de rehabilitación, policlínicos y hospitales de todo el territorio nacional.

Palabras claves: Medicina natural y tradicional, modalidades terapéuticas.

Abstract

Introduction: The origin of Natural and Traditional Medicine (NTM) is closely linked to that of humanity and the history of man in his fight for survival. Throughout history, man has considered the problem of balance between health and illness. **Objective:** Analyze the scientific bases of the therapeutic modalities approved in Cuba and their integration in the treatment of different diseases, with

emphasis on Natural and Traditional Medicine. Method: A qualitative descriptive study was carried out using the bibliographic review technique, through the analysis, from an integrative vision, of 20 articles with scientific quality, referring to the modalities of Natural and Traditional Medicine as an alternative treatment for multiple diseases. **Development:** The application of MNT in Cuba began in the 90s of the last 20th century, mainly due to the shortage of conventional medications due to the severe crisis caused by the fall of the socialist camp and the ironclad economic blockade of the United States of America, which was intensifies in those years. **Conclusions:** Natural and Traditional Medicine has many potentialities in Cuba and can have multiple uses from a curative, preventive and rehabilitative point of view. Therapeutic modalities constitute a therapeutic arsenal to treat numerous conditions and prevent others, often applied at the level of family doctors' offices and others in rehabilitation centers, polyclinics and hospitals throughout the national territory.

Keywords: Natural and traditional medicine, therapeutic modalities.

Introducción:

El origen de la Medicina Natural y Tradicional (MNT) está íntimamente unido al de la humanidad y a la historia del hombre en su lucha por la supervivencia. A lo largo de la historia, el hombre se ha planteado la problemática del equilibrio entre la salud y la enfermedad. (1)

La MNT es considerada como la especialidad que incluye un conjunto de métodos y técnicas terapéuticas que consisten en restablecer el equilibrio en el individuo y entre él y el universo. Es conocida internacionalmente como alternativa, energética y naturalista, o complementaria, forma parte del acervo de la cultura universal, es decir, de conceptos y prácticas que se han heredado de generación en generación.

La Organización Mundial de la Salud (O.M.S.) define el concepto de Medicina Tradicional/Medicina Complementaria y Alternativa (MT/MCA) como prácticas, enfoques, conocimientos y creencias sanitarias diversas que incorporan medicinas basadas en plantas, animales y/o minerales, terapias espirituales, técnicas manuales y ejercicios aplicados de forma individual o en combinación para mantener el bienestar, además de tratar, diagnosticar y prevenir las enfermedades. (10)

Es importante señalar que la MNT se concibió como patrimonio único del hemisferio oriental; sin embargo, con el decurso del tiempo se ha extendido por el mundo y ya se le puede encontrar con cierta trascendencia en muchos países. En la Conferencia Internacional sobre Medicina Tradicional, la directora general de la OMS, Dra. Margaret Chan, declaró que "las medicinas tradicionales de calidad, seguridad y eficacia comprobada contribuyen a asegurar el acceso de todas las personas a la atención de salud". Para muchos millones de personas, los preparados a base de hierbas, los tratamientos tradicionales y los prácticos de las medicinas tradicionales representan la principal fuente de atención sanitaria, y a veces la única. Esta forma de atención está próxima a los hogares, es accesible y asequible. Además, es culturalmente aceptada y en ella confían muchísimas

personas. Independientemente de los motivos por los que se recurre a la Medicina Natural y Tradicional, es indudable que el interés por ellas ha aumentado y seguramente seguirá incrementándose en todo el mundo. (1)

El desarrollo de la Medicina Natural y Tradicional (MNT) es una voluntad política del gobierno cubano que cuenta con más de tres décadas. Constituye un pilar fundamental para el ejercicio de la práctica clínica, en ella se utilizan procedimientos curativos milenarios que han soportado el paso de varias generaciones y mantienen su vigencia para el bien de todos los que la consideran un recurso más dentro del quehacer médico. El uso adecuado de estos métodos y/o técnicas terapéuticas amplía de manera significativa las posibilidades de los médicos y enfermeras en el trato diario de los pacientes. A la vez, ayuda a disminuir el uso de drogas sintéticas que además de ser mucho más caras, tienen frecuentemente gran número de efectos colaterales y reacciones adversas. El conocimiento de las diferentes modalidades de la medicina natural y tradicional (MNT) como la apiterapia, digitopuntura, acupuntura, fitoterapia, ozonoterapia, permite al profesional de la salud ampliar el horizonte científico de una forma integradora e influir positivamente en la población incentivando el uso racional de los mismos, ofrece herramientas en la promoción, prevención, curación y rehabilitación de muchas enfermedades, tanto agudas como crónicas, con mínimos efectos secundarios. (4)

La medicina natural y tradicional es y ha sido considerada por muchos como una ciencia inexacta que no tiene una verdadera aplicación a la hora de tratar pacientes, por ello en este trabajo explicaremos las bases científicas que sustentan el uso de las modalidades terapéuticas de la medicina natural y tradicional en el tratamiento de diversas enfermedades.

Objetivo General:

Demostrar las bases científicas de la Medicina Natural y Tradicional y su integración en el tratamiento de diferentes enfermedades.

Diseño Metodológico:

Se realizó un estudio de tipo observacional, descriptivo, de técnica cualitativa, mediante los métodos de análisis documental, análisis y síntesis y método histórico lógico. A través de una revisión bibliográfica, en la cual se realizó la revisión de 33 artículos con calidad científica y la selección de 20 de ellos a partir de una visión integradora, referentes a las modalidades de la Medicina Natural y Tradicional como tratamiento alternativo de múltiples enfermedades. Publicados a través de la plataforma PubMed, base de datos de MEDLINE y Google Scholar.

Desarrollo:

La aplicación de la MNT en Cuba comienza en los años 90 del pasado siglo XX fundamentalmente por la escasez de medicamentos convencionales por la severa crisis causada por la caída del campo socialista y el férreo bloqueo económico de los Estados Unidos de Norteamérica, que se intensifica en esos años. En 1995 se establece y aplica la Directiva 26 del ministro de las Fuerzas Armadas Revolucionarias que regula la generalización de su empleo en el país. (5)

Teniendo en cuenta la extensión del uso de la Medicina Tradicional y Natural, y los resultados obtenidos, se dicta en 1996, la Resolución Ministerial No. 9, que pone en vigor el Programa Nacional para el Desarrollo y Generalización de la Medicina Tradicional y Natural, con la participación prioritaria de los Ministerios de Salud Pública, de la Agricultura, de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente y de las Fuerzas Armadas Revolucionarias. Este Programa permitió la organización y perfeccionamiento del empleo de la Medicina Tradicional y Natural en la Red asistencial, sentando las pautas para la capacitación, aseguramiento e investigación en la especialidad en el país. El 7 de enero del 2002, el Comité Ejecutivo del Consejo de Ministros, mediante el Acuerdo No. 4282, estableció las disposiciones para la consolidación en el país de la estrategia y el desarrollo de la Medicina Tradicional y Natural. (7)

Las modalidades de medicina natural y tradicional se encuentran definidas en la Resolución Ministerial No. 261 del 24 de agosto del 2009. El plan de desarrollo de la MNT fue recientemente refrendado con el número 158 de los Lineamientos de la Política Económica y Social del Partido y la Revolución, aprobados durante el VI Congreso del Partido Comunista de Cuba. Y en el 2011 se actualizó el Programa Nacional vigente, sobre la base de las experiencias adquiridas desde su implementación, con el objetivo de conducir metodológicamente el Programa para el desarrollo y generalización de la medicina natural y tradicional en Cuba; la prescripción de productos naturales, las buenas prácticas clínicas y quirúrgicas de las modalidades y técnicas de Medicina Natural y Tradicional en los servicios de salud. Influir en la calidad de vida de la población cubana a través de educación

promoción y prevención; mediante el empleo de estilos de vida saludables y naturales. Fortalecer la defensa con el empleo de la Medicina Natural y Tradicional ante situaciones de desastres naturales y bélicos. (7)

En Cuba son aprobadas las modalidades de tratamiento de la MNT por la Resolución 381 en el año 2015.

En Cuba se emplean las modalidades de la MNT que tienen validación científica y tradicional, entre las cuales se incluyen la homeopatía, fitoterapia, digitopuntura, acupuntura, ozonoterapia, apiterapia, moxibustión, entre otras.

Acupuntura:

La acupuntura es parte de la Medicina Tradicional China y de los países del extremo oriente, y se extendió desde hace más de un siglo a todo el mundo occidental. Es la medicina más antigua de todos los tiempos. Nació y se desarrolló en China hace más de 3000 años, en el Valle del Huang-Ho o Río Amarillo. El hombre primitivo, en su primer dolor, llevó la mano instintivamente a la zona dolorida y trató de calmarlo masajeándola, presionándola, constituyendo esta la primera maniobra de digitopresura, luego utilizó espinas de bambú o de pescado hasta el descubrimiento de los metales, empleando agujas de oro y plata dando paso a la acupuntura. Otros países asiáticos en donde se desarrolló la acupuntura fueron Corea y Vietnam. En Occidente, los jesuitas misioneros de la corte de Luis XIV de Francia visitaron China y acuñaron el nombre acupuntura (acus: aguja y puntura: punción). En 1809, Berlioz coloca la primera aguja, se extiende la práctica por toda Europa y actualmente se practica en Alemania, Austria, Rumania, Checoslovaquia, Suecia, Bélgica, Inglaterra, Italia y Rusia. (3)

La acupuntura se emplea por la Medicina Tradicional China para el diagnóstico y tratamiento de las enfermedades por medio de la estimulación de determinados puntos del cuerpo con diferentes tipos de agujas. Según la Medicina Tradicional China, todas las afecciones y dolores se deben a la disfunción de los meridianos por donde circula la energía vital y las agujas en la acupuntura actúan sobre el meridiano en el que se aplican y propician su buen funcionamiento, por lo que

resultan útiles en el tratamiento de varias enfermedades. Dentro de sus efectos beneficiosos, se describe la neutralización de la fiebre, regula la temperatura del organismo, sirve para tratar el estreñimiento, las diarreas, la pérdida de la conciencia, el insomnio, actúa en la remisión del dolor, influye en las funciones respiratorias, cardíacas y renales, estimula la acción de las glándulas endocrinas y del sistema inmunológico. (3)

Aunque se han comprobado todos estos efectos beneficiosos con el uso de esta terapia, es importante destacar que la misma debe ser aplicada por personal calificado y con experiencia, ya que en manos inexpertas puede actuar negativamente, debilitar el cuerpo y provocar enfermedades en vez de curar. En Cuba se promueve el uso de esta técnica con la creación de salas de rehabilitación en todo el país, donde se brinda atención especializada por personal capacitado, además, como plantean Acosta y otros, en las carreras de medicina, enfermería y estomatología se capacita tempranamente a los futuros profesionales de la salud en el uso de la MNT, lo cual está contemplado en sus planes de estudio. (8)

Fitoterapia:

En la fitoterapia, el uso de las plantas medicinales varía en dependencia de la parte de la planta que se utiliza en la preparación del producto, las cuales pueden ser: la planta en su totalidad, los tallos, las hojas, las flores, las semillas o las raíces. También varía su uso en dependencia de la forma de indicación, como: material vegetal fresco o seco, preparaciones galénicas indicadas por el médico y confeccionadas por el propio paciente, especialidades fitoterapéuticas elaboradas por centros especializados y distribuidas a las farmacias por lotes para su venta y la extracción química de principios activos para uso de la ingeniería genética u otros procedimientos como es el ejemplo del PPG compuesto por principios activos (alcoholes) extraídos de la corteza de la caña de azúcar, estos últimos con gran demanda a nivel mundial. Es de gran importancia que la población conozca no

solo que los productos naturales provenientes de las plantas son elaborados y comercializados de forma industrial, sino que muchos pueden ser confeccionados por el propio paciente a partir de la indicación médica, lo que hace muy fácil y económica su obtención. El uso de la fitoterapia se amplía últimamente a partir de diferentes descubrimientos, por ejemplo, el hecho de que las hormonas de origen vegetal o fitoestrógenos imitan la acción de las hormonas sexuales humanas (estrógeno y progesterona) y ofrecen tan buenos resultados como los que se obtienen con los fármacos, pero sin sus efectos secundarios. Se demostró también el papel positivo de algunas plantas en el control de la concentración de colesterol en sangre, dentro de las que se destacan: ajo, aguacate, cebolla, ajonjolí, girasol y soya; y en el tratamiento de algunos cánceres; en este último aspecto se destaca la soya que se caracteriza por ser rica en isoflavonas. Existen plantas ampliamente usadas por sus efectos beneficiosos en diferentes sistemas, como: Ajo Actúa como expectorante y antiasmático en el sistema respiratorio, antiamebiano y antihelmíntico en el sistema digestivo, como antihemorroidal, antihipertensivo y protector de pequeños vasos en el sistema circulatorio, diurético en el sistema urinario, hipocolesterolemiante en el sistema endocrino, antifúngico y antiinflamatorio en la piel y preventivo de cáncer de pulmón, próstata y colon en el sistema inmunológico. Cebolla Actúa como protector de pequeños vasos en el sistema cardiovascular, diurético en el sistema urinario, hipocolesterolemiante en el sistema endocrino. Salvia Actúa como expectorante y antiasmático en el sistema respiratorio, antiséptico en el sistema digestivo y en el sistema urinario, antifúngico y antiinflamatorio en la piel. Cítricos Actúan como antiespasmódicos, coleréticos y eupépticos en el sistema digestivo, protector de pequeños vasos en el sistema circulatorio, diuréticos en el sistema urinario, antifúngicos y antisépticos en la piel, analgésicos y antiinflamatorios en el sistema osteomioarticular, preventivo de cáncer de colon en el sistema inmunológico. (6)

Los preparados a partir de estas plantas son frecuentemente usados por la población, por su fácil acceso y por el conocimiento previo de sus funciones transmitido de generación en generación. Aunque es pertinente decir que su uso no debe ser indiscriminado, a pesar de que sus efectos adversos son mucho

menores que los medicamentos sintéticos, estos también pueden producirlos; como se demuestra en estudios realizados por Ruiz y otros y en la Guía para la prescripción de productos naturales, la cual es una herramienta de trabajo para el médico de la Atención Primaria de Salud, en ella se describen la composición, indicaciones, posología, efectos adversos y contraindicaciones de los productos contemplados en el Cuadro Básico de Productos Naturales en Cuba. Por ejemplo, los preparados a base de ajo pueden provocar, cuando es usado tópicamente, irritación local, rash, dermatitis, reacción alérgica y por vía oral: vómitos, epigastria, dolor abdominal, y se contraindican en el hipertiroidismo y la úlcera gastroduodenal. Los compuestos cítricos pueden provocar dermatitis, fotosensibilidad, dolor abdominal, vómitos, diarreas y náuseas, y está contraindicado en las personas alérgicas a la planta. Existen también fitofármacos compuestos por varias plantas con funciones similares, como, por ejemplo: el Imefasma, utilizado para el tratamiento del asma, tiene entre sus componentes plátano, majagua y sábila; el jarabe antiasmático, otro fármaco usado también en esta enfermedad, está compuesto por caña santa, sábila y orégano francés. Estos compuestos fitofármacos están disponibles en todas las farmacias del país, en forma liberada, y tienen gran aceptación por la población. (18)

Apiterapia:

La apiterapia también es una de las modalidades de la MNT ampliamente usada en el mundo y que en los últimos tiempos ha tenido un gran auge. El uso de la miel y otros derivados apícolas como apitoxinas, polen, propóleo y jalea real, solos o asociados, demuestran gran eficacia para tratar diferentes enfermedades. La miel es un producto fabricado por las abejas a partir del néctar de las flores y se utiliza en diferentes culturas desde hace miles de años. Existen referencias sobre su uso que datan del año 3000 a.C. y tanto la Biblia como el Corán hacen mención a sus propiedades curativas. (2)

Su empleo como sustancia terapéutica ha sido retomada en la medicina profesional por su efecto como inmunobiológico, antiinflamatorio, regenerativo, expectorante, analgésico, sedativo, hipersensibilizador y como agente antimicrobiano. Uno de los usos tradicionales más arraigados en la sociedad es para aliviar el dolor de garganta y la tos, gracias a sus propiedades antiinflamatorias y demulcentes. En un informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS) se indica que un té caliente con miel y limón ayuda a paliar el dolor de garganta y la tos nocturna gracias a su efecto demulcente (incrementa la producción de saliva y tragar, interfiriendo con el reflejo de la tos). Además, puede cubrir los receptores periféricos sensoriales que inician la tos. También existen estudios que asocian su ingesta a mejoras en la sexualidad. Torres y otros, y Varela y otros demostraron su capacidad antimicrobiana frente a distintas bacterias como: Estafilococo áureos, Escherichia Coli y Klepsiella pneumoniae. (11)

En las últimas décadas, el propóleo, otro de los productos de la abeja, ha llamado la atención de los investigadores. Se han desarrollado numerosos estudios que le atribuyen una amplia gama de propiedades biológicas, entre las que están, actividad antimicrobiana, antiviral o antiparasitaria. Sus propiedades bactericidas han sido probadas tanto en experimentos “in vitro” como en experimentos en vivo, demostrándose su eficacia sobre estafilococos, estreptococos y salmonellas. La apitoxina, veneno producido por la abeja africana *Apis mellifera*, que en su composición contiene péptidos y enzimas con potentes propiedades antiinflamatorias, se utiliza en la ciudad de Beijing, China, para el tratamiento de la artritis. Mientras que, en Estados Unidos, algunas compañías farmacéuticas lo manipulan con la finalidad de elaborar medicamentos para enfermedades como la esclerosis múltiple. En el siglo XIX se publican los primeros estudios clínicos con respecto a la influencia de las picaduras de abejas en enfermedades reumáticas. Varios son los medios de su aplicación, entre ellas se encuentran: La picadura directa de la abeja, los comprimidos sublinguales, las inyecciones, las pomadas y la acupuntura. La acción del tratamiento con apitoxinas es el resultado de la suma

de sus propiedades y de la interacción de todas ellas. Su efecto es acumulativo, por eso la aplicación depende del metabolismo del paciente. (16,17)

En Cuba se encuentran registrados en el Cuadro Básico de Productos Naturales varios preparados apifármacos, dentro de los que se destacan: Abexol formado de alcoholes provenientes de la cera de la abeja y se usa como suplemento nutricional antioxidante; Asmacán, que contiene una mezcla de principios activos extraídos de las especies vegetales majagua, sábila y plátano las cuales se combinan con propóleos y miel de abejas y tiene efecto antiasmático y antioxidante; Hipolip II (melito de ajo), que contiene tintura de ajo y miel de abeja y es usado en la amebiasis, constipación, hipertensión, asma bronquial, edemas y trastornos respiratorios; Propolina tintura, formada por mezcla de propóleos en solución hidroalcohólica y con propiedades antimicóticas, cicatrizante, antiinflamatoria y giardicida. (18)

Homeopatía:

La homeopatía es un método terapéutico que consiste en dar al enfermo dosis bajas o infinitesimales de una sustancia que, administrada en dosis altas y a sujetos sanos, provoca en ellos síntomas semejantes a los del enfermo. Ejemplo de ello es la Ipeca que en dosis elevada provoca náuseas y vómitos; en cambio, a dosis infinitesimales, elimina las náuseas y los vómitos; los derivados del cornezuelo de centeno provocan toxicológicamente hipotensión, vasodilatación encefálica y cefalea, pero en dosis muy bajas se utilizan para el tratamiento de cefaleas, jaquecas y trastornos circulatorios cerebrales. Algunos de los productos comercializados y elaborados en Cuba a base de este principio y que se encuentran registrados en la Guía para la prescripción de productos naturales, a disposición de todos los médicos del país, son: AliviHo-Asma, como tratamiento auxiliar para la crisis de asma incluyendo la tos y la dificultad para respirar; AliviHo-Cefalea, adecuado para el tratamiento analgésico auxiliar para dolores agudos de diferente naturaleza; AliviHo-Conjuntivitis, recomendado como

tratamiento auxiliar en las enfermedades oculares relacionadas con las conjuntivitis y sus secuelas; AliviHo-Energía, como estimulante de la energía física y mental; AliviHo-Herida, en el tratamiento de infecciones, inflamaciones y dolor en heridas, quemaduras y pinchazos, AliviHo-Menstrual, aconsejado para los dolores agudos relacionados con la menstruación. (19)

Todos los productos que se encuentran en la Guía para la prescripción de productos naturales son fabricados en Cuba por industrias mundialmente conocidas como LABIOFAM y dispensarios locales certificados, y su actividad biológica ha sido ampliamente demostrada.

Moxibustión

La moxibustión es un método de tratamiento cuyo origen proviene de la Medicina Tradicional China y que consiste en dar calor quemando un bastón de moxa de una planta (*Artemisa vulgaris*) acercándolo a 1-2 cm de distancia de la piel en el punto de acupuntura indicado. Aunque también se puede aplicar quemando la moxa directamente encima del punto en la piel y quemándola completamente lo cual dejaría cicatriz en el sitio de aplicación. En Cuba es utilizado fundamentalmente el tabaco o bastón de moxa, y se aplica a cierta distancia del punto. Su función principal es tratar las enfermedades provocadas por frío, influyendo positivamente en la circulación de la sangre y la energía, neutralizando el enfriamiento de la sangre y aliviando el dolor. Si se queman más de 0,05 gramos de picadura de artemisa aumenta el número de leucocitos y acelera su velocidad de locomoción, incrementando su función de fagocitosis; si se aplica continuamente por seis días, aumenta el número de eritrocitos y la hemoglobina, estimula la inmunidad bacteriológica, regula los movimientos peristálticos a la vez que aumenta la secreción de bilis, influye en el crecimiento y desarrollo. También se han visto resultados positivos en la aplicación de la misma con el objetivo de corregir la presentación no cefálica del feto.

Ozonoterapia

La ozonoterapia es la terapia realizada con ozono. Su empleo mejora la calidad de vida y normaliza las funciones básicas de nuestro ecosistema, puede ser aplicada en forma individual o complementario con otras terapias, actuando de forma sinérgica. El ozono posee propiedades antivíricas, antiinfecciosas, antimicóticas, antibacterianas y antiinflamatorias. Su aplicación tiene efectos beneficiosos en el organismo. Dentro de sus indicaciones está el empleo en heridas, úlceras, escaras, maculopatías oftalmológicas por su acción regenerativa y cicatrizante sobre células y tejidos, en infecciones virales, bacterianas y micóticas por su acción germicida, en dolores agudos por su efecto analgésico, en enfermedades arteriales y venosas periféricas por su acción de incrementar el metabolismo del oxígeno, aumentando su absorción y liberación por los glóbulos rojos al tejido, mejorando así la circulación sanguínea y la oxigenación celular. En general podemos resumir que la ozonoterapia hace que los procesos fisiológicos normales del organismo trabajen con eficiencia, optimizándolos y retardando el deterioro que se produce con el envejecimiento. Gracias a estas propiedades, el ozono puede aplicarse en varias enfermedades y es un gran aliado para conseguir resultados más rápidos, duraderos y mejores. (20)

Digitopuntura:

La digitopuntura es un procedimiento terapéutico que combina los principios del masaje y la acupuntura sin el uso de agujas. A través de esta se ejerce presión sobre una serie de puntos estratégicos ubicados por todo el cuerpo con el fin de favorecer la recuperación física. Cada punto o grupo de puntos está relacionado con un órgano interno y se unen a este mediante una red de canales energéticos llamados meridianos.

A través de estos meridianos circula el “ ki” o “ chi” , es decir, la energía vital que nos mantiene vivos. Esta energía se hereda de nuestros padres y se potencia con la que obtenemos de la alimentación y el aire que respiramos. (10)

La digitopuntura funciona a través de los dedos. Ya sea ejerciendo presión con la punta del dedo, o bien, con el nudillo o el extremo posterior de un lápiz.

- Los expertos, en su aplicación, realizan una exploración sobre los puntos y meridianos, haciendo presión hasta encontrar el lugar exacto que favorece la recuperación del paciente.
- En un principio se puede sentir una ligera sensación de hormigueo en el cuerpo. Sin embargo, al continuar con la técnica, se hace cada vez más leve.
- La presión que se aplica en cada punto dura entre 15 u 30 segundos, asegurándose que es el punto exacto en que se cree que está el desequilibrio energético. Finalizada la sesión, el alivio será casi inmediato.

La digitopuntura está recomendada como complemento para el tratamiento de una gran variedad de enfermedades crónicas o que recién han sido descubiertas. Con su práctica se busca estimular los canales energéticos del cuerpo para lograr un equilibrio que permita sanar el cuerpo y la mente. (2)

En concreto, algunas de las disfunciones que se tratan con esta terapia son:

- Dolores musculares, contracturas o dolor corporal.
- Sensación de cansancio crónico o agotamiento.
- Estrés, ansiedad y nerviosismo.
- Depresión y problemas de sueño.
- Desajustes menstruales.
- Síntomas de la menopausia.
- Estreñimiento, diarrea o problemas digestivos.
- Artrosis y artritis.

- Mala circulación sanguínea.
- Parálisis facial.

Puntos energéticos más utilizados

Hegu

- Ubicado en el dorso de la mano, entre el pulgar y el índice.
- No es apto para las mujeres embarazadas.
- Puede emplearse para dolores musculares, cefaleas, problemas inflamatorios y enfermedades digestivas.

Zusanli

- Ubicado tres pulgares y un dedo por debajo de la articulación de la rodilla.
- Calma diversas enfermedades digestivas y la sensación de fatiga.
- También puede ser útil para aliviar el dolor de espalda.

Neiguan

- Ubicado en el pliegue de la muñeca transversal, entre los tendones del músculo largo palmar y flexor radial del brazo.
- Indicado para las palpitaciones, las náuseas y vómitos. También para los dolores en las articulaciones superiores.
- Por último, puede calmar diversos trastornos psicológicos.

Antes de iniciar un tratamiento de digitopuntura es fundamental tener en cuenta algunas medidas de cuidado:

- En primer lugar, los puntos ubicados en la región abdominal están contraindicados para las mujeres en embarazo.
- No se debe aplicar fuerza intensa en pacientes debilitados, ancianos o niños.
- No es recomendable su aplicación en estado de hambre o embriaguez porque puede provocar desmayos.
- Por último, está contraindicado en regiones como la cara anterior del cuello, axilas, lados del pecho y alrededor de los senos.

En Cuba, la integración de las modalidades de la Medicina Natural y Tradicional (MNT) en el tratamiento de diversas enfermedades es una práctica común que ha demostrado beneficios significativos para los pacientes. A continuación, se presentan ejemplos de la integración de diferentes modalidades de la MNT en el tratamiento de varias enfermedades:

1. Diabetes mellitus tipo 2: En el tratamiento de la diabetes tipo 2, se pueden integrar varias modalidades de la MNT. Por ejemplo, se puede utilizar la fitoterapia para controlar los niveles de glucosa en sangre, combinada con la acupuntura para mejorar la sensibilidad a la insulina y reducir la inflamación en el cuerpo. Además, la terapia física puede ser útil para promover la actividad física y el control del peso, aspectos importantes en el manejo de la diabetes. (13)

2. Osteoartritis: Para el tratamiento de la osteoartritis, se pueden combinar diferentes modalidades de la MNT. La acupuntura puede ayudar a aliviar el dolor y la inflamación en las articulaciones afectadas, mientras que la fitoterapia puede contribuir a reducir la inflamación y mejorar la movilidad articular. Complementar estas terapias con terapias manuales como la quiropráctica o la osteopatía han demostrado ser eficaces en el tratamiento de trastornos musculoesqueléticos mediante la manipulación de las estructuras óseas y musculares para restaurar la función y aliviar el dolor. (12)

3. Trastornos de ansiedad: En el tratamiento de los trastornos de ansiedad, se pueden vincular varias modalidades de la MNT para abordar tanto los síntomas físicos como emocionales. La meditación y la terapia floral pueden ser utilizadas para promover la relajación y reducir la ansiedad, mientras que la acupuntura puede ayudar a equilibrar el sistema nervioso y aliviar los síntomas físicos asociados con la ansiedad. (14)

Todas estas modalidades de la MNT son aplicadas en Cuba, muchas de ellas a nivel de los consultorios médicos de familia y otras en los centros de rehabilitación, policlínicos y hospitales de todo el territorio nacional. Los productos homeopáticos, apifármacos y fitofármacos que se describen en la “ Guía para la prescripción de productos naturales” , se encuentran disponibles para la venta a la población en la red de farmacias del territorio. En los momentos actuales, en que aún Cuba es sometida al férreo bloqueo por parte de Estados Unidos, que impide la compra de materia prima necesaria para la fabricación de medicamentos sintéticos de primera línea, los productos naturales constituyen una buena opción de tratamiento. (2,14)

CONCLUSIONES

La Medicina Natural y Tradicional (MNT) ha parte integral de la atención médica en Cuba durante décadas, y su integración con la medicina convencional ha demostrado beneficios significativos desde el punto de vista curativo, preventivo y rehabilitador en el tratamiento de diversas enfermedades. En el contexto de las enfermedades crónicas, la MNT ha mostrado ser eficaz en el control de síntomas y la mejora de la calidad de vida de los pacientes.

Las modalidades terapéuticas constituyen un arsenal terapéutico para tratar numerosas afecciones como la diabetes, la hipertensión y la artritis y prevenir otras, aplicado muchas veces a nivel de los consultorios médicos de familia y otras en los centros de rehabilitación, policlínicos y hospitales de todo el territorio nacional. Las terapias naturales como la fitoterapia, la acupuntura y la terapia física han demostrado ser efectivas en la reducción de los niveles de glucosa en sangre, la disminución de la presión arterial y el alivio del dolor y la inflamación en las articulaciones.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Zúñiga Monier B, Caballero Orduño A. La medicina tradicional y natural y los ensayos clínicos: un reto de las ciencias médicas en el siglo XXI. MEDISAN. 2016[citado 2022 Mar 26]; 20(4):57885. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S102930192016000400019&lng=es.
2. Plain PC, Pérez de Alejo PA, Rivero VY. La Medicina Natural y Tradicional como tratamiento alternativo de múltiples enfermedades. Rev Cubana Med Gen Integr. 2019;35(2):1-18. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgiin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=94434>
3. Hechavarría Torres Maricel, García Céspedes María Eugenia, Tosar Pérez María Asunción. Referentes históricos de la medicina natural y tradicional para la formación del residente de medicina interna. MEDISAN [Internet]. 2021 Abr [citado 2022 Mar 26]; 25(2):489506. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sciarttext&pid=S102930192021000200489&lng=es>
4. García Salman Jorge Daniel. Consideraciones sobre la Medicina Natural y Tradicional, el método científico y el sistema de salud cubano. Rev Cubana Salud Pública [Internet]. 2013 Sep [citado 2022 Mar 26]; 39(3): 540555. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sciarttext&pid=S086434662013000300010&lng=es>
5. López Puig, P., García Millian, A. J., Alonso Carbonell, L., Perdomo, J., & Segredo Pérez, A. Integración de la medicina natural y tradicional cubana en el sistema de salud. Revista Cubana de Salud Pública [Internet]. 2019, 45, e1168. . Disponible en: <https://www.scielosp.org/article/rcsp/2019.v45n2/e1168/#>
6. Cecilia, S. C. (2020, November). Aplicación de las modalidades terapéuticas de la Medicina Tradicional y Natural. In I Jornada Provincial NATUGUASO 2020.

Disponible en: <http://natuguaso2020.sld.cu/index.php/natuguaso/2020/paper/viewPaper/42>

7. Ministerio de Salud Pública. Programa para el desarrollo y la generalización de la Medicina Natural y Tradicional. La Habana: MINSAP; 2011.

8. Perdomo Delgado, J., González Pla, E. A., Rosales Pérez, M., Pérez Recio, M. I., & Martínez Machín, M. Reporte de empleo de la Acupuntura y sus técnicas afines en Cuba: 2012-2016. Disponible en: <http://convencionsalud2018.sld.cu/index.php/convencionsalud/2018/paper/viewFile/1718/813>

9. Castro Martínez Julio, Mederos Luís Isabel Idania, García González Aracely. Integración de contenidos de Medicina Natural y Tradicional desde una perspectiva interdisciplinaria. EDUMECENTRO [Internet]. 2016 Feb [citado 2022 Mar 26]; 8(Suppl 1): 87-93. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sciarttext&pid=S207728742016000500008&lng=es>

10. Gil, A. M. C. Generalidades de la Medicina Natural y Tradicional. (Conference Paper) [Internet]. 2007 January. [citado 2022 Mar 26]. Disponible en: <https://www.researchgate.net/profile/Alain-ChapleGil/publication/278243739>

11. Martín Cordero, J.E, Agentes Físicos terapéuticos. La Habana: ECIMED, 2008. p. 30-83

12. Ríos, I. D. P. Rol del fisioterapeuta en la prescripción del ejercicio. Archivos de Medicina (Col) [Internet]. 2014[citado 2022 Mar 28], 14(1), 129-143. Disponible en: 206 | P á g i n a <https://www.redalyc.org/pdf/2738/273832164012.pdf>

13. Ondina Terrero Eumelia, Álvarez Gómez José Luis, Álvarez Gómez José Ángel, Carreras Fernández Alicia P. La orientación nutricional como elemento fundamental en la prevención y tratamiento de enfermedades. Rev Cubana Med Gen Integr [Internet]. 2002 Oct [citado 2022 Mar 28]; 18(5): 362-365. Disponible en:

<http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sciarttext&pid=S086421252002000500014&Ing=es>.

14. Rodríguez, A. S. Institución: Universidad de Ciencias Médicas de la Habana. Facultad de Ciencias Médicas Salvador Allende. Título: Integración de la medicina natural y tradicional en la terapéutica. [revista en Internet]. 2020[acceso 28 mar 2022]. Disponible en: <http://natuguaso2020.sld.cu/index.php/natuguaso/2020/paper/viewFile/38/2>

15. Álvares Díaz TA, Tosar Pérez MA, Echemendía Sáliz C. Medicina Tradicional China. Acupuntura, moxibustión y medicina herbolaria. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2017. Acceso: 29/3/2022. Disponible en: http://www.bvs.sld.cu/libros/medicina_tradicional_china/indice_p.htm

16. Torres Puente S, Quintero Salcedo S, Despaigne Despaigne M. Cura local con apiterapia en una paciente con ántrax. MEDISAN. 2016;20(9):2133-6. Acceso: 21/10/2017. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sciarttext&pid=S1029->

17. Varela López A, Alvares Mesías J, Argüello Bravo A, Banda Córdova B, Gutiérrez Pallo D, Moreno Villareal CE, et al. Evaluación de la actividad antimicrobiana en mieles comerciales de Ecuador. VIII Congreso Nacional de Apicultura. ArsPharmaceutica. 2016;57(3):112-3. Acceso: 21/10/2017. Disponible en: <http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/44520/1/VIII%>

18. MINSAP. Normas de las especialidades médicas para el uso de fitofármacos y apifármacos. Ciudad de la Habana, 2008.

19. Fernández, L. M. Bases para la implementación de una legislación nacional sobre medicamentos homeopáticos (Doctoral dissertation, Universidad de Belgrano. Facultad de Ciencias Exactas y Naturales. Farmacia). [Internet].2010. [citado 2022 Mar 28]. Disponible en: <http://repositorio.ub.edu.ar/handle/123456789/5095>

20. Barrios, E. C. OZONOTERAPIA. [Internet]. [citado 2022 Mar 26] Disponible en:
[http://147.96.70.122/Web/TFG/TFG/Poster/ESTHER%20CAMPO%20BARRIOS.p
df](http://147.96.70.122/Web/TFG/TFG/Poster/ESTHER%20CAMPO%20BARRIOS.pdf)