

**GUÍA BÁSICA DE  
HOMEOPATÍA  
PARA  
NIÑOS Y EMBARAZADAS**

Primera edición: 2025.

© Del texto: Edurne Martínez Labrador.

© Diseño y maquetación: Edurne Martínez Labrador e Isabel Ferrero.

© Diseño Cubierta: Ana Parra Martínez.

Impreso en España – Printed in Spain.

Reservados todos los derechos. No se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa y por escrito de los titulares del copyright. La infracción de dichos derechos puede constituir un delito contra la propiedad intelectual.

# ÍNDICE

PRÓLOGO.....	5
HOMEOPATÍA Y REFLEXIONES .....	7
HOMEOPATÍA EN LOS NIÑOS .....	19
Alergia al polen .....	20
Amigdalitis .....	26
Asma alérgico .....	29
Boqueras.....	32
Bronquiolitis .....	33
Cirugías .....	36
Cistitis .....	39
Cólicos del lactante .....	41
Conjuntivitis y molestias oculares .....	43
Cuadros gripales.....	46
Dentición .....	48
Diarreas en lactantes y niños.....	50
Fiebre en niños .....	52
Mareos en viajes o cinetosis.....	56
Náuseas y vómitos .....	59
Orzuelo .....	61
Otalgia o dolor de oídos .....	64
Otitis seromucosa .....	66
Picaduras de insectos .....	68
Psicosomática en niños y adolescentes .....	70
Quemadura solar .....	72
Rinitis.....	74
Rinofaringitis o catarros .....	75

Ronquera .....	77
Sinusitis .....	82
Tos .....	87
Vacunación (efectos adversos) .....	91
Varicela.....	94
Vegetaciones .....	97
Verrugas plantares y molluscum .....	98
Moluscos o molluscum.....	99
<b>HOMEOPATÍA EN EL EMBARAZO .....</b>	<b>101</b>
Cansancio.....	103
Cloasma .....	104
Estreñimiento .....	105
Hemorroides (Almorranas).....	106
Hipertensión en el embarazo .....	108
Insomnio.....	112
Lumbalgias.....	115
Miedo y ansiedad.....	116
Parto, postparto y lactancia .....	118
Somnolencia .....	121
Varices .....	122
Vómitos y náuseas en el embarazo .....	124
<b>BOTIQUÍN DE CASA .....</b>	<b>130</b>
<b>BOTIQUÍN DE VIAJE .....</b>	<b>135</b>
<b>POSOLOGÍA Y ADMINISTRACIÓN.....</b>	<b>142</b>
<b>AGRADECIMIENTOS .....</b>	<b>145</b>

# PRÓLOGO



Este manual básico está destinado preferentemente a los niños y a las embarazadas que son quienes, con frecuencia, no pueden tomar los fármacos convencionales porque les son dañinos en la mayoría de las ocasiones. Y la Homeopatía en ellos es una gran herramienta para tratar sus dolencias y las de las demás personas que lo necesiten ¡por supuesto! Este libro es una guía de aproximación al tratamiento indicado por un especialista y no pretende ser un sustituto del profesional de la Homeopatía sino un modo de autoayuda y orientación.

Cada persona debe ser evaluada individualmente pero con las pautas de este pequeño manual editado intento acercar esta eficaz terapia a todas las personas, y que si, por circunstancias particulares, no pueden acudir a un homeópata, puedan intentar mejorar su dolencia y no se arriesguen a los efectos secundarios que ocurren en muchas ocasiones con la medicina alopática y los fármacos convencionales.

La Homeopatía es una medicina que puede usarse sin ningún problema en todas las personas y la forma de administración más frecuente en este tipo de medicamentos es en gránulos, pero también se puede aplicar en cremas o en pomadas, en inyectables, en comprimidos, en forma de tubos-dosis de 1 gramo de glóbulos, en gotas etc. Todo tipo de Homeopatía se dispensa exclusivamente en farmacias.

La Homeopatía forma parte de los tratamientos de medicinas naturales que no agreden y que se pueden hacer en cualquier momento y por cualquier persona.

Los medicamentos homeopáticos deben ser administrados preferentemente en ayunas, mínimo 10 minutos antes de las comidas a razón de 5 gránulos 3 veces al día. En los casos agudos se pueden administrar varias veces al día e incluso cada 10 minutos o cada hora como puede ser por ejemplo el caso de Arnica en los traumatismos o contusiones donde se dan 5 gránulos al principio, después a los 10 minutos y después a la hora, para posteriormente repetir la toma a las 3 o 4 horas para que el dolor remita lo antes posible y minimizar los síntomas.



# HOMEOPATÍA Y REFLEXIONES



Después de los años de pandemia por covid-19, según la nueva y particular definición de pandemia de la OMS, podemos hacer algunas reflexiones no tanto de los aspectos propiamente científicos y de investigación en sí, sino más bien de los efectos derivados de las medidas y actuaciones sociales y sanitarias.

Así, podemos comentar algunos puntos como estos:

- La incertidumbre.
- El miedo.
- El papel de los medios de comunicación.
- La ciencia y el cientifismo.
- La culpabilización.
- La segregación.
- Las libertades y la libertad de expresión.

## La incertidumbre



Como ya sabemos, la incertidumbre es consustancial al ser humano. **No hay certezas** absolutas en la vida ni tampoco en la ciencia y la “pandemia” del 2020 ha venido de nuevo a demostrarlo.

La incertidumbre es algo con lo que hay que convivir, aunque nos pese. Incertidumbre **para los médicos** en el sentido en el que hay muchas

enfermedades y aspectos de las enfermedades sobre las que conocemos bien poco.

Incertidumbre, también, **para los pacientes**, educados falsamente en la falacia de que con todos los adelantos tecnológicos que tenemos siempre habrá un medicamento o un procedimiento curativo para cualquier enfermedad.

No, no siempre es así y todos, médicos y pacientes, tendremos que aprender a convivir con ello. Y de paso, nos reafirmaremos en la idea de que el paciente tiene que ser mucho más activo en la gestión de su salud sin delegar de forma más o menos ciega en los “expertos”.

## El miedo



De la incertidumbre nace el miedo. El miedo ha sido la emoción más prevalente en estos últimos años. Lo ha permeado todo: las actitudes, la manera de relacionarnos, las medidas sanitarias... Todo, absolutamente todo, ha sido filtrado a través del miedo, tanto las reacciones más individuales como las políticas y sociales.

En efecto, el miedo ha abrazado nuestras mentes y cuerpos y ha sido utilizado sin pudor y de manera torticera por las autoridades. El miedo ha hecho que las conclusiones que podemos extraer de ese tiempo sean más bien **desalentadoras**.

El egoísmo, la sospecha, el linchamiento moral, la mínima capacidad crítica, la docilidad... han primado en nuestras conductas debido a esa nube oscura y sin forma que es el miedo y que lo ha invadido todo.

Por poner un ejemplo, hubo muchas personas que usaban mascarillas al aire libre por ese “por si acaso” o por haber interiorizado el hábito. Muchas recomendaciones absurdas como ésta han hecho perder la confianza en otras que posiblemente fueran beneficiosas.

Eso sí, los medios de transporte más utilizados por los trabajadores “esenciales”, metros, autobuses, trenes, parecieron vedados al virus porque siempre funcionaron como si tal cosa.

### Los medios de “descomunicación”



Con sorpresa relativa, los grandes medios de comunicación se revelaron como organizaciones que fueron más fieles a los intereses de su junta de accionistas que a aquella fantasía de buscar e investigar la verdad por encima

de todo. Más allá de controversias y puntos de vista razonables, la principal carencia en los medios ha sido precisamente ésa, que no han existido los puntos de vista, los debates, los argumentos. Sólo ha habido uno, el oficialista. Ni tan siquiera en aspectos menores se han dejado resquicios al debate.

Además, han sido los principales **propagandistas del miedo** con sus amedrentadores titulares diarios. ¿Se imaginan cómo sería si cada día, durante dos años, los informativos abriesen con el número de muertos que provoca la gripe (sí, la gripe) o la malaria, o el cáncer, o ¡ay! la pobreza?

Si la consigna era vacunar a los jóvenes allí estaban los intrépidos reporteros junto a los “irresponsables” jóvenes y sus botellones, amén de la foto de algún joven en la UCI. Si eran los niños, oportunamente salía también alguna foto o algún estudio sesgado que enfatizase los estragos del virus en los más pequeños.

## La ciencia y el cientifismo



Tampoco ha habido mucha ciencia en estos tiempos. En realidad, ha habido mucha más pseudociencia (utilizando este término tan propio del cientifismo) que ciencia.

Al principio de la “pandemia” era más o menos comprensible que se utilizasen medicamentos sin muchas evidencias pero, más tarde, cuando ya había pruebas de sus nulos o contraproducentes efectos, se han seguido utilizando. Sin embargo, otros, con indicios prometedores, se desecharon sin razones de peso para no probarlos y sin realizar ensayos clínicos sobre ellos.

Mención aparte merecen las “vacunas”. Cuando empezaron, hubo una especie de subasta entre laboratorios para ver cuál era la que tenía más efectividad. Efectividad diseñada, según los estudios de las propias farmacéuticas, para covid leve o moderado y no para formas graves ni para hospitalizaciones. Y con el tiempo, dicha efectividad se ha visto que era mucho más modesta de lo esperable. Por no entrar aquí en la cantidad de efectos adversos y muertes asociadas a esas inoculaciones.

No vamos a profundizar en estos aspectos de las “vacunas” y lo que ha supuesto esta campaña de vacunación mundial masiva. Ese tema daría para escribir, no un manual como el presente, sino para una enciclopedia entera.

Cuando decimos mundial, nos referimos sobre todo al mundo occidental industrializado y sabiendo que, de entrada, sería imposible erradicar el virus (una pretensión fantástica) y menos con las “vacunas”. El modelo farmacéutico actual es en realidad profundamente defectuoso, con su afán de obtener rendimientos altísimos para los accionistas, y no para intentar ayudar a que la

población esté más sana. La búsqueda de rendimientos muy elevados incentiva los comportamientos más atroces.

## La culpabilización



Como hemos dicho anteriormente, se culpó a los jóvenes y a los niños de ser los principales responsables de la transmisión del virus. El de los niños ha sido un grupo especialmente **castigado**. Les cerraron los parques al aire libre, se les pusieron mascarillas y se les aplicó una férrea disciplina “covidiana”. A pesar de la existencia de estudios que mostraban que los niños no eran especialmente transmisores, se les indujo a pensar que podían enfermar y matar a sus abuelos. Incluso se emitieron certificados de valentía a los niños vacunados en presencia de la propia ministra del ramo.

El culmen de la hipocresía político-social viene cuando se habla ahora de la **alta tasa de suicidios** y de los **trastornos emocionales postpandémicos** en niños y jóvenes. ¿Alguien pensó que todas estas medidas serían gratis? Es patético ver ahora a algunos medios y algunas autoridades con el gesto compungido por todos estos efectos “colaterales” cuando ellos han sido los principales **inductores** de la situación.

## La segregación



Siendo malo esto, no le va a la zaga el intento de segregación de la población no vacunada con medidas tipo “Pase covid”. Este certificado tuvo una finalidad no tanto científica, como se ha

reconocido posteriormente, sino como **coacción** para estimular la vacunación en un país donde ésta era, en principio, voluntaria.

La política se supone que debe intentar unir a la población en vez de azuzar el enfrentamiento como han hecho, de forma irresponsable, muchos políticos de diferentes partidos y algunos afamados periodistas. Se han utilizado adjetivos inaceptables para referirse a un sector de la población que sólo hacía uso de un derecho, más cuando hacía tiempo que se sabía que la “vacuna” no eximía del contagio y que era perniciosa.

## La libertad de expresión



La libertad de expresión, y las libertades en su conjunto, fueron las principales damnificadas en esos tiempos. Era una guerra, dijeron. Y ya se sabe que, en las guerras, la verdad es lo primero que decae.

Nadie ha podido salirse del discurso oficialista sin ser tachado de “negacionista”, “antivacunas” o “conspiranoico”. Ni aunque los argumentos fuesen razonables, moderados y basados en esa evidencia que tanto se proclama pero que tan poco se respeta.

Agencias de información especializadas en denunciar bulos en una, en principio, loable labor social, se permitieron el lujo de censurar al British Medical Journal y otras revistas científicas de primer nivel, convirtiéndose ellas mismas en una suerte de fábrica de inexactitudes y maledicencias.

En esto sí se puede decir que hubo total consenso entre partidos de derecha e izquierda. Y eso que el estado de alarma y, por tanto, las

normas que de él se derivaron, fue declarado inconstitucional no una, sino dos veces.

Y como pasa siempre, el covid, y todas las medidas anticovid han golpeado, como era previsible, mucho más a las clases **más desfavorecidas**.

### **¿Y qué tiene que ver la Homeopatía con todo esto?**



Tras estos años de una dictadura sanitaria donde ha quedado patente que tanto los sistemas de salud públicos como los organismos supranacionales de salud, siendo en este caso el más visible la OMS, han sido secuestrados por los lobbies farmacéuticos y las entidades privadas filántropo-capitalistas (del tipo GAVI y la Fundación Bill y Melinda Gates), nos queda la importante tarea de buscar alternativas a una sanidad que básicamente se basa en la perpetuación de la enfermedad. Una sanidad que es en sí misma yatrogénica, puesto que parte de sus técnicas de curación o preventivas (medicamentos, tratamientos para el cáncer, vacunaciones, etc.) se han realizado dentro de un paradigma de codicia y corrupción.

De ahí la importancia de terapias médicas alternativas, inocuas, contrastadas, baratas e individualizadas, como la **Homeopatía**.

La Homeopatía no es sólo prescribir un medicamento de forma más o menos globalizadora y holística. La Homeopatía es una medicina biopsicosocial desde hace más de doscientos años, puesto que para prescribirla nos focalizamos no sólo en la parte biológica, emocional (y hasta espiritual) del ser humano, sino también en las circunstancias socioeconómicas del paciente.

## ¿Por qué tomar Homeopatía?



Una vez asumido el panorama socio-sanitario que ha dejado a la vista la crisis del covid-19, y que ha servido para sacar a la luz la corrupción sistémica de todo el entramado sanitario de Occidente, se hace de vital importancia el tomar las riendas de nuestra propia salud.

Estos son algunos de los motivos por los que la Homeopatía es recomendable:

- Cuenta con las garantías de calidad de los medicamentos y se vende exclusivamente en farmacias. Por ejemplo: son una opción adecuada para las personas que buscan productos naturales, pero con el control y la calidad propia de un medicamento. Pregunta a tu farmacéutico por la Homeopatía.
- Respeta tu organismo y mejora su manera de funcionar. Porque a veces lo que necesita el cuerpo es desbloquear capacidades de curación que habían quedado traumatizadas o anuladas. El cuerpo humano tiene la capacidad de **homeostasis** (capacidad auto curativa), ha sido diseñado para ello. Por ejemplo: el tratamiento homeopático no busca sustituir la hormona que el tiroides no fabrica por otra sintética sino **estimular**, en lo posible, la capacidad de ese tiroides para producir sus hormonas.



- Porque tu primera opción para abordar un problema de salud debería ser segura y eficaz. La Homeopatía es inocua, si tiene efectos secundarios son poco frecuentes, muy leves y transitorios.
- Porque hasta los bebés, las mujeres embarazadas o los ancianos débiles pueden tomarla con tranquilidad; también los pacientes polimedicados o aquellos que están recibiendo otro tratamiento médico y que así se autorice por el doctor. Por ejemplo: no hacen falta ansiolíticos cuando estás nervioso por un problema de pareja o en el trabajo. Tampoco te hacen falta antibióticos ante una infección vírica. Siempre será más adecuado contar con todas las opciones posibles para optar por el tratamiento que más se ajuste a ti, para “no matar moscas a cañonazos”, que sería la línea que sigue la medicina convencional.



- **No** interfiere con los fármacos que estás tomando: los medicamentos homeopáticos se complementan con ellos. Por ejemplo: seguro que te parece habitual utilizar un antibiótico junto con un antiinflamatorio. Y a menudo añadir también un protector gástrico o un probiótico. De igual manera, puedes acompañar tu tratamiento convencional con un tratamiento homeopático. Hazlo siempre bajo la supervisión de tu médico o farmacéutico.
- **El diagnóstico del homeópata es holístico**, es decir, global, porque la Homeopatía evalúa a la enfermedad no como síntomas aislados, sino como parte de un todo conectado, incluso con el entorno. Es una forma de olvidarse de ir de especialista en especialista y evitar el periplo de tener a varios médicos trabajando de forma aislada en un problema de salud, obviamente, medicándote cada uno en su área. Esto es porque la medicina alopática se enfoca en la enfermedad y la Homeopatía en el paciente. Sería una economía de medios, incluso en cuanto al coste económico, al trabajar con medicaciones que no entienden el cuerpo como algo mecánico y regional. Por ejemplo: padeces del estómago, de la piel, de los bronquios, de las articulaciones... todo a la vez. ¿Cómo es posible que aún abordemos la salud y el bienestar de nuestro propio cuerpo como si estuviera compuesto por partes independientes las unas de las otras? Hay una manera global y diferente de entender lo que te pasa y de ponerle solución.



- La Homeopatía es una técnica terapéutica dentro de la medicina y el terapeuta, junto con la persona interesada,

tendrán que decidir qué lugar puede ocupar en el tratamiento de cada dolencia. Esto es porque el diálogo paciente-médico existe en el ámbito de las terapias de medicina natural, la persona es parte activa de su propio proceso de curación.

- Necesitas una nueva manera de tratarte para poder conseguir resultados nuevos, cuando lo que te han recomendado hasta ahora ya “no da más de sí”. **Es una buena opción para los casos en los que la medicina alopática no funciona**, no cerrarse a un solo tipo de procedimiento médico. Por ejemplo: llevas tiempo tomando antihistamínicos, analgésicos, ansiolíticos, no estás del todo bien, pero los fármacos habituales “han tocado techo”. Quizás sea el momento de ampliar tus posibilidades con los medicamentos homeopáticos.



- Porque después de la debacle de la sanidad pública forzada por la crisis del covid-19, y visto el nivel de corrupción de los sistemas, es hora de buscar otras alternativas de salud, **es hora de responsabilizarse de nosotros mismos y no delegar en otros nuestro bienestar**. El sistema de salud está tan corrupto y decadente que hay que trabajar en una **medicina preventiva**, de esta forma evitaremos caer en las garras de la “Big Pharma”.
- Uno de los usos de la Homeopatía es la **prevención**. Prevenir enfermedades va a ser una de las bazas que vamos a tener para zafarnos del paradigma médico belicista financiado por los

grandes lobbies, que entiende que la enfermedad es una agresión exterior y no una respuesta del cuerpo. Cuidémonos, respiremos oxígeno, estemos en paz, amemos a las personas... ésa es la medicina que nos merecemos y la que se merece el planeta en el que habitamos.



# HOMEOPATÍA EN LOS NIÑOS



Los niños son unos de los más beneficiados con este tipo de terapia ya que la Homeopatía no agrede y generalmente responden muy positivamente a ella.

# Alergia al polen

---



## ALLIUM CEPA



Cuando existe un **goteo abundante** e irritante acompañado frecuentemente de **estornudos**. Excoriación en los orificios nasales y encima del labio superior.

## EUPHRASIA OFFICINALIS



Esta planta, de acción muy parecida a la anterior, la usaremos cuando lo que predomine en el niño sea el **lagrimeo abundante** y corrosivo con ojos rojos e inflamación de los párpados. La nariz también puede destilar, pero en este caso **no irrita**.

## SABADILLA



Administrar cuando existe flujo nasal líquido, como el agua, con **picores en el velo del paladar** y mejoría de los síntomas con el calor.

## APIS MELLIFICA



Este medicamento alivia a los niños que presentan un aspecto claramente **edematoso (hinchado)** de sus párpados, como si estuvieran llenos de agua. Suelen presentar una sensación de ardor y siempre **buscan el frescor** pues les alivia claramente.

## NUX VOMICA



La rinitis alérgica de estos niños tiene como característica propia los **estornudos en salvas**, tan propios de muchos pacientes, en cualquier momento del día, pero muy especialmente por la mañana **al levantarse de la cama**. Hay estornudos y flujo nasal líquido, como el agua.

**KALIUM IODATUM.** Para niños que tienen un cuadro muy parecido al de Allium Cepa, pero con una sensación de congestión nasal mucho mayor, algo semejante a un **súper-resfriado**.

## AMBROSIA ARTEMISIIFOLIA



Para cuando hay una secreción nasal acuosa y un lagrimeo irritante. Es un **gran complementario** de Allium y de Euphrasia cuando necesitamos aumentar la potencia del tratamiento.

## NATRUM MURIATICUM



Los medicamentos anteriores, tenían como objetivo el control de la sintomatología. Natrum muriaticum es ya uno de esos medicamentos homeopáticos que usaremos para **modular y reequilibrar** el sistema inmunológico del niño. Este medicamento puede ser de utilidad en personas alérgicas y con tendencia también a hacer **otros cuadros respiratorios**, tipo resfriados y catarros, durante la **época fría**. Es frecuente que hayan sufrido o sufran de **eczemas** y **acné** y serán tendentes al **estreñimiento**.

**Delgados, pero con buen apetito**, les gustan los **alimentos salados** más que los dulces y **beben mucha agua**.

**Sensibles** emocionalmente, pero **retraídos**, no son de contar sus cosas salvo que se sientan en confianza. Se mueven mejor en las distancias cortas y en grupos pequeños e íntimos. **Escuchan más que hablan** y suelen ser muy sensibles emocionalmente. Si se les hiere no es fácil que lo olviden, aunque no son en absoluto vengativos.

## TUBERCULINUM

**Delgados y sensibles al frío** como Natrum, tienen mucha tendencia a **enfermar en invierno**. También con buen apetito, pero su carácter es más **agitado e irritable**, aunque puede mostrar un **fondo dulce y afectuoso**. Algo que define mucho su comportamiento es el **gusto por el cambio**. Llevan mal las rutinas.

## PHOSPHORUS



Los niños que necesitan Phosphorus son **comunicativos y empáticos**, disfrutan con el contacto humano y con el **aprendizaje**. Son **creativos** y tienen gran sensibilidad por el arte

y la belleza y tienen tendencia a tener **grandes oscilaciones** en su estado de ánimo y pueden pasar de periodos de gran actividad a otros en los que se sienten agotados.

Desean **comidas y bebidas frías**, les gustan los alimentos **salados** y tienen tendencia a los problemas de **garganta**, catarros y a las **hemorragias** (sangrados de nariz, reglas abundantes si son niñas adolescentes...).

Para diagnosticar a qué sustancia se es alérgico se puede hacer una analítica cutánea (Prick) o en sangre (Rast) con los **alérgenos específicos** que han sido testados en las pruebas de alergia y tratar con la sustancia a la que se es alérgico sin necesidad de administrar vacunas orales o inyectables, no siempre bien toleradas o poco eficaces.

**POLEN DE CIPRÉS, HONGOS**, etcétera, que nos permiten tratar la causa de la alergia.

**POLEN DE OLIVO**



**GRAMÍNEAS**



**ÁCAROS DEL POLVO**



**Presentación y forma de administración:** la dilución homeopática de los medicamentos anteriores, si no se especifica nada más, suele ser a la 9 CH, en gránulos habitualmente, y la dosis es de 5 gránulos 3 veces al día.

A continuación, me referiré a dos medicamentos muy prácticos que se administran en todos los casos de alergia estacional por pólenes. Ambos medicamentos homeopáticos son utilizados tradicionalmente para el tratamiento preventivo y sintomático de la hipersensibilidad a los pólenes que forman parte de su composición, rinitis alérgica, conjuntivitis alérgica y asma polínica:

**Pollens 30 CH®**, de Laboratorio Boiron cuya composición es la siguiente, en dilución a la 30 CH:

Gramíneas: Dactylis glomerata y Poa pratensis.

Árboles: castaño, fresno, arce, sauce, haya, sauco, álamo, pino, tilo, olmo, carpe, roble, plátano, aligustre, morera, olivo, ciprés y acacia.

Administrar 1 tubo-dosis un día a la semana de abril a junio como **preventivo** de alergia primaveral pero se puede tomar en otras fechas si así lo requiere el caso. Y si es para tratamiento **curativo**, desde los primeros síntomas, 1 envase unidosis diario vaciado bajo la lengua manteniéndolo hasta su disolución o si es en niños pequeños disuelto previamente en agua.



**NOTA: Actualmente solo un componente en España.**

El medicamento anterior actualmente de momento está retirado de la comercialización en España pero en su lugar, si no lo adquirimos en

otro país, se puede solicitar en la farmacia a razón de tubos-dosis de **1 gramo de glóbulos** con el principio de la sustancia a la que se es alérgico, por ejemplo” 6 tubos-dosis de Pollens 30 CH de olivo” si la persona es alérgica al mismo. También se puede pedir en forma de tubos de **4 gramos de gránulos** como ocurre con otros medicamentos homeopáticos.



## POUMON HISTAMINE 15 CH



Además de en la alergia al polen Poumon histamine se administra **en todos los casos de alergia**. En posología de 5 gránulos a la mañana.

# Amigdalitis

---



Dentro de los medicamentos homeopáticos más utilizados en **amigdalitis agudas** se encuentran:

## BELLADONA 9 CH



Amígdalas rojas con garganta seca y **con fiebre alta de aparición súbita**, sudoración y congestión de cabeza. El niño puede delirar por la fiebre.

## APIS MELLIFICA 9 CH



Las amígdalas tienen un color más bien rosado, con la úvula (campanilla) hinchada, húmeda. La molestia al tragar **mejora con bebidas frías**.

## PHYTOLACCA 9 CH



La faringe está **dolorosa**, de color rojo oscuro. Con sensación de **cuerpo extraño** y deseo constante de tragar. El dolor al tragar se irradia desde la base de la lengua al oído y al cuello.

## FERRUM PHOSPHORICUM 9 CH



Garganta inflamada, roja, seca y muy dolorida, sobre todo al tragarse; **dolor ardiente**, fiebre, piel caliente y seca.

## MERCURIUS SOLUBILIS 9 CH



Muy útil en amigdalitis con exudado obteniendo aquí una rápida mejoría. La lengua está muy cargada y muestra las **marcas de los dientes en los bordes**, la salivación es **maloliente** a su alrededor.

## HEPAR SULFUR 9 CH



Dolor como si **tuviera clavada una astilla en la garganta** o una espina. El niño es muy sensible al contacto. También es muy sensible psíquicamente: irritable, colérico, impetuoso; se empeora ante cualquier cosa que se le diga, con el contacto, al respirar o con el dolor. Muy eficaz para prevenir el temido absceso faringoamigdalar.

Entre los medicamentos homeopáticos más usados en **amigdalitis de repetición** encontramos:

## BARYTA CARBONICA 7 CH



Amígdalas grandes con ganglios linfáticos también aumentados. Muy útil en amigdalitis que se repiten periódicamente. Es el tratamiento de elección en **hipertrofia adenoidea o vegetaciones**.

## TUBERCULINUM 9 CH



Tomado cada 15 - 30 días actúa previniendo los **procesos de vías altas**, especialmente de las amígdalas. **Preventivo**.

## LYCOPodium CLAVATUM 7 CH



Especialmente útil en amigdalitis de repetición **del lado derecho** en pacientes delgados, con problemas digestivos y que tienden a padecer de cólicos nefríticos.

**Dosificación:** Si no se especifica otra cosa, las diluciones para los **casos recientes** son de 7 CH o de 9 CH, en gránulos, (por ejemplo Apis mellifica 9 CH en gránulos para solicitar en la farmacia), y se toman 5 gránulos al principio cada hora, espaciando las tomas en función de la mejoría. Después se separan cada 3 o 4 horas hasta hacer de dosis media 5 gránulos 3 veces al día, preferentemente en ayunas.

En tratamientos preventivos se puede administrar 1 tubo-dosis de 1 gramo de glóbulos a la semana, del medicamento homeopático.

La mejoría de los síntomas de la amigdalitis con un tratamiento homeopático es rápida tanto cuando es aguda como cuando tiende a recaer. Dicha rapidez de acción unida a su total compatibilidad con cualquier medicamento convencional que hubiera que asociar, constituye una elección de primer orden en el tratamiento de las amigdalitis a cualquier edad.

# Asma alérgico

---



## POUMON HISTAMINE 15 CH



Siempre hay que dar 5 gránulos cada hora de este medicamento al principio del proceso.

## IPECA



Si hay tos productiva. Lo usaremos cuando presente una tos espasmódica, con **hipersalivación** (exceso de salivación).

## ANTIMONIUM TARTARICUM



Si existe obstrucción de las vías respiratorias con mucho moco y los síntomas del asma empeoran al tumbarse. En niños con tos sofocante, con moco viscoso y abundante, con sudores fríos y aleteo de las ventanas nasales.

## DROSERA



Si hay tos **seca** (perruna) que empeora al hablar, al reír o al tumbarse.

## BLATTA ORIENTALIS



Si hay secreción pero cuesta mucho expulsarla y gran obstrucción. Se relaciona con los **ácaros**.

## ARSENICUM ALBUM 15 CH



En niños con **crisis asmática nocturna**, entre la 1 y las 3 de la mañana. Es un paciente nervioso y que mejora tras la expulsión de mucosidad blanquecina. Necesidad de calor.

## LACHESIS MUTUS



En niños en los que la crisis asmática se produce preferiblemente por la mañana **al despertar o al ir a dormir** y que suele cursar con una rinitis alérgica.

**Presentación y forma de administración:** la dilución homeopática de los medicamentos anteriores, si no se especifica nada más, es a la 9 CH, en gránulos, y la dosis es de 5 gránulos 3 veces al día.

**Santaherba gotas®** es un medicamento comercializado, muy útil en asma. De Laboratorio Lehning.

Composición: Yerba santa 3 DH (0.068 ml), Ipeca 4 DH (0.068 ml), Lobelia inflata 3 DH (0.068 ml), Adrenalinum 6 DH (0.068 ml), Belladona 4 DH (0.068 ml), Stramonium 4 DH (0.068 ml), Solidago 3 DH (0.068 ml), Ephedra 4 DH (0.068 ml), Galeopsis T.M. (0.068 ml), Sambucus T.M. (0.068 ml), Crataegus T.M. (0.068 ml); etanol (40%), agua purificada.



La forma de administración es de 15 gotas 3 veces al día.

# Boqueras

---

## NITRICUM ACIDUM



Útil en boqueras que muestran fisuras lineales, como hechas con una cuchilla, **muy dolorosas** al tacto y, sobre todo, al abrir la boca y al contacto con alimentos ácidos.

**GRAPHITES** y **MEZEREUM**. Las lesiones, en este caso, se muestran recubiertas de una **costra**. En el caso de Graphites esta costra suele tener un aspecto como de miel seca mientras que en Mezereum será más marronácea. Ambos son buenos medicamentos de boqueras **sobreinfectadas**.

## CONDURANGO 5CH



Este es otro medicamento que, como Nitricum acidum, solemos relacionarlo con fisuras en pliegues cutáneomucosos, como son el **ano** o la **comisura de los labios**.

**MERCURIUS SOLUBILIS**. En estos niños las boqueras se acompañarán de una **lengua cargada** de una capa blanquecina, **mal aliento** de boca y un **exceso de salivación**. Es el medicamento de uso más habitual en niños y ancianos en el caso de boqueras.

# Bronquiolitis

---



## DROSERA 9 CH



En los accesos de tos que trata Drosera, la cara suele estar cianótica o roja y a menudo sangra la nariz se tienen sudores copiosos, intranquilidad y angustia entre los accesos.

En los procesos traqueobronquiales presentan puntadas severas o dolores al toser, estornudar o respirar profundamente. Esas molestias mejoran con la presión del tórax o el abdomen al toser, también con el movimiento.

Drosera ha sido utilizado clásicamente como medicamento muy útil para el tratamiento de la **tosferina**, en Homeopatía el más usado para esta enfermedad.



En el **cuadro agudo**, medicamentos como y **ANTIMONIUM TARTARICUM 5 CH** e **IPECA 9 CH** a razón de 5 gránulos cada hora nos van a permitir disminuir la dificultad respiratoria del niño y **facilitar la expulsión de las secreciones**, tanto de las vías **bajas** como de las vías **altas**, acortando el tiempo de duración del episodio y permitiendo un curso del mismo más llevadero. Por supuesto, si fuera preciso, la compatibilidad con cualquier fármaco convencional es completa pero debe ser valorada por el médico que trate el niño. Se trata por lo tanto de poner en valor todas las estrategias terapéuticas posibles encaminadas a conseguir un restablecimiento adecuado y lo antes posible del niño. Se indican 5 gránulos al principio cada hora, espaciando las tomas en función de la mejoría.

Por lo que respecta a la **prevención**, los medicamentos homeopáticos se sitúan a la cabeza de los fármacos que pueden conseguir, en la mayoría de los casos, que el niño se libre de presentar cuadros de catarro y dificultad respiratoria de repetición, evitando así el uso reiterado de corticoides y aerosoles, los cuales los padres suelen rechazar de entrada. Y volviendo a lo indicado con anterioridad, y que podemos hacer extensible a todos los medicamentos homeopáticos, con una **compatibilidad absoluta** con cualquier medicación convencional.



Medicamentos como **BLATTA ORIENTALIS 15 CH** y **AVIAIRE 15 CH** a razón de 1 tubo-dosis de 1 gramo de glóbulos de cada uno de ellos un día a la semana, resultan muy útiles en la prevención tanto de las **bronquiolitis** y de sus recaídas, como de los procesos bronquiales en general tales como las **bronquitis de repetición**.

# Cirugías

---



En cualquier circunstancia y en particular en los niños, la Homeopatía es una terapéutica de gran interés a la hora de someterse a una operación quirúrgica, al actuar estimulando los propios mecanismos de curación del organismo.

Cabe distinguir entre lo que es propiamente la cirugía y lo que supone emocionalmente la misma.

## **Para los trastornos emocionales del niño:**

### **GELSEMIUM SEMPERVIRENS 15 CH**



Es ideal para este tipo de situaciones en las que el niño siente miedo por **ansiedad de anticipación** y temeroso por el conocimiento por anticipado de la situación a la que se va a enfrentar. Gelsemium por la tanto es un buen medicamento para esto y para la ansiedad por exámenes, entrevistas, viajes...

## IGNATIA AMARA 15 CH



En niños que se ponen irritables y coléricos y solamente se alivian si están en brazos.

**Posología:** En los dos medicamentos anteriores se suele administrar 1 tubo-dosis de 1 gramo de glóbulos la víspera y un par de horas o antes de la intervención.

### Para la cirugía propiamente:

## ARNICA MONTANA 15 CH o 30 CH



Tiene una acción específica sobre los tejidos heridos, ayudando en los procesos de cicatrización y modulando el dolor y la inflamación. Además, también tiene un tropismo muy marcado por los capilares, los vasos sanguíneos más pequeños, y ayuda en los procesos hemorrágicos y en la resolución de los hematomas. Por todo ello, si tuviéramos que elegir un solo medicamento para acompañar a un paciente que va a someterse a una cirugía sin duda sería Arnica. Es el medicamento principal en toda situación de **traumatismo** en la que alguna parte de nuestro cuerpo se golpea, sobrecarga, hiere, sangra o rompe.

## STAPHYSAGRIA 30 CH



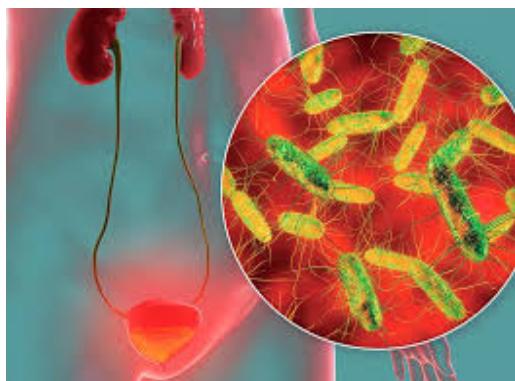
Se utiliza para el **dolor por la incisión** o herida.

**Posología en la Pre-cirugía:** 24 horas antes de la intervención, **STAPHYSAGRIA** y **ARNICA** en gránulos sublinguales, una toma de cada uno de 5 gránulos cada 8 horas, intercalados. Hasta una hora antes de la intervención.

**Posología en la Post-cirugía:** Podremos realizar tomas incluso de 5 gránulos cada 10 o 15 minutos de cada uno nada más despertar de la anestesia y según los resultados obtenidos, espaciar las tomas conforme se produzca la mejoría esperada. El primer día más frecuentemente si es necesario, después cada hora o 2 horas; al día siguiente 4-5 veces al día y si la clínica así lo aconseja, puede ser suficiente con 3 tomas al día durante una, 2 semanas o más si hace falta.

# Cistitis

---



## COLIBACILLINUM



Cuando sepamos que la bacteria que está detrás de estas infecciones de repetición es la Escherichia coli, como es tan frecuente, podremos utilizar Colibacillinum para mejorar la respuesta inmunológica de la persona frente a dicho germen.

Una vez que los síntomas hayan aparecido, también podremos utilizar ciertos medicamentos homeopáticos para tratarlos. El uso de antibióticos será valorado por el médico y la combinación de ambos, medicamentos homeopáticos y antibióticos u otros tratamientos, no hará más que aumentar la eficacia del tratamiento y mejorar el pronóstico siempre que el caso lo precise.

## CANTHARIS VESICATORIA



Útil cuando se presenta con dolores intensos, con **escozor** antes, durante y después de la micción. La orina suele ser **oscura**, poco abundante e incluso puede ir acompañada de **sangre**.

## ARSENICUM ALBUM



Pensamos en él cuando los dolores al orinar son muy ardientes, pero aun así el niño **busca el calor** para aliviar sus síntomas. La indicación de este medicamento homeopático se refuerza si se siente cansado y ansioso.

## TEREBINTHINA



Se determina su uso en función del color y olor de la orina, que suele presentar como **posos de café** a consecuencia de la sangre que puede contener.

## ACONITUM NAPELLUS



Es un medicamento homeopático especialmente indicado en las cistitis de aparición brusca tras la exposición a un **frío intenso**. El paciente puede llegar a presentar fiebre alta y es muy frecuente que el cuadro debute a lo largo de la **noche** de forma rápida e intensa. También estará congestionado y agitado.

**Presentación y forma de administración:** la dilución homeopática de los medicamentos anteriores es a la 9 CH, en gránulos, y la dosis es de 5 gránulos 3 veces al día pero se puede aumentar la frecuencia según necesidad.

# Cólicos del lactante

---



Generalmente comienzan entre la 3<sup>a</sup> y la 6<sup>a</sup> semana después del nacimiento y terminan para cuando el bebé tiene entre 3 y 4 meses de edad.



**LYCOPodium CLAVATUM** 5 CH 5 gránulos por la mañana y por la noche y **COLOCYNTHIS** 9 CH 5 gránulos 2 veces al día. Este tratamiento se hará durante 3 días.

Un producto de venta en farmacias es **Colikind®** gránulos. Dar 5 gránulos antes de cada lactación y espaciar las tomas según vaya mejorando. Se aconseja disolver los gránulos en un poco de agua en el biberón.

Composición. *China* D3, *Tilia europaea* D1, *Foeniculum*, *Cuprum aceticum* D4, *Chamomilla* D1, *Argentum nitricum* D5, *Momordica balsamina* D2, *Lycopodium* D3.



# Conjuntivitis y molestias oculares

---



## ACONITUM NAPELLUS



Indicado cuando el ojo está muy **enrojecido, seco** y sin lagrimeo. La inflamación es muy intensa y aparece de manera brusca. Es frecuente que se produzca tras la exposición al frío.

## BELLADONNA



En este caso, hay una sensación de **ardor y dolor** en el ojo que puede ser pulsátil. No existe lagrimeo y las molestias **se agravan con la luz y el aire frío**.

## APIS MELLIFICA



Indicado cuando la conjuntivitis va acompañada de un **edema importante en los párpados**. El paciente suele sentir dolores punzantes y ardientes que mejoran con el fresco y se agravan con el calor.

## EUPHRASIA OFFICINALIS



Útil cuando hay enrojecimiento, sensación de ardor e impresión de cuerpo extraño, como si se tuviera **“arenilla” en el ojo**. En estos niños el lagrimeo es intenso y suele ser irritante. Es uno de los medicamentos homeopáticos más usados. Se administran 5 gránulos a la mañana y 5 a la noche.

## ALLIUM CEPA



Usado habitualmente en las **conjuntivitis alérgicas**. Es un cuadro similar al de Euphrasia officinalis, pero en este caso el lagrimeo no irrita los bordes del ojo. Suele acompañarse de secreción nasal y estornudos. El medicamento es capaz de aliviar todo el cuadro.

## MERCURIUS SOLUBILIS



Este medicamento homeopático está indicado cuando el ojo presenta **secreciones amarillo-verdosas**. Esta secreción suele ser irritante y las molestias **empeoran con el calor y por la noche**.

## ARGENTUM NITRICUM



Muy usado para las **conjuntivitis de los bebés** y para cuando hay secreción mucopurulenta y los párpados están hinchados con dolores punzantes.

## SILICEA



Otro gran medicamento en las conjuntivitis de los bebés con un problema de **obstrucción del conducto lagrimal**. Es también un buen medicamento homeopático de **blefaritis** y de **orzuelos recidivantes**.

**Presentación y forma de administración:** la dilución homeopática de los medicamentos anteriores es a la 9 CH, en gránulos, y la dosis es de 5 gránulos 3 veces al día pero se puede aumentar la frecuencia según necesidad.

## Oculoheel monodosis®

Producto comercializado por el Laboratorio Heel y cuya composición es: Euphrasia officinalis D 5, Cochlearia officinalis D 5, Pilocarpus jaborandi D 5, Echinacea angustifolia D 5 ana 110,7mg.



Es un remedio muy práctico y válido para la irritación ocular, para los ojos cansados, la fotosensibilidad y la inflamación de los párpados.

## Cuadros gripales

---



**Oscillococcinum®** tubos monodosis (marca registrada de Laboratorio Boiron, que contiene 0,01 ml de Anas barbariae 200 K). Muy eficaz cuando hay fiebre brusca con escalofríos y enrojecimiento del rostro y sudores. La posología en tratamiento **curativo** es de 1 tubo en cuanto aparecen los primeros síntomas. Se puede repetir la toma 2 o 3 veces al día el primer día. Después 1 tubo-dosis al día durante 3-4 días seguidos.



Como **preventivo**, en los meses de octubre a enero, tomar 1 tubo (en los bebés diluirlo en el biberón con agua) una vez por semana.



**BELLADONA 9 CH y FERRUM PHOSPHORICUM 9 CH** si el niño **hace otitis cuando empieza a mejorar de su catarro**. Administrar 5 gránulos de forma alternativa cada hora. Después se separan las tomas cada 3 o 4 horas hasta hacer de media 5 gránulos 3 veces al día.

## Dentición

---



**RHEUM OFFICINALE 15 CH.** Lo más característico es el **olor ácido** que desprende el niño. Es también uno de los medicamentos más usados en las **diarreas de la dentición**.

La posología, en gránulos, es de 5 gránulos al principio cada hora o cada 2 horas, en el biberón, espaciando las tomas en función de la mejoría. Después se separa la toma cada 3 o 4 horas hasta hacer de media 5 gránulos 3 veces al día, de preferencia en ayunas.

### CHAMOMILLA VULGARIS 15 CH



Es uno de los medicamentos homeopáticos clásicos en el tratamiento de los procesos concomitantes a la dentición con diarrea y que puede acompañarse de fiebre. En estos casos el niño está muy irritable, caprichoso e inconsolable. Sólo **se calma si se le coge en brazos** o si se le pasea y se le mece.

## Chamodent®

Es un medicamento homeopático registrado por Laboratorio Mama Natura-DHU indicado para el alivio de síntomas que aparecen en la erupción y desarrollo de los dientes. Alivia los síntomas típicos de la dentición, tales como salivación intensa, temperatura aumentada, mejillas rojas, inquietud, sueño alterado, apetencia alterada y diarrea.



Cada comprimido contiene, como principios activos: Belladona D6 15mg, Chamomilla D6 15 mg, Ferrum phosphoricum D6 15 mg, Hepar sulfuris D12 15 mg, Pulsatilla D6 15 mg.

**Dosis:** En los bebés, por ejemplo se pueden poner los 6 comprimidos en el biberón de agua y en la fase aguda se le da de beber cada 1-2 horas, agitando el contenido antes de cada toma A partir de la mejoría se ponen 1-3 comprimidos al día, mientras persistan los síntomas.



# Diarreas en lactantes y niños

---



## CHAMOMILLA VULGARIS 9 CH



Es uno de los medicamentos homeopáticos clásicos en el tratamiento de los procesos concomitantes a la **dentición**. La diarrea puede acompañarse de fiebre y el niño está muy **irritable**, caprichoso e inconsolable. Sólo se calma si se le coge en brazos o si se le pasea y se le mece.

## RHEUM OFFICINALE 5 CH



Lo más característico es el **olor ácido** que desprende el niño. Es también uno de los medicamentos usados en las diarreas de la dentición.

## MERCURIUS SOLUBILIS 5 CH



La diarrea se acompaña de mucha salivación; el niño **moja la ropa** y la almohada al dormir. Suele apreciarse un olor muy fuerte del **aliento y la lengua cargada**. Es frecuente la fiebre que se agrava por la noche, con sudores que no mejoran al paciente.

## MAGNESIA CARBONICA 15 CH



La diarrea, al igual que el niño, desprende un olor agrio, como ocurría en Rheum. Es un gran medicamento de diarreas por **intolerancia a la leche**.

**Dosificación:** si no se especifica nada más, suelen ser 5 gránulos al principio cada hora o 2 horas, en el biberón si se trata de un bebé y disuelto en agua o chupando los gránulos si es niño más mayor, espaciando las tomas en función de la mejoría. Después se separa la toma cada 3 o 4 horas hasta hacer de media 5 gránulos 3 veces al día, preferentemente en ayunas.

## Fiebre en niños

---



Los medicamentos homeopáticos presentan **ventajas** que los hacen una opción de primera intención a la hora de abordar el manejo de la fiebre en los más pequeños:

- **No suprimen la fiebre.** La fiebre es un aliado del organismo frente a los gérmenes por lo que el interés no está en que desaparezca sino en modularla para que sea confortable y, a la vez, pueda mantenerse una temperatura corporal que facilite la acción de nuestro sistema inmunológico.
- Pueden administrarse a niños de **cualquier edad**, incluso recién nacidos.
- Son **compatibles** con cualquier otro medicamento y pueden combinarse con antitérmicos convencionales o antibióticos si fuera necesario.
- Son **muy bien aceptados** por los niños.
- Son **muy fáciles de administrar**, pudiéndolos dar disueltos en agua en los más pequeños.
- La **individualización del tratamiento** es fundamental.

## **Medicamentos homeopáticos para bajar la fiebre de aparición súbita:**

### **ACONITUM NAPELLUS 15 CH**



La fiebre es elevada, 39º - 40º C, de comienzo brusco y suele evolucionar en picos. El niño está **muy congestionado**, con **calor** en la piel y **ausencia de sudor**. Destaca la **agitación** del niño y la sed de pequeñas cantidades de agua. La indicación se refuerza si la fiebre aparece a lo largo de la **noche** y se origina tras un **enfriamiento brusco** del paciente esa misma tarde.

### **BELLADONNA 9 CH**



Aquí la fiebre también es de **aparición rápida**. El niño tiene las **mucosas secas** y el cuerpo bañado en **sudor**. El rostro está **muy congestionado** y es frecuente que se acompañe de un **dolor pulsátil de cabeza**. Tiene **sed** y sensación de **sequedad de boca**. Le molesta mucho la luz, los ruidos y que le toquen, por lo que busca estar **acostado, tranquilo y con poca luz**. Muy indicado en los niños con fiebres que tienden a **convulsionar**.

### **APIS MELLIFICA 9 CH**



Fiebre muy **intensa de aparición brusca** y que se mantiene en **meseta**. Suele asociarse muy frecuentemente con dolor fuerte de cabeza y con **inflamación edematosas de la garganta**, con una sensación de **ardor y dolor que mejora con el frío**. Es muy característica también la **ausencia de sed** a pesar de la fiebre alta. La piel está seca y ardiente aunque puede alternar con fases de sudoración.

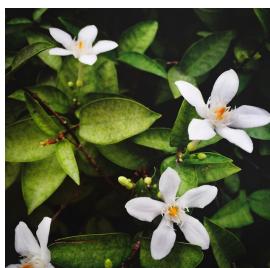
## **Medicamentos homeopáticos para bajar la fiebre de aparición progresiva:**

### **BRYONIA ALBA 9 CH**



La fiebre suele llegar a ser alta, de 38º a 40º C, pero esta vez la temperatura va aumentando más lentamente. El paciente tiene una **sed intensa con sudores y sequedad de mucosas**. Algo muy característico de este cuadro febril es que el niño **desea estar completamente inmóvil** en la cama porque el más pequeño movimiento le agrava de todas sus molestias.

### **GELSEMIUM SEMPERVIRENS 9 CH**



La fiebre de 38º - 40º C aparece poco a poco. El niño está **sin sed, postrado, abatido, con el rostro muy rojo y con dolor de cabeza**. Puede tener **escalofríos**, que pueden llegar a **temblores**, seguidos de sudores que lo alivian. También puede quejarse de **dolor corporal**.

### **FERRUM PHOSPHORICUM 9 CH**



Éste, quizás, sea el medicamento homeopático más utilizado en **fiebres poco elevadas**, 37'5º - 38'5º C, lo que llamamos **febrículas**. Alterna **palidez y enrojecimiento** de la cara y suele estar húmeda. Es muy útil en esos cuadros aún poco definidos en donde el niño se queja de un **dolor leve de garganta u oído** y que puede acompañarse de una sensación de malestar general también leve. Le puede **sangrar la nariz** y empeora con el aire frío.

## RHUS TOXICODENDRON 9 CH



En los casos de fiebre de 38º - 39º C. Destaca que el niño **necesita moverse** constantemente para sentirse mejor. Le mejora un baño caliente y la presencia de **herpes** simple refuerza su indicación.

**Dosificación:** las diluciones para los casos recientes, si no se especifica nada más, suelen ser a la 5 CH o a la 7 CH, en gránulos habitualmente, y se hacen 5 gránulos al principio cada hora, espaciando las tomas en función de la mejoría. Después se separan cada 3 o 4 horas hasta hacer de media 5 gránulos 3 veces al día, como siempre preferentemente en ayunas. En bebés diluir los gránulos en agua y agitar antes de las tomas.

La Homeopatía amplía nuestras posibilidades de abordaje de la fiebre con medicamentos seguros, compatibles con cualquier otro tratamiento que el niño pueda necesitar y utilizando siempre los medicamentos homeopáticos que mejor se adapten a la situación clínica del niño.

# Mareos en viajes o cinetosis

---



## COCCULUS INDICUS



Mareos en los viajes, con sensación de **vértigo y náuseas**. Suele asociarse con una **laxitud generalizada** con sensación de que el cuello no puede sostenerle la cabeza o de que las piernas le flaquean. Se trata de niños que **mejorarán de sus síntomas con calor** por lo que es frecuente que pidan mantener las **ventanillas del vehículo subidas**.

Para prevenir y tratar los síntomas de mareo por el movimiento cuando viajemos en **coche, barco o tren**.

## BORAX 30 CH

Este es un medicamento homeopático especialmente indicado en los pacientes que sufren mareo, con palidez, vértigos y náuseas, con los movimientos de arriba a abajo y de inclinación hacia delante y atrás, es decir, en los **aviones** y en los **barcos**.

## TABACUM



homeopáticos más usados.

Palidez, sudores fríos, náuseas, vómitos, palpitaciones con vértigos, sensación de desfallecimiento... Todo un **cuadro vagal**. El niño **mejorará cerrando los ojos y con frescor**. Ésta es una de las formas más comunes que hay de manifestarse esto mareos en los viajes y por eso será uno de los medicamentos

## PETROLEUM



En estos niños las náuseas y los mareos **mejorarán cerrando los ojos, comiendo y con calor**. Otros que igualmente preferirán las **ventanillas subidas**. Serán también esas personas que te dicen que **se marean con el olor a la gasolina**.

**Dilución y posología:** la dilución homeopática de los medicamentos anteriores es a la 9 CH, en gránulos, y la dosis es de 5 gránulos habitualmente cada hora.

## Cocculine comprimidos®

Cocculine es un medicamento homeopático muy práctico indicado para los mareos, náuseas y vómitos que se presentan al montar en **coche, barco o avión**. Se utiliza como preventivo antes del viaje y durante el mismo.



Composición: Coccus 4CH, Tabacum bichromicum 4CH, Nux vomica 4CH, Petroleum 4CH.

Administrar 1 o 2 comprimidos cada hora. Dejar deshacer el comprimido sublingual debajo de la lengua. Para niños menores de 4 años, disolver el comprimido sublingual en un poco de agua y administrarlo cuando se haya disuelto completamente.

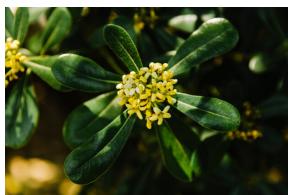


# Náuseas y vómitos

---



## IPECA 9 CH



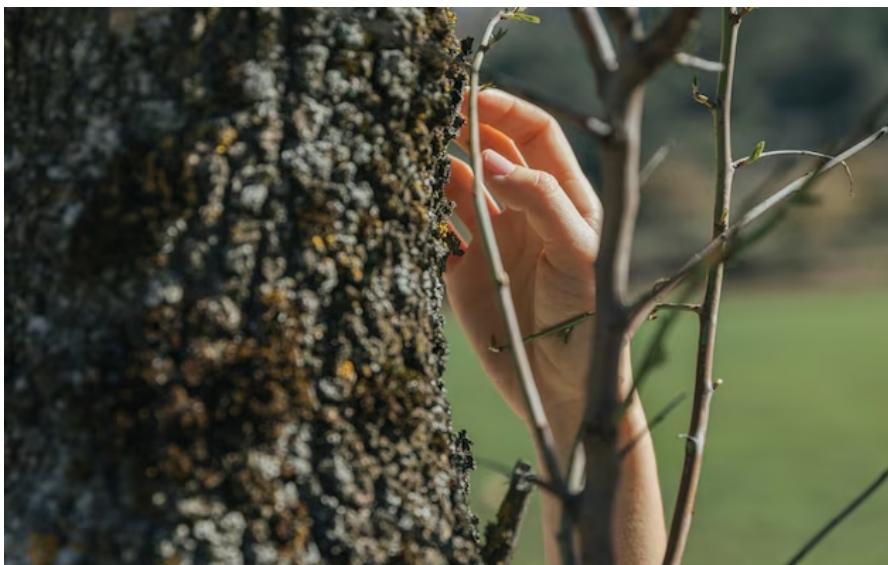
Para vómitos en chorro que **no producen alivio al vomitar**.

## NUX VOMICA 9 CH



Cuando hay náuseas con sensación de pesadez y cuando se produce **alivio al vomitar**.

**Posología:** se hacen 5 gránulos al principio cada hora, espaciando las tomas en función de la mejoría. Después se separan cada 3 o 4 horas hasta hacer de media 5 gránulos 3 veces al día, como siempre preferentemente en ayunas. En los bebés diluir los gránulos en agua y agitar antes de las tomas.



# Orzuelo

---



En la primera fase, **fase de inflamación**, tres medicamentos suelen recetarse con mayor frecuencia:

## APIS MELLIFICA



Lo usaremos cuando veamos un párpado edematoso con una inflamación más rosada que roja. Se suele acompañar de una sensación de **pinchazos** y escozor. **Mejora con aplicaciones frías** y se agrava con el calor.

## BELLADONNA 5 CH



Para los orzuelos que aparecen de manera violenta, con **dolor marcado** al tacto y al movimiento del ojo. Es probable que la persona note **latidos** en la zona afectada. La posología al principio es de 5 gránulos cada 2 horas durante 2 días y se van espaciando las tomas según la evolución de los síntomas.

## PULSATILLA



Medicamento indicado **nada más empezar el orzuelo**, cuando aún no ha empezado a supurar. Es probable que los ojos estén inflamados, rojos y con escozor, pero de forma muy poco intensa.

En la segunda fase, la **fase de supuración**, los medicamentos más indicados serán:

**HEPAR SULPHUR 30 CH.** Es un medicamento homeopático indicado clásicamente en los procesos inflamatorios con **predisposición a supurar**, como es el caso de los orzuelos. Será útil tanto en la fase inflamatoria como cuando ya haya colección depus en la lesión. La forma de administración es de 1 tubo-dosis de 1 gramo de glóbulos, 2 veces al día durante 2 días.

**MERCURIUS SOLUBILIS.** Muy conveniente en orzuelos supurados y, con frecuencia, **múltiples** en donde los párpados están rojos y edematizados (hinchados).

## MYRISTICA



Recomendado para facilitar la reabsorción y cicatrización de los orzuelos que **ya se han abierto**.

Los anteriores medicamentos se pueden asociar si es necesario.

La **dilución** homeopática de los medicamentos anteriores, si no se especifica nada más, es a la 9 CH, en gránulos habitualmente, y la **dosis** es de 5 gránulos 3 veces al día.



**Homeoplasmine pomada 40g®** de Boiron es un medicamento homeopático de uso cutáneo que puede ayudar a mejorar la zona inflamada. Aplicar una ligera capa en la zona afectada de 1 a 3 veces al día.

## Otalgia o dolor de oídos

---



Hay que distinguirla de la otitis seromucosa donde también hay dolor pero con secreciones en el oído, le supura. La otalgia puede ser por ejemplo por haber estado en una situación de mucho frío, o tras un baño donde se han quedado los oídos con humedad y luego duelen, o por algún problema dental, pero en general no hay secreciones como ocurre en la otitis seromucosa.



**BELLADONA 9 CH** en gránulos  
**FERRUM PHOSPHORICUM 9 CH** en gránulos y **CAPSICUM 9 CH** en gránulos.

Tomar 5 gránulos de cada uno directamente en la boca y chuparlos si el niño es mayor, 4 veces al día, en ayunas preferiblemente, separado por lo menos 10 minutos antes de las comidas; y si es muy pequeño, en el biberón con agua, en 100 ml de agua o menos, se echan 10 gránulos de cada medicamento. Antes de cada toma agitar bien para dinamizar la Homeopatía e ir dándoselo a sorbitos durante el día.

## Oscillococcinum®

En tubos monodosis (marca registrada de Laboratorio Boiron, que contiene 0,01 ml de Anas barbariae 200 K): Tomar 1 tubo-dosis una o dos veces al día durante 3 días seguidos. Después una vez por semana. Y si es bebé lo mismo pero diluido en el biberón con agua. Agitar previamente.



**ARSENICUM ALBUM 15 CH** 5 gránulos al acostarse si hay afectación general.



## Otitis seromucosa

---



**KALIUM MURIATICUM 15 CH** en gránulos, **DULCAMARA 9 CH** en gránulos y **MANGANUM METALLICUM 9 CH** en gránulos.

Administrar 5 gránulos de cada medicamento 3 veces al día, separando unos cinco minutos cada uno o si no, en casos de niños muy pequeños o que no quieran chupar los gránulos, se pueden poner en el biberón con agua si se trata de bebés o en un vasito si son más mayores, por ejemplo, en 100 ml de agua (o en 10 ml si no beben agua), 10 gránulos de cada medicamento. Antes de cada toma agitar bien para dinamizar la Homeopatía e ir dándoselo a sorbitos durante el día.

Esto es propiamente para la otitis.

A nivel general es importante tener buena **flora** protectora digestiva y durante la fase de secreciones **evitar los lácteos**.

Y un día a la semana como **preventivo** en niños que enfermen mucho de otitis administrar 1 tubo-dosis de **Oscillococcinum®** (marca registrada de Laboratorio Boiron) y 1 tubo-dosis de **SILICEA 15CH** de 1 gramo de glóbulos un día a la semana (la Silicea se pide en la farmacia a razón de por ejemplo” **6 tubos de 1 gramo de glóbulos**”. Con esto alcanza para un tratamiento de seis semanas).

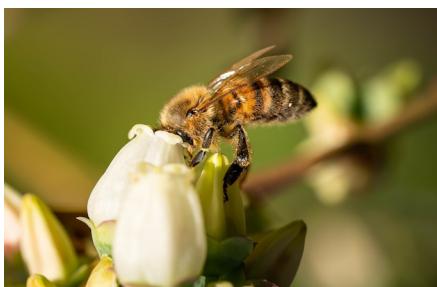


Oscillococcinum® es para preventivo y curativo de infecciones de vías respiratorias y la Silicea 15 CH es para las secreciones y los mocos y se da sólo si hay mucha secreción.

Ambos, como todos los medicamentos homeopáticos, se deben administrar preferentemente en ayunas.

## Picaduras de insectos

---



Una buena **prevención** para evitar las picaduras de mosquitos es tomar **LEDUM PALUSTRE 9 CH** 2 veces al día; es altamente eficaz y evita poner repelentes químicos a los niños generalmente poco eficaces y limitados por la edad. En aquellos países en los que la picadura de un mosquito puede ser transmisora de enfermedades

como la malaria, junto con la quinina, puede ser un buen aliado. En caso de picadura podemos usarlo también, y si hay muchos **habones o ronchas, APIS MELLIFICA 9 CH** de manera frecuente, incluso cada 15-30 minutos espaciando las tomas conforme obtengamos la mejoría esperada. Los resultados serán mejores si lo alternamos con Ledum palustre 3 veces al día.

# Psicosomática en niños y adolescentes

---



Los niños, por su inmadurez, en general tienen más dificultad a la hora de comunicarse verbalmente, de sacar fuera sus sentimientos y vivencias lo que les conduce a una mayor predisposición a manifestar sus emociones mediante síntomas físicos o trastornos por somatización. Algunos de esos síntomas son:

- **Dolores de cabeza.**
- **Cansancio.**
- **Náuseas.**
- **Dolor abdominal.**
- **Dolores musculares.**
- **Dolores de espalda.**

Algunos de los medicamentos homeopáticos para estos casos serían:

## IGNATIA AMARA 15 CH



Sensación de falta de aire, palpitaciones, nudo en el estómago. Sensibles. La **distracción mejora** claramente el cuadro. Les cuesta dormirse. Administrar en estos casos 5 gránulos 3 veces al día.

## GELSEMIUM SEMPERVIRENS 15 CH o 30 CH



En todas aquellas situaciones en que hay **nerviosismo anticipado** a una vivencia futura. Se bloquean física y mentalmente por el miedo. Administrar 1 tubo-dosis la víspera por la noche de 1 gramo de glóbulos. Si es prolongado el proceso tomar 5 gránulos 3 veces al día, como siempre **preferentemente en ayunas**.

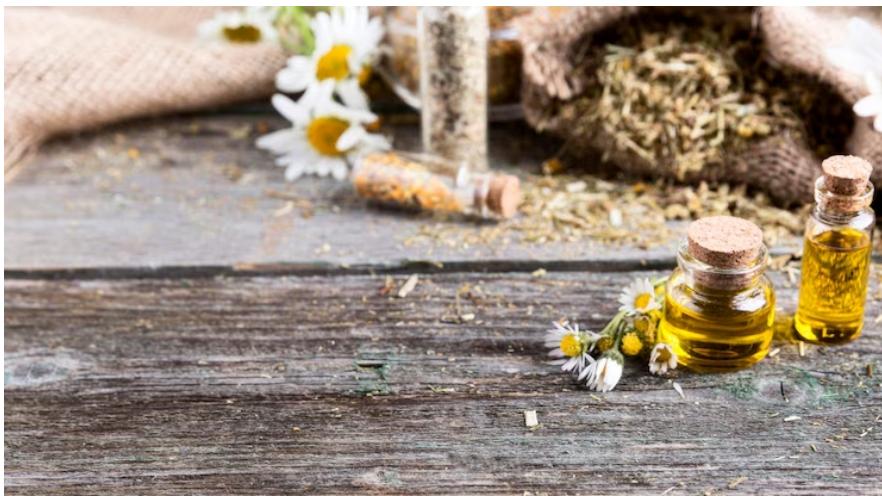
## STAPHYSAGRIA 30 CH



Es característico de niños que tienen un gran sentido de la injusticia que toleran mal. Rabia contenida. Represión. Acoso. Abuso. Malos tratos. **Vejación. Somatizan a nivel urinario, digestivo y de piel.** Tomar un tubo de 1 gramo de glóbulos 3 días seguidos. En ayunas.

La somatización es un problema de salud muy frecuente. Cuando afecta a niños y jóvenes, el uso de fármacos debe mantener un delicado equilibrio entre la eficacia y los efectos secundarios que no siempre es posible con los fármacos convencionales actuales.

# Quemadura solar



## APIS MELLIFICA 9 CH



Para el eritema solar en inflamaciones agudas, violentas, que se acompañan de edema rosáceo parcial o general y de dolores punzantes y ardorosos como producidos por “agujas al rojo fuego”. Además, usaremos Apis cuando los dolores **mejoren con aplicaciones frías**. Se suele asociar a **BELLADONA 5 CH**. Ambos son los dos medicamentos homeopáticos que podemos usar en las quemaduras solares de **primer grado**, en el clásico eritema solar en donde la piel **está seca e irradia calor**. La posología al principio es de 5 gránulos cada 10 minutos y se van espaciando las tomas según la evolución de los síntomas.

## CANTHARIS VESICATORIA 9 CH



Lo podremos usar para el tratamiento quemaduras de **segundo grado**.

## EUPHRASIA OFFICINALIS 9 CH



Indicada cuando hay un problema ocular en el que hay una **fotoftobia** por la luz solar.



# Rinitis

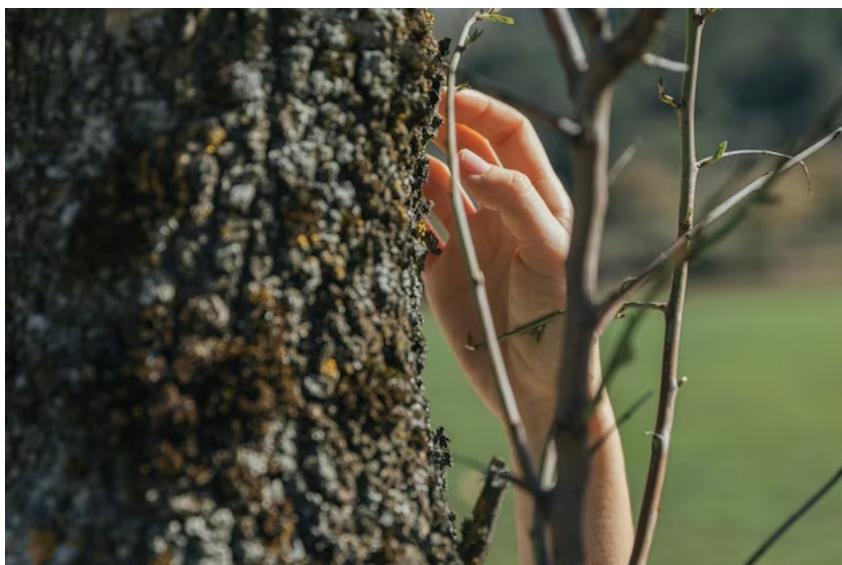
---



**ALLIUM CEPA 9 CH** si hay mocos acuosos.

**NUX VOMICA 9 CH** si estornuda mucho a las mañanas.

5 gránulos 2 veces al día en ambos casos.



## Rinofaringitis o catarros

---



**NUX VOMICA 9 CH y ALLIUM CEPA 9 CH** gránulos. Para el primer catarro del bebé, con nariz taponada, estornudos, poca fiebre.

5 gránulos de cada 4 veces al día, alternándolos.



Existen dos medicamentos **KALIUM BICHROMICUM 5 CH** e **HYDRASTIS CANADENSIS 5 CH**, en casos de catarros con mocos verdosos o amarillos y tos productiva con flemas.

5 gránulos de cada uno 4 veces al día, alternándolos.



**DULCAMARA 5 CH y FERRUM PHOSPHORICUM 9 CH** si hay **obstrucción nasal** con **ganglios inflamados**, sensibilidad al frío y secreción por la nariz.

5 gránulos de cada medicamento 4 veces al día, alternándolos.



# Ronquera

---



**RHUS TOXICODENDRON.** Este es otro gran medicamento para problemas de voz por sobreesfuerzos vocales pero aquí la el niño **está peor al comenzar a hablar** después de un periodo de silencio y mejora según va calentando la voz, a diferencia de Arnica montana que se agrava cuanto más habla.

## CAUSTICUM



Es uno de los medicamentos indicados en las **parálisis de las cuerdas vocales**. La ronquera es más intensa por la mañana y puede acompañarse de dolor con sensación de tener la **garganta como en “carne viva”**. Los niños que se benefician de este medicamento mejoran bebiendo bebidas frescas.

## ARUM THRIPHYLLUM 5 CH



Es uno de los medicamentos que se indica habitualmente. La característica que nos hace pensar en él es la voz bitonal que presenta el niño, con cambios constantes en el timbre de voz, con la emisión de **“gallos vocales”**.

## PHOSPHORUS



Es otro gran medicamento de disfonía y afonía con dolor que, incluso, puede hacer que el niño no pueda hablar a causa de su intensidad. Esta vez el paciente estará **peor al atardecer** y primera parte de la noche.

## ARNICA MONTANA



Siempre lo tendremos en cuenta cuando la disfonía se produzca por un **sobreesfuerzo** con fatiga de la voz. Arnica es el gran medicamento de la sobrecarga muscular y las cuerdas vocales no dejan de ser pequeños músculos alojados en la laringe. Puede haber dolor o molestia al hablar.

**ARGENTUM METALLICUM.** Gran medicamento en los niños que suelen presentar una necesidad constante de **carraspear** para intentar aclararse la voz.

## ARGENTUM NITRICUM



Tiene las mismas características que *Argentum metallicum*, pero pensaremos en él sobre todo en los niños con **pérdida de voz de causa emocional** relacionada con el miedo ante una prueba, un examen o cualquier situación que vivan como un desafío. Además, el miedo tiende a agitarlos y a acelerarlos, volviéndoles precipitados y algo caóticos.

## GELSEMIUM SEMPERVIRENS



Un medicamento muy cercano al anterior en relación al origen de la afonía. Son también personas que se pueden quedar sin voz ante una presentación pública o ante un examen oral. Esta vez el miedo no agita, sino que **paraliza a la persona**, pudiendo presentar temblores y desfallecer con una sensación de que las piernas no le sostienen.

## THUYA OCCIDENTALIS



Sería otro medicamento muy interesante a tener en cuenta en el caso de nódulos y, sobre todo, **pólipos** en las cuerdas vocales.

## ACONITUM NAPELLUS



Gran medicamento de disfonías y afonías de aparición brusca tras la exposición a un **frío intenso**. La indicación se refuerza si se acompaña de fiebre alta y agitación. Es también un gran medicamento de afonías tras crisis de pánico y situaciones de miedo intenso.

## IGNATIA AMARA



Son también ronqueras y afonías relacionadas con **situaciones emocionales**. El niño está muy irritable, con grandes cambios de humor y reacciones paradójicas como que siente mejor la voz si chilla que si habla en un tono normal. Son muy características las sensaciones espasmódicas del tipo de bola en la garganta o puño en el estómago y la necesidad constante de **suspirar para aliviarse**. Siempre **mejoran si algo les distrae**.

La **dilución** homeopática de los medicamentos anteriores, si no se especifica nada más, es a la 9 CH y la **posología** al principio es de 5 gránulos cada hora y se van espaciando las tomas según la evolución de los síntomas hasta tomar 5 gránulos 3 veces al día.

## **Homeovox comprimidos®**

Composición:

Aconitum napellus 3 CH 0,164 mg  
Arum triphyllum 3 CH 0,164 mg  
Belladonna 6 CH 0,164 mg  
Bryonia 3 CH 0,164 mg  
Calendula officinalis 6 CH 0,164 mg  
Ferrum phosphoricum 6 CH 0,164 mg  
Hepar sulfur 6 CH 0,164 mg  
Kalium bichromicum 6 CH 0,164 mg  
Mercurius solubilis 6 CH 0,164 mg  
Populus candicans 6 CH 0,164 mg  
Spongia tosta 6 CH 0,164 mg



Es un medicamento homeopático “comodín” utilizado tradicionalmente en casos de afonía, ronquera y fatiga de las cuerdas vocales.

La **posología** recomendada es de 1 comprimido recubierto de 3 a 6 veces al día.

**Forma de administración:** Deshacer en la boca cada comprimido o en un poco de agua y tomar.

# Sinusitis

---



## En la fase inicial del catarro:

### ESTICTA PULMONARIA



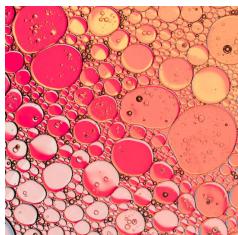
Nariz obstruida, tapada, con necesidad frecuente de sonarse que es ineficaz porque **no sale moco**. Duele la nariz nasal como si llevara una pinza. El medicamento deja de estar indicado cuando fluye la mucosidad.

**KALIUM IODATUM.** La mucosidad nasal es acuosa, **abundante** e irritante. Los **ojos están llorosos**, ardientes y los párpados hinchados.

Ambos medicamentos son útiles en las **sinusitis frontales**.

## **En la fase de moco espeso, supurativo:**

### **KALIUM BICHROMICUM**



Dolor en los pómulos, obstrucción y presión en las fosas nasales, **moco amarillo-verdoso** viscoso, pegajoso, que forma **costras**.

### **HYDRASTIS CANADENSIS**



Pesadez en la frente. Moco **amarillo espeso**, que cae por la garganta.

### **PULSATILLA**



Mucosidad **amarilla fluida** que empeora en un ambiente cálido. Nariz obstruida en la cama.

## MEZEREUM



Especialmente útil en las **sinusitis maxilares**. Dolor ardiente de los huesos de la nariz y la cara. La mucosidad es purulenta y con **sangre**.

## CINNABARIS



**Punzadas** dolorosas por detrás de la nariz y/o alrededor de los ojos. El ojo puede estar rojo escarlata y lagrimea. El moco cae por la garganta. En **sinusitis frontales**.

**MERCURIUS SOLUBILIS.** Mucosidad **amarillo-verdosa** muy irritante, que huele mal. La lengua está cargada y con la huella de los dientes. La salivación es **maloliente**.

### Cuando tiende a repetirse:

## LYCOPodium CLAVATUM



En niños con tendencia a los problemas **hepáticos y renales**. Delgados, con problemas digestivos y poco apetito.

## SILICEA



Niños delgados, frioleros, a los que el **frío** y la **humedad** les producen problemas respiratorios. Tienen buen apetito y suelen ser tímidos.

## NATRUM MURIATICUM



En niños **muy delgados** a pesar de su buen apetito. Con tendencia a los problemas alérgicos respiratorios y de piel. Poco comunicativos.

## SULFUR IODATUM



Individuos delgados, **sensibles al frío** y con tendencia a los problemas de vías respiratorias, de piel y alérgicos.

## CALCAREA CARBONICA



En niños con **sobrepeso** y con tendencia a la **diabetes**. Son lentos e inseguros.

**Posología:** se hacen 5 gránulos al principio cada hora, espaciando las tomas en función de la mejoría. Después se separan cada 3 o 4 horas hasta hacer de media 5 gránulos 3 veces al día, como siempre preferentemente en ayunas. En los bebés diluir los gránulos en agua y agitar antes de las tomas. La dilución de los medicamentos será a la 7 o 9 CH.

Un medicamento práctico es **Sinuspax comprimidos®** de Laboratorio Lehning cuya composición es:

Calcarea carbonica 3 DH 0,02 g

Calcarea fluorica 3 DH 0,02 g

Manganum sulfuricum 3 DH 0,02 g

Belladonna 3 DH 0,02 g

Sabadilla 3 DH 0,02 g

Hepar sulfuris calcareum 3 DH 0,02 g

Hydrastis canadensis 3 DH 0,02 g

Kalium sulfuricum 4 DH 0,02 g

Silicea 5 DH 0,02 g

Thuya occidentalis 2 DH 0,02 g

Kalium bichromicum 5 DH 0,02 g

Cinnabaris 4 DH 0,02 g



La **dosis** habitual en niños es de 1 comprimido 3 veces al día. Masticar y deshacer en la boca o disolverlo en un poco de agua. Se recomienda mantener el medicamento unos instantes bajo la lengua antes de tragar si el niño puede hacerlo.

# Tos

---



## ACONITUM NAPELLUS



La tos es seca y ronca y suele acompañarse de un cuadro febril intenso y dolor de garganta al toser. El niño puede estar angustiado con su tos, que se agrava por la noche y es frecuente que el cuadro aparezca después de un **enfriamiento brusco**.

## BELLADONNA



También es un buen medicamento de tos seca en un niño, también, febril y congestionado. En este caso, el paciente está más abatido que en el anterior caso y suele sudar, cosa que no ocurre en los pacientes sensibles a Aconitum.

## IPECA



La tos es espasmódica y puede acompañarse de náuseas y vómitos. En estos pacientes ya observamos mucosidad bronquial, pero, a pesar de ello, no suele haber mucha expectoración. Esta tos puede acompañarse de fatiga, de dificultad respiratoria, y suele resultar un gran medicamento para muchos pacientes con **asma**. Es frecuente que se asocie con una sensación de mucha **salivación** con la lengua limpia y ausencia de sed. También refuerza la indicación de Ipeca el que se encuentre **sangre** en la expectoración o la tos se acompañe de sangrado nasal.

## HEPAR SULPHUR



Buen medicamento para las toses secas que producen un intenso **dolor en la garganta**, como si el niño tuviera una **espina** clavada en la garganta. El dolor y la tos mejoran con compresas calientes sobre la garganta y también con bebidas calientes. Es característico que el comienzo del cuadro se produzca después de un enfriamiento brusco, como en Aconitum. El niño además, suele tolerar muy mal el dolor y esto le provoca ataques de **cólera**. También es un buen medicamento homeopático cuando las toses se acompañan de mucosidad y las flemas son **amarillo-verdosas**.

## DROSERA 15 CH



tos. Como en Bryonia, la intensidad de la tos puede provocar dolores en el pecho y abdomen que el niño intenta aliviar agarrándoselos con fuerza durante los ataques de tos. Es uno de los medicamentos más usados en el tratamiento de la tos seca, perruna, que se agrava por la noche al acostarse.

Es uno de los principales medicamentos de **tos seca espasmódica**, en accesos, agravada a la noche y cuando la persona está **tumbada**. Es frecuente en los niños que haya vómitos durante los accesos de

## ANTIMONIUM TARTARICUM 7 CH



Aquí la tos va a ser una tos claramente productiva, con **abundante mucosidad** bronquial. El moco es espeso y la expectoración no siempre es fácil. Puede haber también dificultad respiratoria y el niño puede mostrarse muy abatido y cansado, incluso ojeroso y con los labios algo amoratados.

**Presentación y forma de administración:** la dilución homeopática de los medicamentos anteriores, si no se especifica nada más, es a la 9 CH, en gránulos y la dosis habitual es de 5 gránulos 3 veces al día, pero en los inicios del proceso se pueden hacer las tomas más frecuentemente.

Hay dos preparados de Homeopatía para la tos en forma de jarabe en farmacias muy prácticos para la tos. Ambos actúan aliviando la tos seca y la tos productiva gracias a su acción mucolítica y expectorante. Son similares:

### **Stodal jarabe® de Laboratorio Boiron.**

Composición: Anemone pulsatilla 6 CH, Rumex crispus 6 CH, Bryonia dioica 3 CH, Ipecac 3 CH, Spongia tosta 3 CH, Sticta pulmonaria 3 CH, Antimonium tartaricum 6 CH, Myocarde 6 CH, Coccus cacti 3 CH, Drosera TM a.a. 0,95 g, Jarabe de Tolú 19 g, Jarabe de Polygala 19 g.



La **dosis** recomendada en adultos es de 15 ml medidos con el vaso dosificador, de 3 a 5 veces al día.

### **Expectodhu jarabe® de Laboratorio DHU.**

Composición: Antimonium sulfuratum aurantiacum dil. D6 0.0017 ml. Bryonia dil. D3 0.0018 ml Drosera dil. D6 0.0018 ml Eucalyptus dil. D3 0.002 ml Ipecacuanha dil. D4 0.0018 ml



1 a 2 cucharaditas de jarabe de 3 a 5 veces al día. Las tomas deben repartirse a lo largo del día y al acostarse para calmar la tos nocturna.

## Vacunación (efectos adversos)

---

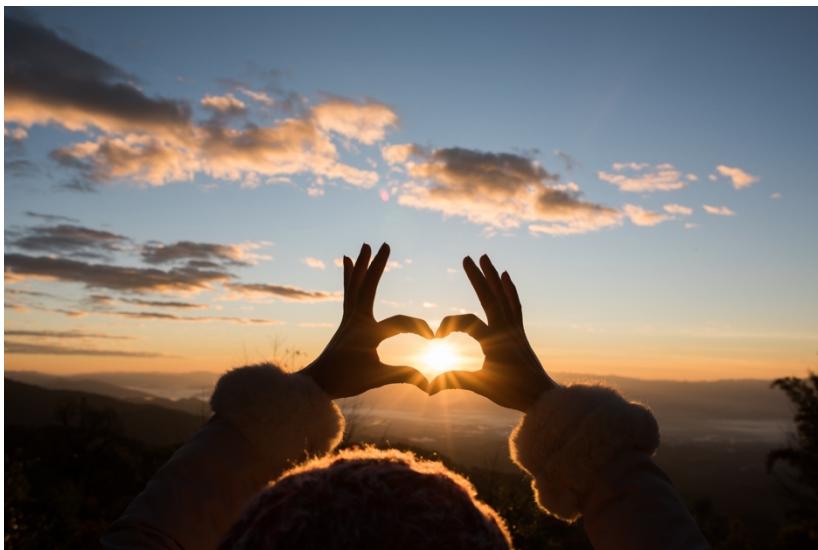


Medicamentos como **APIS, LYCOPodium, POUМОN HISTAMINAE Y URTICA URENS** pueden ser de ayuda en la prevención de **reacciones alérgicas** en personas sensibles y en el tratamiento de los cuadros urticariales.

Si estos efectos adversos se mantienen en el tiempo con **cansancio, dolores y tos** podemos emplear medicamentos de convalecencia como **PULSATILLA, SULPHUR IODATUM, KALIUM PHOSPHORICUM y ACIDUM PHOSPHORICUM**.



La prevención de las reacciones adversas a las vacunas aprobadas para el COVID-19 y su tratamiento pueden ser un nuevo objeto de cuidado por parte de los médicos que nos enfrentamos a un nuevo tipo de vacunas, la mayoría de transcripción inversa, RNA-m, como es en este caso. Es una caja de Pandora porque se desconocen los efectos a medio y largo plazo de ello pero no se atisba que vayan a ser inocuas. Los efectos a corto plazo ya se están observando y desde mi punto de vista no ha compensado en absoluto introducir este tipo de sustancias en el cuerpo de los más pequeños que son los protagonistas de este libro, junto a las embarazadas a las cuales de ninguna manera se las tendría que haber “vacunado” tampoco. No voy a entrar en el resto de población pero mi línea de posicionamiento se puede intuir. Desde mi punto de vista es una barbaridad que se le ha hecho a la población en general, a sabiendas del daño probable que se le inflingía al niño con algo que ni estaba comprobado, ni era necesario, ni ha sido seguro... ni ha protegido de la transmisión de la enfermedad que es la principal indicación de cualquier vacuna además de proteger a la persona de síntomas graves en caso de que padezca el proceso para el que se le ha vacunado. Es triste ver cómo personas jóvenes y niños sobre todo, han muerto o padecen trastornos que probablemente nunca habrían presentado de no haberseles inoculado estos productos. Y todavía nos falta por ver lo que realmente va a pasar. En Medicina hace falta tiempo y eso es lo que no nos dieron para pensar en lo que nos iban a introducir, sin menospreciar el miedo que sí nos infundieron por todos los medios de comunicación para conseguir un plan: vacunar al mayor número posible de seres humanos del planeta Tierra. Y por desgracia les salió bien... de momento porque también pienso que este hecho ha creado “un antes y un después” y a muchos nos va a costar confiar y creernos todo lo que se nos diga a partir de ahora. Nos ha hecho más fuertes y emponderados. Ésa es mi sensación y percepción. ¡Así que de lo malo siempre se puede sacar algo bueno!



Para cualquier efecto por la vacuna que sea se administran 5 gránulos de **SILICEA** a baja potencia (por ejemplo 5 CH) para limpiar bien todo el tejido conjuntivo y se añade **GRAPHITES** 9 CH, 3 veces al día, mínimo 2 semanas ambos.

### **THUYA OCCIDENTALIS 15 CH**



En tubos-dosis de 1 gramo de glóbulos, 1 el día de la inoculación y repetir otra toma a los 15 días.

# Varicela

---



Es frecuente que la enfermedad, antes de que aparezcan las lesiones en la piel, comience como un cuadro de **laringotraqueitis o catarro**, incluso con fiebre. En esta fase, medicamentos homeopáticos como **HEPAR SULPHUR**, al principio de los catarros; **DROSERA** si hay tos por traqueítis espasmódica, seca y en quintas o **SPONGIA TOSTA** si la tos es seca, ronca, reciente y con modificación de la voz, los usaremos para tratar la **tos y la irritación de la garganta**; y **FERRUM PHOSPHORICUM** si la tos es productiva, reciente, con fiebre; **BELLADONA** si hay fiebre alta, brusca, sudor en el rostro y mucosas dolorosas y secas o **ACONITUM NAPELLUS** para los casos de fiebre aguda, brusca, rostro congestionado y tos seca de los que ya se ha mencionado en el apartado correspondiente a la fiebre serán de gran ayuda para aliviar la temperatura alta y mejorar el estado general del niño.



Al principio del proceso, medicamentos como **RHUS TOXICODENDRON 15 CH** y **CROTON TIGLIUM 9 CH**, 5 gránulos cada 2 horas alternativamente, para acelerar la curación de las **vesículas** características que aparecen en la piel, además de aliviar el picor.

### CANTHARIS VESICATORIA



Será una gran opción cuando las vesículas se asemejen más a **ampollas**.



**MEZEREUM 5 CH** y **ANTIMONIUM TARTARICUM 9 CH** los usaremos en caso de **sobreinfección** de las lesiones por el rascado,

cuando las vesículas tengan ya un aspecto blanquecino y **costroso** a razón de 5 gránulos cada 2 horas alternativamente.

## ANTIMONIUM TARTARICUM



El picor puede llegar a ser muy intenso y las lesiones de rascado que se producen pueden llegar a dejar unas **cicatrices** violáceas muy características. En este caso será el medicamento indicado para intentar minimizar estas secuelas en la piel.



# Vegetaciones

---



Hay un par de medicamentos homeopáticos, **AGRAPHIS NUTANS 9 CH**, con una gran afinidad por el tejido adenoideo que junto a **BARYTA CARBONICA 9 CH** son el tratamiento de elección en **hipertrofia adenoidea o vegetaciones**.

**Dosificación:** 5 gránulos de cada uno 2 veces al día, como siempre preferentemente en ayunas.

## THUYA OCCIDENTALIS



Para muchos casos aparte de esto se puede unir para producir una **reducción del tamaño de las vegetaciones** y sobre todo un **aumento de la inmunidad a ese nivel**, permitiéndonos evitar un gran número de procesos infecciosos, tanto de manera aguda como de repetición.

# Verrugas plantares y molluscum

---



## Verrugas plantares



**ANTIMONIUM CRUDUM 9 CH y NITRICUM ACIDUM 9 CH o 15 CH.** Administrar 5 gránulos de cada uno 2 veces al día, preferentemente en ayunas.

## **THUYA OCCIDENTALIS 15 CH**



En tubo-dosis de 1 gramo de glóbulos, una dosis un día a la semana. En ayunas.

## Moluscos o molluscum

---



**CINNARABIS 9 CH** 5 gránulos 2 veces al día, preferentemente en ayunas.

**VACCINOTOXINUM 15 CH** tubo-dosis de 1 gramo de glóbulos.

**MEDORRHINUM 15 CH** tubo-dosis de 1 gramo de glóbulos.



Una dosis de 1 gramo de glóbulos a la semana alternativamente. Al poder ser en ayunas.

El tratamiento será de tres meses.



# HOMEOPATÍA EN EL EMBARAZO



Cuando comienza el periodo de gestación, lo habitual es que su propio médico le recomiende, en la medida de lo posible, **evitar el consumo de fármacos**.

Aunque todo el embarazo es un periodo muy sensible a la toma de medicamentos, es el primer trimestre en el que hay que prestar una mayor atención ya que los fármacos llegan al feto a través de la placenta y pueden ocasionar malformaciones congénitas en las primeras semanas del embarazo. Se calcula que aproximadamente el **5% de las malformaciones se deben al consumo de fármacos** y, en la mayoría de los casos, esto podría evitarse.

Puede haber casos extremos en los que por causas de fuerza mayor sea necesario el tratamiento con medicamentos, pero no suele ser lo más común.

## ¿Cómo puede ayudar la Homeopatía en el embarazo?

En esta situación vital de la mujer ha de primar la prudencia a la hora de tratar cualquier problema de salud para evitar o minimizar la posible repercusión de los fármacos, tanto en la madre como, sobre todo, en el feto que alberga y que se está desarrollando.

La ventaja de los **medicamentos homeopáticos** frente a cualquier otro tipo de medicamentos, incluidas las plantas medicinales, es su **extraordinario rango de seguridad**, lo que permite que podamos utilizarlos a lo largo de todo el embarazo con total seguridad, tanto para la madre como para el feto. Sin olvidar el periodo de la **lactancia** en el que también podrán ser utilizados.

La mujer durante su embarazo, además de las dolencias propias de ese estado, puede presentar los problemas de salud habituales de su edad o sufrir las molestias de problemas de salud crónicos que ya padeciera antes de quedar embarazada

Por todo esto, contar con medicamentos como los homeopáticos, seguros durante todo el periodo de la gestación, es una opción de tratamiento a tener siempre en cuenta.

Las dosis medias de uno, o varios medicamentos a la vez si hiciera falta, suele ser de **5 gránulos 2 o 3 veces al día, en ayunas preferentemente, 10 minutos antes de las comidas o 2 horas después de haber ingerido algo**. Las tomas se pueden repetir tan a menudo como sea necesario.

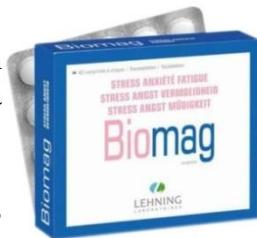
Vamos a ver las dolencias más comunes en el embarazo y cómo puede ayudar la Homeopatía en cada caso.



# Cansancio

---

Como tratamiento de choque está indicado un medicamento llamado **Biomag®**. Marca registrada de Laboratorio Lehning.



Composición: Magnesia muriatica 1 DH 50 mg, Magnesia bromata 4 DH 10 mg, Magnesia phosphorica 1 DH 50 mg, Plumbum metallicum 8 DH 10 mg, Kalium phosphoricum 5 DH 10 mg, Ambra grisea 8 DH 10 mg para 1 comprimido masticable de 1 g.

La **dosis** recomendada es de 2 comprimidos 3 veces al día durante 15 días; y después 1 comprimido 3 veces al día durante al menos un mes. Se administra por vía oral. Masticar y deshacer en la boca. Se recomienda mantenerlo unos instantes bajo la lengua antes de tragarse. Distanciado de las comidas.

Si además del cansancio la mujer embarazada presenta **estrés físico y psicológico**, con pérdida de memoria, calambres, dificultad de concentración, fatiga temporal, así como en los déficits de magnesio o espasmos, es conveniente asociar el Biomag con **ACIDUM PHOSPHORICUM COMPLEXE 5®** de Laboratorio Lehning, 20 gotas, 3 veces al día preferentemente separado de las comidas, a días alternos ambos.

El déficit de magnesio puede provocar desde debilidad, hasta problemas cardíacos, cansancio, irritabilidad, ansiedad, apatía, depresión o insomnio.

# Cloasma

---



## SEPIA OFFICINALIS 9 CH



Administrar 5 gránulos diarios hasta el final del embarazo para reducir la “máscara del embarazo”.

## Estreñimiento

---

### **COLLINSONIA CANADENSIS 5 CH**



Administrar 5 gránulos 2 veces al día de Collinsonia canadensis.

### **SEPIA OFFICINALIS 9 CH**



Administrar 5 gránulos diarios.

Ambos medicamentos hasta el final del embarazo.

# Hemorroides (Almorranas)

---



Las almorranas son la dilatación varicosa de las venas hemorroidales que tenemos en el tramo final de nuestro intestino grueso. Esta es una dolencia que sufren muchas personas, hombres y mujeres, pero que en el caso de estas últimas, en muchas ocasiones, aparecen por primera vez a lo largo **del embarazo** o en el mismo **parto**.

La sintomatología puede ir desde un leve picor y escozor hasta severos sangrados y un dolor muy intenso y limitante, en el caso en que estas hemorroides lleguen a trombosarse. La actividad física moderada pero diaria y evitar el estreñimiento son dos hábitos fundamentales en su prevención.

Medicamentos homeopáticos como:

## AESCULUS HIPOCASTANUM 5 CH



En mujeres cuyas hemorroides **empeoran con el calor** y tienen dolores como punzadas en el recto. Tomar 5 gránulos 2 veces al día.

## HAMAMELIS VIRGINIANA 5 CH



Existe sensación de **estallido** de las venas. Administrar 5 gránulos 2 veces al día.

Ambos serán de gran ayuda tanto en su prevención como en su tratamiento, teniendo en cuenta que algunas veces estas hemorroides persistirán de manera crónica tras aparecer por primera vez durante el embarazo o el parto.

### Avenoc® pomada

Pomada indicada para aliviar el dolor de las almorranas, el prurito y los pequeños sangrados.

Composición: Principios activos: Adrenalinum 3 DH 0,5 mg, Aesculus hippocastanum 3 CH 0,1 mg, Hamamelis virginiana 1 DH 0,1 mg, Paeonia officinalis TM 0,1 mg, Ratanhia 3 CH 0,1 mg.



La forma de utilización recomendada de este medicamento es aplicar una fina capa de pomada mediante cánula rectal de 3 a 4 veces al día, después de limpiar la zona afectada. Si se prefiere este medicamento está disponible también en forma de **supositorios** y la dosis recomendada es de 1 suppositorio por la mañana y otro por la noche, después del aseo local. Ambas presentaciones son compatibles con las tomas de otro medicamento por vía oral por supuesto.

# Hipertensión en el embarazo

---



El objetivo del tratamiento ha de ser controlar la presión arterial en valores normales para evitar todos los potenciales riesgos que supone la hipertensión, tanto para la madre como para el feto. Para ello, el médico tendrá que valorar qué tratamiento será el más eficaz, teniendo en cuenta el estado de embarazo y los potenciales efectos no deseados de los medicamentos de uso convencional.

Esta es una de esas situaciones en las que contar con medicamentos como los homeopáticos, libres de riesgos tanto para la madre como para el bebé, supone una verdadera ventaja a la hora de abordar esta situación.

Algunos de los medicamentos homeopáticos que con más frecuencia podemos llegar a utilizar en el tratamiento de la hipertensión durante el embarazo son:

## **SULPHUR 15 CH**



Mujeres congestivas, **calurosas**, expansivas, que siempre buscan el frescor. Les gusta vivir y disfrutar de la vida por lo que es fácil que tiendan a los excesos en la mesa. 5 gránulos 2 veces al día.

## LACHESIS MUTUS 9 CH



Son mujeres también con tendencia a los procesos congestivos y que igualmente tolerarán mal el calor. Tienden a ser muy intensas, **locuaces** y bastante **posesivas y controladoras** en sus relaciones. Pero también suelen ser muy generosas y dispuestas a darse a los demás. Mucha tendencia a los hematomas y a los fenómenos hemorrágicos, con reglas abundantes y dolorosas hasta que el sangrado se instala, cosa que alivia sus molestias. Pueden llegar a abusar del alcohol. Tomar 5 gránulos 2-3 veces al día.

En los siguientes principios se indican 5 gránulos 3 veces al día:

## NUX VOMICA 9 CH



Mujeres **muy activas, más mental** que físicamente. Con un fuerte carácter, incluso **coléricas** cuando las cosas no van como ellas planeaban, tienen auténtico don de mando y madera de líderes. **Exigentes**, con ellas mismas y con los demás, e impacientes, hasta el punto de llegar a mostrarse precipitadas. Muy pragmáticas y organizadas. Mucha inclinación a consumir café, alcohol y excitantes que les ayuden a sobrellevar su intenso ritmo de vida, sobre todo profesional.

## SEPIA OFICINALIS 9 CH



Son mujeres muy activas y **abnegadas**, siempre ocupándose de las necesidades de los demás. Tiende a resultarles mucho más fácil demostrar su amor a través del servicio que de la ternura. Es posible que durante el embarazo sientan cierta distancia, cierto rechazo a su estado. Es un buen medicamento también de la **depresión postparto**.

## IGNATIA AMARA 9 CH



Gran medicamento para **personas hipersensibles** que les cuesta expresar sus preocupaciones y las guardan hasta que acaban somatizándolas en forma de reacciones espasmódicas, como pueden ser algunas crisis hipertensivas. Humor muy variable y siempre **mejoran** de sus males con la **distracción**.

## AURUM METALLICUM 9 CH



Son mujeres pletóricas y congestivas que **toleran mal el calor a la vez que son muy sensibles al frío**. Son mujeres muy rectas y formales con un gran sentido de la dignidad humana. Pueden tener una fuerte tendencia a la depresión que la viven de una forma hostil, volviéndose muy **exigentes y coléricas** ante la más mínima contrariedad. También puede estar presente una fuerte tendencia al consumo de alcohol.

## ACONITUM NAPELLUS 9 CH



Es un gran medicamento para la hipertensión arterial que cursa en **crisis con calor en la cara**, taquicardia y palpitaciones, agitación e, incluso, con angustia y **sensación de muerte inminente**.

## GLONOINUM 9 CH



También este es un medicamento de crisis hipertensivas brutales con sensación de congestión, taquicardias e intensos **latidos que la mujer siente en el cuello**.

## KALIUM CARBONICUM 9 CH



Suelen ser mujeres pálidas, **frioleras**, con tendencia a los edemas. Tienen tendencia a sentir **palpitaciones**, extrasístoles y fatiga a pequeños esfuerzos.

Estos medicamentos citados son útiles a la hora de ayudar a las mujeres con hipertensión durante el embarazo y pueden servir para comprender las posibilidades y la forma de abordar que la Homeopatía tiene de **cada caso en particular**.

Y lo más importante es entender que los medicamentos homeopáticos pueden indicarse **solos o asociados a otros medicamentos**. El experto en Homeopatía valorará a cada mujer e indicará así el tratamiento más adecuado.

# Insomnio

---



Bien por los cambios hormonales, por los dolores de espalda, por las molestias digestivas o porque la paciente ya lo sufrió antes del embarazo, el **insomnio** puede ser un motivo de consulta que, durante este periodo, tendrá en los medicamentos homeopáticos un gran aliado para su tratamiento. Algunos de los que vamos a usar con mayor frecuencia son:

## **ACONITUM NAPELLUS 15CH**



Cuando se produce un despertar a primera hora de la madrugada con palpitaciones, sensación de calor y ansiedad que puede estar causada por una pesadilla.

## **ARGENTUM NITRICUM 9 CH**



Cuando el comportamiento habitual de la persona es acelerado por naturaleza.

## **ARNICA MONTANA 9 CH**



Cuando es difícil conciliar el sueño a causa de esfuerzos físicos no habituales.

## **COFFEA TOSTA 9 CH**



Cuando hay ideas rumiantes que impiden conciliar el sueño.

## **GELSEMIUM SEMPERVIRENS 7 CH**



En un contexto de ansiedad a un acontecimiento que va a llegar. **Ansiedad por anticipación.**

## IGNATIA AMARA 9 CH



Cuando la ansiedad provoca la sensación de que es imposible respirar profundamente.

## NUX VOMICA 15 CH



Cuando una cólera reciente impide conciliar el sueño.

En todos los casos se indican **5 gránulos antes de acostarse**, pudiendo repetir esta toma una o varias veces antes de quedarse dormida o en caso de despertarse por la noche.

## **Lumbalgias**

---



### **KALIUM CARBONICUM 9 CH**



Tomar 5 gránulos 1 o 2 veces al día hasta el final del embarazo.

# Miedo y ansiedad

---



**Miedo, ansiedad o depresión** son emociones que durante el embarazo pueden sobredimensionarse en algunas mujeres. O, sencillamente como en cualquier otro momento de la vida, pueden aparecer situaciones vitales verdaderamente difíciles de encajar. Sin olvidar el lógico **miedo que puede provocar el momento del parto**, sobre todo en las primíparas.

## ACONITUM NAPELLUS 9 CH



La mujer siente gran ansiedad cuando **se despierta bruscamente de madrugada** y tiene palpitaciones. Suele ocurrir después de una pesadilla. Administrar 5 gránulos 3 veces al día.

## IGNATIA AMARA 9 CH



A razón de 5 gránulos 3 veces al día para la **angustia**, la agitación y los sobresaltos nocturnos.

## COFFEA TOSTA 9 CH



Para la sobrecarga de pensamientos con excitación intelectual e **intolerancia al ruido**. Tomar 5 gránulos 3 veces al día.

## GELSEMIUM SEMPERVIRENS 9 CH



Para el insomnio tras una mala noticia o ansiedad por un acontecimiento que está por llegar. Tomar 5 gránulos 3 veces al día.

## ARNICA MONTANA 9 CH



Tras un día de esfuerzos no habituales. Tomar 5 gránulos 3 veces al día.

## Parto, postparto y lactancia

---



No podemos olvidarnos de los beneficios que nos aporta la Homeopatía en la preparación del parto, en el postparto y durante todo el periodo de lactancia. Hay que recordar que de igual manera que los fármacos pueden llegar al feto a través de la placenta, pueden también llegar al bebé a través de la leche materna.



**ACTEA RACEMOSA** y **CAULOPHYLLUM** a la **9 CH**. Ambos son dos clásicos a la hora de mejorar la **dilatación, las contracciones** y todo el **trabajo de parto**. Especialmente interesante en las mujeres que van a tener su **primer hijo**. Administrar 5 gránulos 2 veces al día de cada uno.



**RICINUS COMMUNIS 9 CH** y **AGNUS CASTUS 9 CH** son dos de los medicamentos homeopáticos que pueden ser de gran utilidad en los problemas de **subida de la leche** o en madres que tengan poca cantidad. También resultarán interesantes durante el proceso de **cese de la lactancia**.



La **ingurgitación mamaria** y las **mastitis** también suelen ser un problema habitual. **APIS** y **BRYONIA ALBA 9 CH**, 5 gránulos de cada uno 4 veces al día. Estos remedios homeopáticos pueden ser una opción de tratamiento antes de pensar en los antiinflamatorios o los antibióticos. En el caso en que fueran necesarios podrían combinarse, mejorando el pronóstico y limitando el uso de estos medicamentos

poco recomendables en este momento de la lactancia. El experto en Homeopatía valorará siempre el tratamiento más indicado en cada caso.



**GRAPHITES 15 CH y NITRICUM ACIDUM 15 CH** serán los dos medicamentos homeopáticos más usados para tratar las **fisuras** de los pezones. Graphites si la fisura está recubierta de un líquido color miel y Nitricum acidum si las grietas sangran. Tomar 5 gránulos 2 veces al día según el caso.



# Somnolencia

---



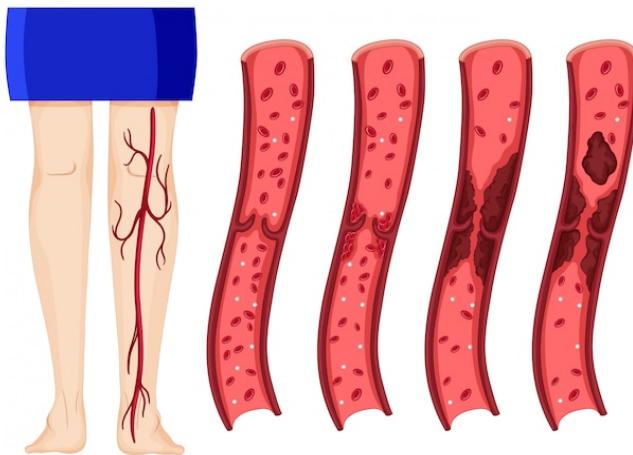
## NUX MOSCHATA 9 CH



A menudo es el primer signo de anuncio de que la mujer está embarazada. La dosis a administrar es de 5 gránulos 3 veces al día mientras dure la somnolencia.

# Varices

---



Llamamos **varices** a la dilatación de las **venas de las piernas** y el embarazo, como ocurre con las hemorroides, suele ser el factor desencadenante o agravante de esta dolencia en muchas mujeres.

Hinchazón de piernas, pesadez, dolor, picores, además del problema estético, son algunos de los síntomas más frecuentes, sin contar con la posibilidad de que también pueden producirse algunas complicaciones menos comunes, como las tromboflebitis.



La mayoría de los medicamentos homeopáticos que nos eran de utilidad en el tratamiento y prevención de las hemorroides serán de igual valor para las varices, al actuar mejorando y fortaleciendo el

tono venoso. En el caso de las temidas tromboflebitis cabe destacar algunos medicamentos como **VIPERA REDI 5 CH** si existe **mejoría al elevar las piernas** o **ARNICA MONTANA 9 CH** cuando las varices **duelen** al menor traumatismo.

### **AESCULUS HIPPOCASTANUM 5 CH**



En mujeres que empeoran con el calor y al mismo tiempo tienen **hemorroides**. Tomar 5 gránulos 2 veces al día.

### **HAMAMELIS 5 CH**



Para varices con **sensación de estallido** de las venas. Administrar 5 gránulos 2 veces al día.

Y no olvidar el ejercicio diario, evitar el calor directo sobre las piernas y el sobrepeso.

# Vómitos y náuseas en el embarazo

---



Las **náuseas** y los **vómitos** son unos de los síntomas más frecuentes a lo largo del primer trimestre, aunque pueden llegar a estar presentes durante todo el embarazo.

Comer raciones pequeñas, no acostarse tras las ingestas, evitar los olores fuertes y las grasas, comer alimentos fríos o templados, son algunos consejos que podemos intentar para aliviar las náuseas.

Muchas mujeres embarazadas sufren estas desagradables manifestaciones. Pueden estar indicados uno o más medicamentos. Para las tomas se aconseja tomar 5 gránulos, repitiendo las tomas tan a menudo como sea necesario.

## SEPIA OFFICINALIS 9 CH



La mayoría de las mujeres embarazadas presentan síntomas donde este medicamento va a ser muy importante para ellas. Durante los primeros meses vemos: una sensación de **vacío en el estómago** que no se alivia comiendo,

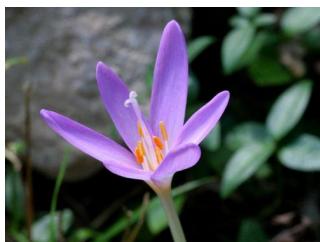
náuseas al ver y/o **al oler alimentos**, náuseas matinales antes del desayuno, aversión por el humo del tabaco, vómitos después de las comidas, deseo de **alimentos ácidos o avinagrados** y de condimentos, **ardores gástricos** con mal sabor de boca. Prescribir el medicamento en diluciones 7 o 9 CH, en gránulos, y tomar 5 gránulos dos veces al día.

## IPECA 9 CH



Náuseas constantes, palidez del rostro, cerco azulado alrededor de los ojos, bradicardia, hipotensión arterial, sudores y vómitos frecuentes de un mucus espumoso. En este caso los **vómitos no calman las náuseas**; la lengua permanece limpia o con poca saburra, muy húmeda debido a la hipersalivación; no suele haber sed y las náuseas aumentan con el movimiento. Tomar 5 gránulos al ritmo de las náuseas.

## COLCHICUM AUTUMNALE 5 CH



El **olor de la comida** provoca náuseas que se acompañan de hipersalivación y de sensaciones de **lipotimia**. Los vómitos contienen mucho moco y bilis, se agravan con el menor movimiento y la mujer embarazada describe una sensación de frío en el hueco epigástrico. Existe **intolerancia a los huevos y al pescado**. La dosis a tomar es de 5 gránulos 3 veces al día, antes de las comidas.

## BRYONIA ALBA 9 CH



A menudo son **vómitos biliosos**, desencadenados por el movimiento y disminuyen de intensidad con la inmovilidad. La boca está seca, con sed intensa. Las náuseas y los vomitos aparecen nada más la mujer embarazada se levanta de la cama. Existe una intolerancia a las coles. Prescribir en dilución a la 7 o 9 CH y administrar 5 gránulos 3 veces al día.

## KREOSOTUM 9 CH



Al final de las comidas aparece pirosis o **acidez**; bastante más tarde aparecen vomitos ardientes de alimentos sin digerir. Tomar 5 gránulos antes de las comidas.

## IRIS VERSICOLOR 9 CH



Es parecido al anterior pero en este caso hay **migrañas concomitantes**. Prescribir 5 gránulos antes de las comidas.

## COCCULUS INDICUS 9 CH



Este medicamento está indicado en las náuseas y vómitos con sensación de violentos vértigos y con bostezos, pudiendo asociarse a una gran laxitud. Estos síntomas se agravan con las excitaciones visuales, con los **olores fuertes** (tabaco) y con la falta de sueño. Mejoran con el calor. Tomar 5 gránulos 3 veces al día. En ayunas preferiblemente.

## TABACUM 5 CH



El cuadro clínico corresponde aquí al de la gran **crisis vagal**: palidez seguida de sialorrea, sudores fríos; náuseas o vómitos; palpitaciones con vértigos e impresión de desfallecimiento. Existe a veces una diarrea concomitante con sensación de frío en el abdomen. La mujer empeora al menor movimiento y con el calor; **mejora al aire fresco** o cerrando los ojos.

Prescribir en 5 o 7 CH, en gránulos, y tomar 5 gránulos antes de las comidas.

## LOBELIA INFLATA 5 CH



Como en Tabacum, se encuentra un cuadro de gran **crisis vagal** (pérdida de conciencia brusca, de breve duración, que suele acompañarse de palidez, sudoración, náuseas, visión borrosa, pérdida del tono muscular y caída), pero las modalidades son diferentes. En Lobelia hay **empeoramiento por la mañana** al despertarse y por la noche, y mejoría bebiendo un poco. Administrar 5 gránulos antes de cada comida.

## IGNATIA AMARA 9 CH



Medicamento de espasmos y de modalidades paradójicas. Es útil en las mujeres ansiosas, hipersensibles, que describen sensaciones de constricción a nivel del cuello o del hueco epigástrico, que mejoran, temporalmente, **suspirando** profundamente. Las náuseas mejoran comiendo o distrayéndose. Este medicamento se prescribe ante todo sobre las particularidades comportamentales, y da buenos resultados en la dilución 9 CH, en gránulos, y se toman 5 gránulos 2 veces al día (al levantarse y al acostarse).

## NUX VOMICA 7 CH



Este medicamento se suele usar muy raramente en las náuseas del embarazo; se prescribe únicamente cuando estas náuseas **aparecen después de las comidas**, si existe una **intolerancia gástrica al café**, y si la persona presenta los signos generales del medicamento (en especial necesidad imperiosa de dormir la siesta, hipersensibilidad nerviosa, insomnio a media noche).

Tomar 5 gránulos antes de las comidas.



# BOTIQUÍN DE CASA



## ARNICA MONTANA 7 CH



Podemos decir sin duda alguna que Arnica es el medicamento que no debe faltar en el botiquín de todo turista, deportista, senderista, etc. Arnica tiene una acción muy marcada en los **traumatismos** (cualquier situación de daño físico al cuerpo) del tipo, extensión u origen que sea. Por otro lado, los músculos son uno de los tejidos diana de este medicamento.

Arnica actúa estimulando la capacidad de respuesta de nuestro organismo ante un traumatismo produciendo una rápida desaparición de los síntomas como dolor, inflamación, hematomas o sangrado. La vía de administración sublingual o disuelto en la boca favorece una

rápida acción lo que permite pautar las tomas en función de los resultados obtenidos.

Es evidente que no es igual una simple contusión que por ejemplo un accidente de tráfico, por lo tanto, la posología deberá adaptarse a la intensidad del traumatismo, los síntomas que se presenten y la duración de los mismos. De este modo podremos realizar tomas incluso de 5 gránulos **cada 10 o 15 minutos** y según los resultados obtenidos, espaciar las tomas conforme se produzca la mejoría esperada.

Cuando recurramos a Arnica en Homeopatía en un traumatismo agudo, las tomas serán frecuentes y se espaciarán posteriormente. Si el traumatismo ha tenido lugar 12-24 horas antes y si la clínica así lo aconseja, puede ser suficiente con 3-4 tomas al día. Así que recordemos siempre, cuando más reciente sea el traumatismo, más frecuentes serán las tomas, recordando siempre espaciarlas conforme mejoremos.

Existen en el mercado varios productos de aplicación tópica que contienen árnica. En general no pueden utilizarse cuando existe herida por el traumatismo y su acción es puramente local donde se aplica. Al utilizar Arnica oral como medicamento homeopático actuaremos a nivel de todo el organismo, haya uno o varios puntos de traumatismo y su uso es independiente de que existan heridas o no.

### **LEDUM PALUSTRE 9 CH**



Junto con los traumatismos, las **picaduras de insectos** es otro de los accidentes más frecuentes que podemos sufrir en primavera-verano.

El tema reviste mayor importancia en el caso de personas alérgicas a las picaduras de mosquitos, avispas, abejas, etc., y en las que se pueden producir reacciones locales e incluso generales de cierta importancia.

Todos conocemos también a esas personas que tienen especial atracción hacia las picaduras, especialmente las de los mosquitos y que constituyen hasta un 20 % de la población.

Aunque se considera que hasta un 85% de nuestra susceptibilidad a ser picados tiene una causa genética, hay otras variables que podrían hacernos más atractivos para el mosquito hembra:

- Vestimenta: en general a todos los insectos les atraen los colores oscuros, por lo que es mejor elegir, sobre todo cuando salgamos al campo o playa, colores claros como el blanco o los tonos pastel para reducir el riesgo de picadura.
- Nuestro metabolismo: el sudor corporal nos hace más susceptibles a las picaduras, sobre todo cuando es rico en ácido láctico, ácido úrico, amoniaco, colesterol, etc., y que eliminamos de manera natural con el sudor.
- Es conveniente saber que el mosquito hembra tiene preferencia por las personas con grupo sanguíneo 0.
- Las embarazadas tienen también más posibilidades de ser picadas por los mosquitos.

**Ledum palustre** es una magnífica opción tanto para prevenir como para tratar las picaduras de los mosquitos y otros insectos. Tomado 2 veces al día es un excelente preventivo de las picaduras para todos los miembros de la familia y con el que podemos obviar las limitaciones que los métodos físicos o químicos tienen para algunas edades.

Una vez que se produce la picadura, *Ledum palustre* puede ser utilizado junto con *Apis mellifica* de modo alterno durante el día para tratar eficazmente los síntomas.

## APIS MELLIFICA 9 CH



Cuando sufrimos una picadura, habitualmente se produce por la **reacción inflamatoria** un acúmulo de agua en el tejido debajo de la piel que da lugar al clásico habón o roncha. Es lo que denominamos en medicina “edema”.

*Apis mellifica* es un medicamento muy indicado para tratar las situaciones de edema, sean estas por traumatismos, picaduras, varices (piernas hinchadas), etcétera.

Con una acción rápida pero corta en el tiempo, *Apis mellifica* se suele administrar disuelto en agua mineral para tomarlo más cómodamente con frecuencia y como siempre espaciando las tomas conforme mejoren los síntomas.

Es muy útil alternarlo con *Ledum palustre* en el caso de picaduras de insectos, aunque no tiene un carácter preventivo como este último. *Apis mellifica* es también muy conveniente para las **piernas hinchadas** por el calor o permanecer mucho tiempo de pie en el caso de padecer de varices.

## CANTHARIS VESICATORIA 9 CH



Cantharis es una planta cuyo contacto con la piel produce lesiones ampollosas y por tanto va a ser muy útil para tratar las **ampollas** producidas por picaduras, calzado inadecuado o roces por el mismo, largas caminatas o quemaduras.

Como ocurre con otros medicamentos homeopáticos, un medicamento puede estar indicado para tratar varias enfermedades. En el caso de Cantharis, también podemos utilizarlo en el tratamiento de la **cistitis aguda** en la que da muy buenos resultados.

## ALOE COMPOSÉ®



Son muchos los medicamentos homeopáticos disponibles para tratar la diarrea, según sus características y origen. **Aloe composé**, registrado por Laboratorio Boiron, agrupa varios de los más comunes y, combinado con un probiótico, ofrece excelentes resultados tras cada deposición **diarreica**. Es seguro para niños, adultos, embarazadas y pacientes polimedicados, y se recomienda espaciar las tomas conforme haya mejoría.

Este pequeño botiquín es útil, seguro, compatible con otros tratamientos y ocupa poco espacio en el equipaje. La dosis media es disolver **5 gránulos** bajo la lengua, 3 veces al día, salvo indicación contraria.

# BOTIQUÍN DE VIAJE



## ACONITUM NAPELLUS 15 CH



Aconitum es un gran medicamento homeopático para muchas de esas situaciones que se manifiestan de una forma brutal, con **muchísima intensidad**. Así, por ejemplo, podremos tratar fiebres elevadas de aparición brusca, cuando además la persona, muy frecuentemente niños, esté muy congestionada y seca, sin sudoración. Es habitual que se sienta muy sediento con deseo de grandes cantidades de agua fresca, además de agitado y ansioso.

Está también indicado en cuadros agudos, muy intensos, como laringitis, otitis, catarros, síndromes gripales, incluso neuralgias, después de exponerse a un frío intenso. Es muy frecuente que la persona se acueste más o menos bien y se despierte a medianoche con toda la intensidad de su sintomatología.

Y lo mismo que es un gran medicamento para las consecuencias de la exposición al frío intenso, nos será también de utilidad para tratar las insolaciones, los **golpes de calor**.

No quiero dejar de señalar su indicación en las **crisis de pánico** y en las somatizaciones después de haber pasado un susto o vivido situaciones de miedo y ansiedad extremas.

Por último, señalar que puede ser muy útil en el **insomnio con despertares a medianoche** con palpitaciones, ansiedad intensa y agitación. Al despertar, a menudo la persona puede recordar algún mal sueño. Estará todavía mucho más indicado si el insomnio se produce después de vivir un susto o una situación de miedo...

### **GELSEMIUM SEMPERVIRENS 15 CH**



Según cómo se manifiesten los **cuadros gripales** podremos tener diferentes medicamentos homeopáticos adaptados a cada persona pero uno para tener en el botiquín siempre es Gelsemium. La persona se siente muy cansada, con dolor de cabeza y sensación de agujetas por todo el cuerpo. Suele haber fiebre acompañada de escalofríos que incluso le pueden llegar a producir **temblores**.

Gelsemium puede ser un medicamento homeopático muy interesante de tener en casa porque es uno de los medicamentos principales del miedo y la ansiedad. Es muy útil en los casos de **ansiedad de anticipación** ante exámenes, un viaje, ir al dentista o cualquier situación que asuste y bloquee a la persona. Es típico de las personas que se quedan en blanco en un examen o que se quedan sin palabras en una reunión. Ayuda mucho en el insomnio que se produce en estos contextos.

## BELLADONA 9 CH



Es el medicamento homeopático que más frecuentemente se usa en los **cuadros febriles** de los niños. Es una fiebre de instauración rápida, aunque no tanto ni con tanta intensidad como la de Aconitum, y que se comporta de manera oscilante. El niño tiene el rostro colorado, caliente y húmedo y es característico que rompa a sudar. El niño sólo quiere estar tranquilo, en reposo y mejor a oscuras; los ruidos, la luz, que le toquen e, incluso, que le muevan la cama le molesta mucho. Suele tener sed de intensidad variable. Especialmente indicado en los niños con tendencia a hacer convulsiones febriles.

Estas fiebres suelen darse en el contexto de algún cuadro inflamatorio tipo faringitis, laringitis, amigdalitis u otitis. Las mucosas afectadas suelen aparecer muy rojas, inflamadas y secas, sin secreciones de moco. El **dolor es intenso** y, a veces, puede manifestarse como pulsátil.

## FERRUM PHOSPHORICUM 9 CH



Muy útil en situaciones donde el niño (o cualquier adulto) siente un poco de **malestar general** con alguna molestia quizás en la garganta o el oído. Puede haber algunas décimas de fiebre y lo que habitualmente se prescribe en esos casos es un poco de paracetamol o ibuprofeno esperando ver hacia dónde evoluciona el cuadro. En situaciones como estas Ferrum phosphoricum ayuda al organismo a estimular sus propias defensas y, en muchas ocasiones, se consigue que el cuadro no vaya a más.

Un imprescindible en el botiquín sobre todo si hay niños en casa.

## APIS MELLIFICA 9 CH



Aunque Apis es un medicamento que podemos utilizar en algunos tipos de fiebre, es muy útil también, por su efecto, en todos los procesos inflamatorios que tienden a edematizarse o hincharse y que se agravan con el calor y al tocarlos, y que **mejoran con el frío**. La lesión suele dar una sensación que puede ir desde el dolor punzante y ardiente hasta el picor.

Así, será útil en procesos que pueden ir desde un **esguince de tobillo**, con su hinchazón y dolor que mejora con la aplicación de frío local y el reposo, hasta **picaduras de insectos** (no olvidar en las picaduras el otro gran medicamento homeopático, **Ledum palustre** sobre todo como preventivo por ejemplo si se va a ir al campo), urticarias o conjuntivitis con los párpados totalmente inflamados y edematosos.

**Belladonna** es otro gran medicamento de procesos inflamatorios, pero, en su caso, la inflamación es más **roja, caliente y congestiva**. En **Apis** tiende a ser más rosada y edematososa.

## ARNICA MONTANA 9 CH



**Golpes, cortes y heridas, pequeñas torceduras, moratones, chichones...** ¿Quién no tiene algún percance de estos de vez en cuando? Pues bien, ahí Arnica es el medicamento que ayudará a mejorar no solo el dolor sino también la curación de estos procesos.

También puede ser muy útil en otras situaciones, como cuando uno no puede dormir porque está **demasiado cansado** físicamente o en esos cuadros gripales en donde nos duele tanto el cuerpo que parece que nos han apaleado. Arnica nunca puede faltar en nuestro botiquín.

## NUX VOMICA 15 CH



Nux vomica merece sin duda un lugar en el botiquín de casa por su acción a nivel digestivo y por su utilidad también en los cuadros gripales y en los **resfriados comunes** e, incluso, en las crisis de **rinoconjuntivitis alérgicas**.

Los refriados que mejoran con Nux vomica suelen aparecer después de un enfriamiento y cursan con estornudos en salvas, sensación de obstrucción nasal y secreción clara y acuosa. Toda esa sintomatología **mejora al aire libre**.

Se utiliza en procesos gripales con fiebre y escalofríos; el enfermo tiritá al menor movimiento o en cuanto se destapa lo más mínimo y parece que nada es capaz de hacerle entrar en calor.

Pero, además, Nux es un gran medicamento de **sobrecargas digestivas** con pesadez, hinchazón abdominal y sensación de náuseas que se alivian cuando la persona es capaz de vomitar. Está especialmente indicado en los **excesos de alcohol**, café, excitantes y comidas fuertes.

Es también un gran medicamento homeopático de **ansiedad e insomnio**, relacionado, sobre todo, con el estrés laboral o situaciones vitales que desbordan a la persona. Suele mostrarse muy irritable, incluso colérica. Es característico que le cueste conciliar el sueño y que al cabo de pocas horas se despierte preocupado y dándole vueltas a esas situaciones que le agobian.

## HEPAR SULPHUR 9 CH



Hepar sulphur es otro gran medicamento de procesos inflamatorios, pero esta vez de inflamaciones que tienden a **supurar** o que ya lo están haciendo. Suelen ser inflamaciones muy dolorosas y pueden aparecer tanto en mucosas como en la piel. Así, podremos usarlo en laringitis, faringitis, amigdalitis, otitis, abscesos, forúnculos y en otras lesiones inflamatorias que estén supurando o pensemos que puedan llegar a hacerlo.

## CALÉNDULA



Aunque la caléndula podemos usarla también en forma de medicamento homeopático, con más frecuencia se utiliza en forma de tintura madre en gotas o en alguna **pomada o crema** que la contenga.

Su acción antiinflamatoria, antiséptica y cicatrizante la hace ideal para limpiar y cuidar cualquier tipo de **heridas y úlceras cutáneas**. También la uso mucho para picaduras o granos que queramos calmar y desinfectar. Y es espectacular para acortar la evolución de las lesiones del **herpes**.

Si disolvemos unas gotas de tintura de caléndula en agua podremos usarla también para hacer enjuagues en caso de **aftas** bucales o para hacer gargarismos en **faringitis y amigdalitis**.

Y una crema de caléndula será muy útil en la mayoría de las **quemaduras** caseras.

## MAGNESIA PHOSPHORICA 15 CH



Este medicamento homeopático me parece muy interesante porque nos va a permitir calmar dolores muy particulares; dolores de tipo cólico y también las neuralgias. Son **dolores muy intensos** y fulgurantes, del tipo de los calambres y los espasmos. Es muy frecuente que sean dolores que dejen “doblada” a la persona.

Así, lo podremos usar para calmar el dolor de cólicos intestinales, ciáticas, dolores de regla, calambres, contracturas o neuralgias faciales, entre otros.



# POSOLOGÍA Y ADMINISTRACIÓN



Es importante también conocer la forma de administración de estos medicamentos, y dado que los gránulos son la forma de presentación más frecuente, me voy a referir a los mismos: los gránulos pueden ser disueltos debajo de la lengua o simplemente chupándolos.

En los **niños y adultos** habitualmente se dan **5 gránulos** 3 veces al día. Aunque en los niños menores de 12 años anteriormente se solía recomendar 3 gránulos y medio tubo-dosis hoy en día se ha tratado de unificar (pero igualmente se puede administrar con la dosis antigua). Si los niños pueden chupar los gránulos se hace así y, si son **bebés**, hay que disolver los gránulos en 100 ml de agua en el **biberón**, (o si los bebés no beben apenas porque están mamando también se pueden disolver los gránulos en 5-10 ml de agua y se les va dando en pequeñas tomas a lo largo del día con una jeringa). En el caso de ir disuelta la medicación el biberón de agua o en la jeringa siempre hay que agitar bien el antes de cada toma. Al principio se le puede administrar la medicina cada hora o cada 2 horas, si es muy reciente o agudo el síntoma, y después se van separando las tomas en función

de la mejoría, hasta por ejemplo 3 veces al día que es la forma más habitual de tomar la Homeopatía. En niños que no quieran o no puedan tomar los gránulos pero que tampoco son bebés, se pueden disolver los gránulos en un vasito con un poco de agua preparado con antelación porque el medicamento homeopático tarda un tiempo en disolverse en el agua. Mientras se está disolviendo el medicamento no hay que agitarlo, sino dejarlo en reposo pero cuando se le va a administrar al niño ahí sí que agitarlo enérgicamente y dárselo en pequeñas tomas.



Algunas **recomendaciones** para la toma de estos medicamentos son:

- **No consumir sustancias** como café, tabaco, alcanfor, menta y manzanilla en la media hora antes de tomar los gránulos o los glóbulos. Usar pasta de dientes sin menta.
- **En niños menores de 6 años, disolver el granulado en agua.** Como los gránulos tardan mucho en disolverse, es necesario preparar la mezcla con antelación. Cuando se disuelvan los gránulos no hay que agitar la mezcla, sino dejarla en reposo y cuando se vaya a administrar entonces sí que hay que agitarla previamente.

- **En mujeres embarazadas:** Los medicamentos homeopáticos no tienen toxicidad química, no tienen contraindicaciones, no interactúan con otros fármacos, no tienen efectos adversos.
- **Guarde los medicamentos** homeopáticos lejos de la luz, el calor, la humedad y todas las fuentes de emanación y perfumes.

La exposición de los medicamentos de este manual está diseñada de acuerdo a la sintomatología concreta que el niño presente en el momento concreto y en algunos casos he nombrado algún medicamento práctico para el cuadro general para facilitar la posible prescripción en caso de duda.

Destacar que los medicamentos homeopáticos son extremadamente seguros, muy bien tolerados y podremos usarlos en todo tipo de personas incluidas mujeres embarazadas o que estén dando pecho, pacientes polimedicados, bebés y personas con problemas de hígado o de riñón. Además, se podrán igualmente combinar con otro tipo de medicamentos si fuera necesario.



**Y para acabar, me parece imprescindible resaltar que, desde la libertad individual, cada persona decide con qué o cómo trata sus problemas de salud y la de sus hijos.**

# AGRADECIMIENTOS



Mi agradecimiento a Ana Parra Martínez por la ilustración de la portada.

Quiero igualmente hacer mención especial a **Homeopatía Suma**, fuente de mucha de la información plasmada en este manual. Es una web que se ha creado para quienes buscan información veraz y de actualidad sobre la Homeopatía, alejada de los mensajes estereotipados y bulos que circulan en los medios de comunicación oficialistas.

