

# Remedios Naturales

[MedMissionary.com](http://MedMissionary.com)



# **Principios de los remedios naturales**

Materiales sencillos y de fácil acceso.

Fundamento: obediencia a las leyes de salud

Protocolo de la dieta antiinflamatoria

Balanceado | Sin procesar | a base de plantas

# Remedios Digestivos

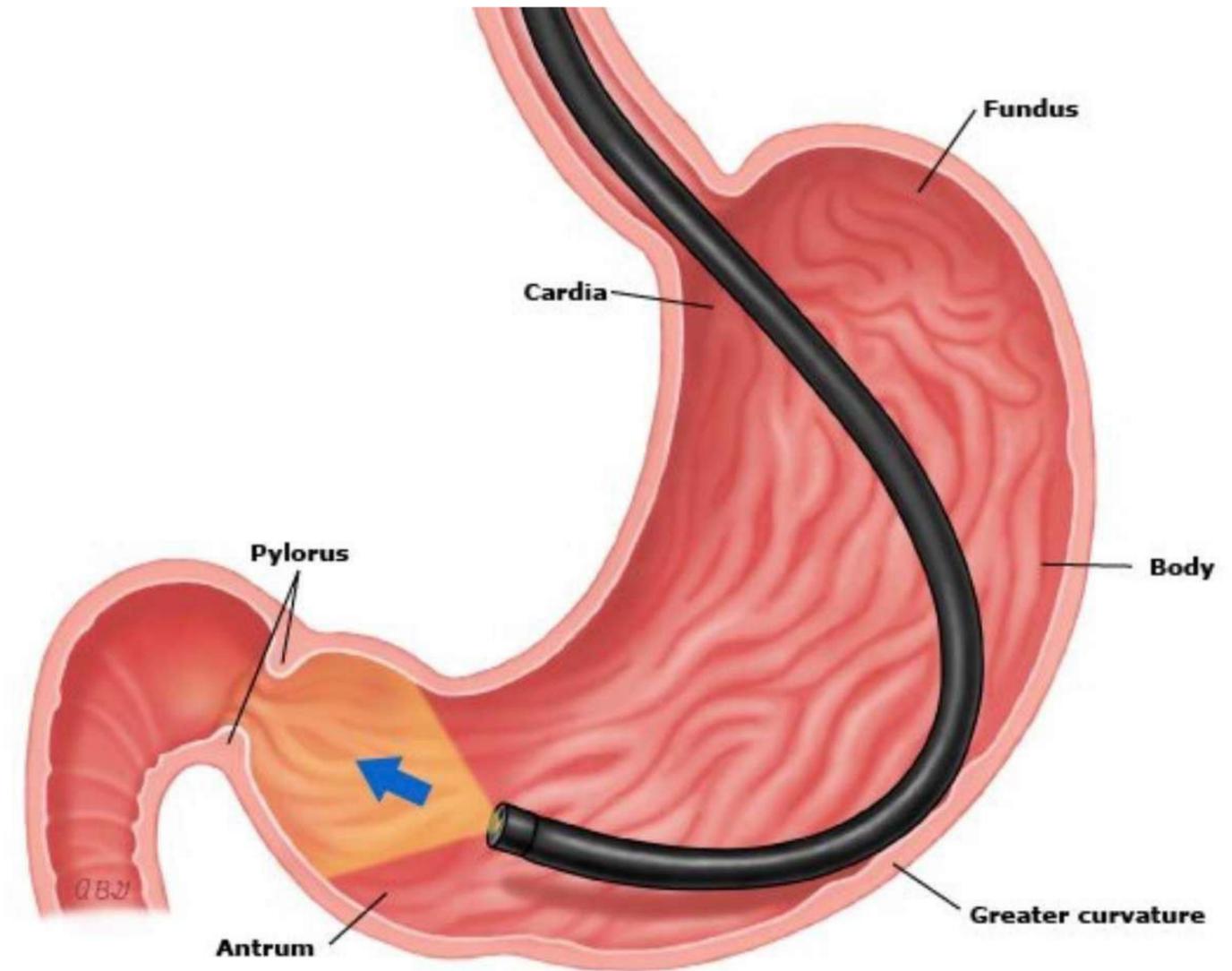
# Gastroparesia

- Use calor en el estómago mientras coma.
- Si padece de gastroparesia: Póngase de pie y camine mientras come.
- Para estimular el nervio vago: cante, haga gárgaras, estimule el reflejo nauseoso con un depresor lingual
- Ejercicios de respiración profunda 5-10 x 4x día, especialmente de noche.
- Active el sistema nervioso parasimpático: ejercicios de respiración profunda son geniales para la gastroparesia.

# Gastroparesi

Condición en la que el estómago no se vacía cuando debería, se retrasa

Créditos de la fotografía: UpToDate



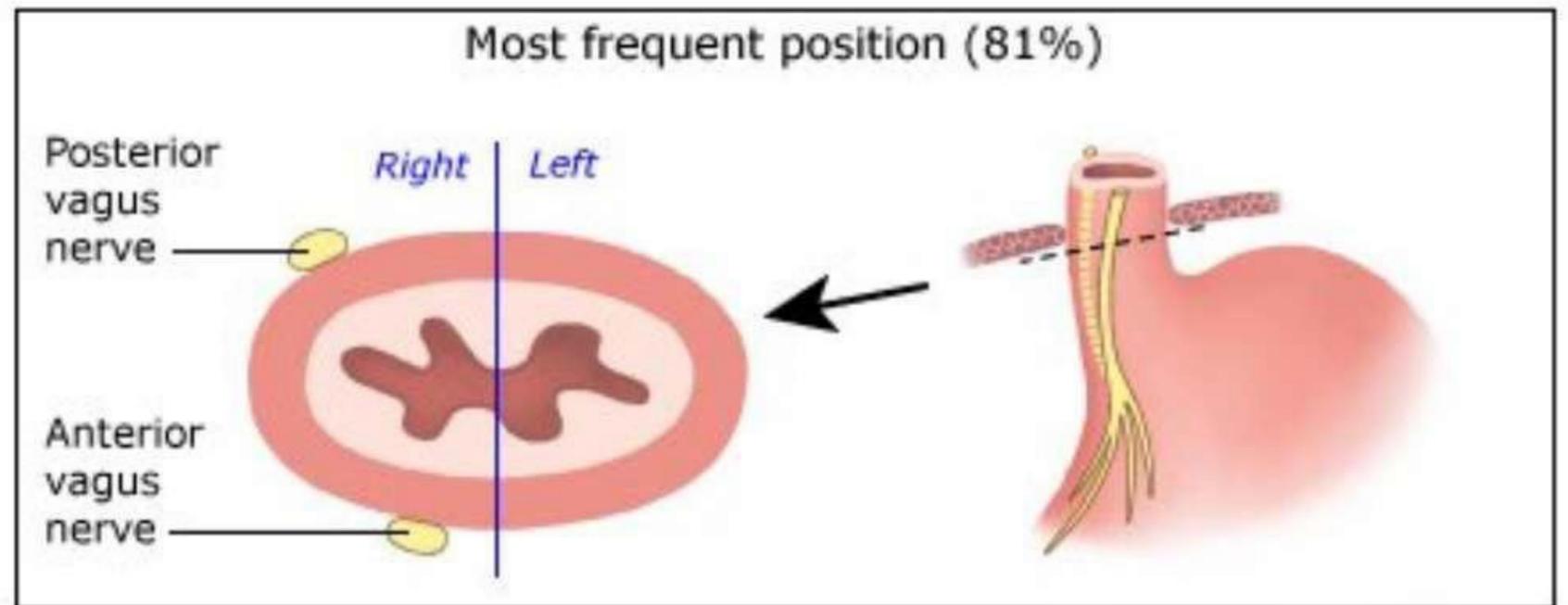
Regions of the stomach include the cardia, fundus, body, antrum and pylorus. During endoscopy, the endoscope usually proceeds along the greater curvature of the stomach toward the pylorus.

Graphic 68173 Version 1.0

# Nervio vago

Tiene muchas funciones, uno de las cuales es decirle al estómago cuándo vaciar al intestino delgado

Parasimpático: relájese

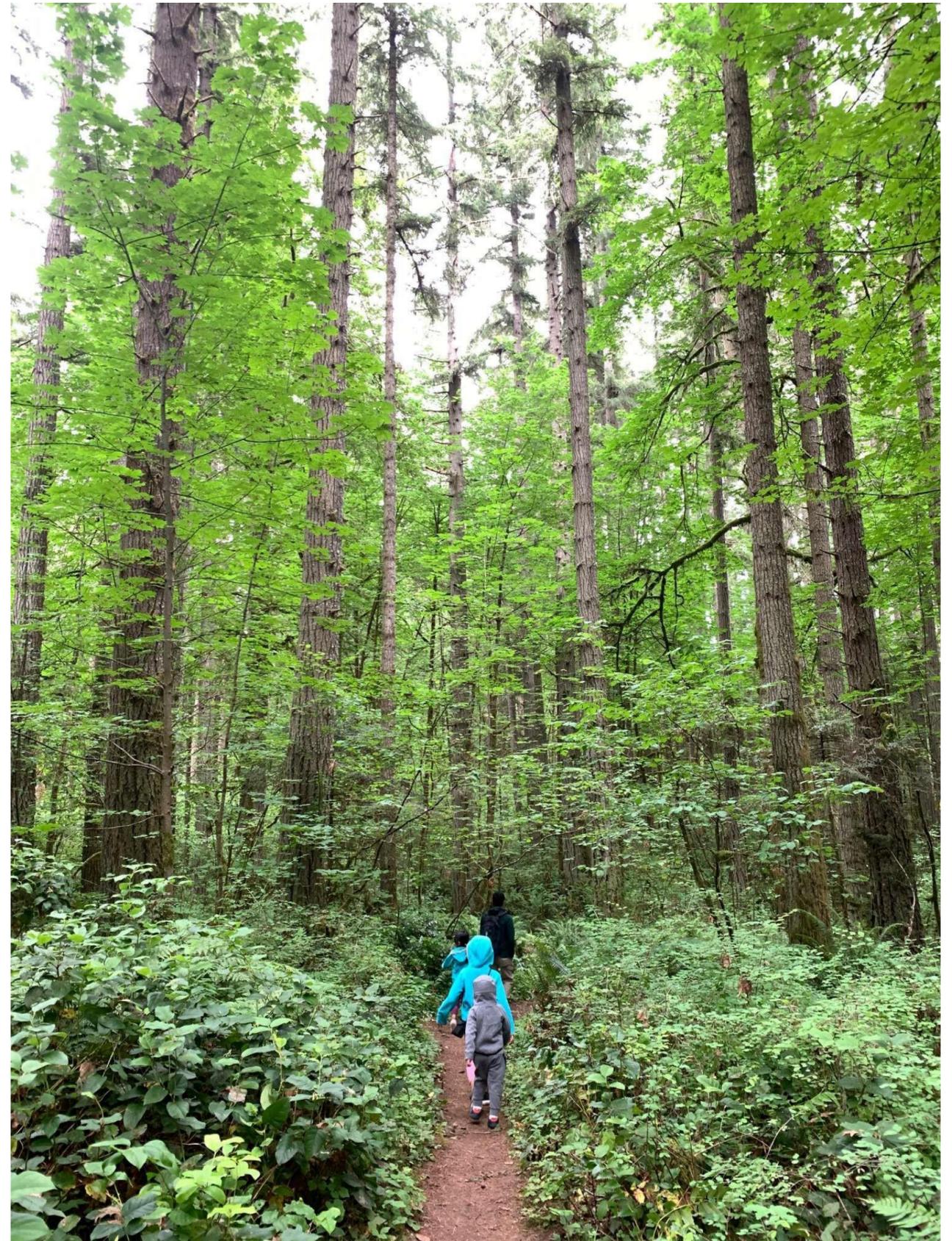


# Caminata Digestiva

**Caminar ayuda con la función digestiva.**

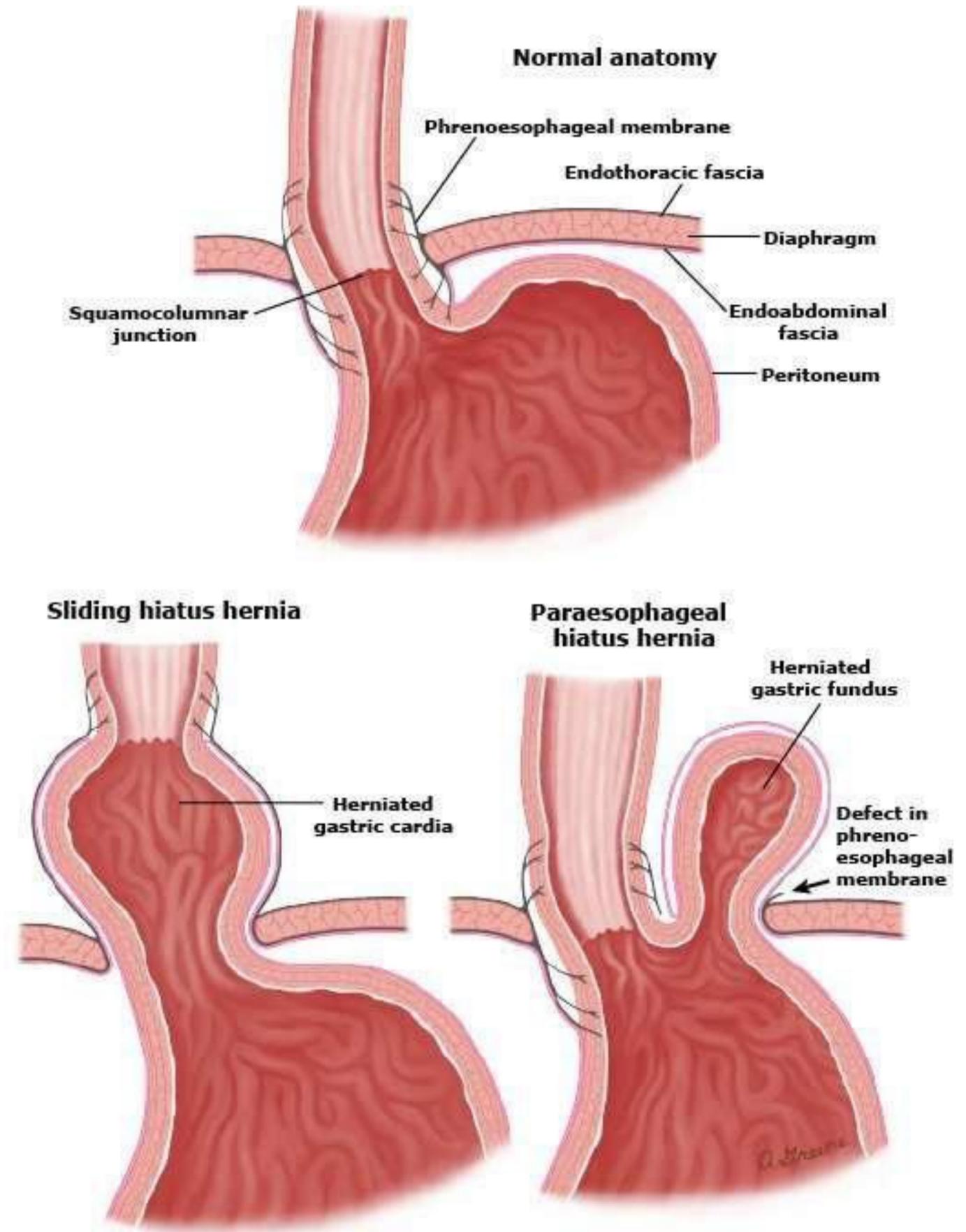
**Siempre haga una caminata suave 10 minutos después de comer.**

**Debe ser una caminata no extenuante, para no quitar el flujo de sangre de su sistema digestivo.**



# Hernia Hiatal

Cuando la parte superior del estómago se desliza hacia arriba



**Masaje**

**Hernia Hiatal**

**Después de beber agua con  
limón, salta arriba y abajo  
(trampolín/ rebounder)**

**Masajee el estómago.**



# Distención Abdominal

## Enema de diente de león y sulfato de magnesio (sales de Epsom):

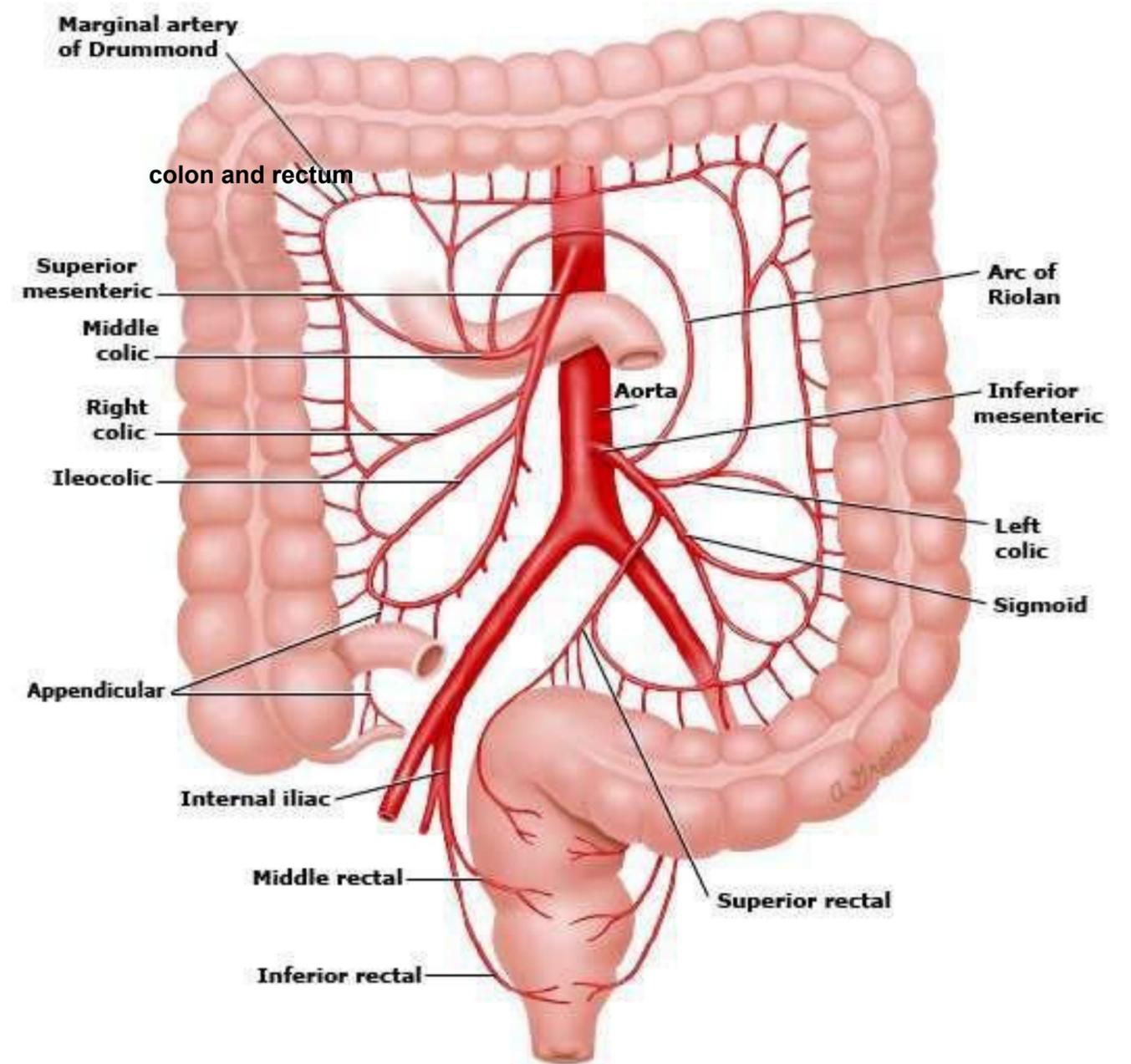
- Haga un té vertiendo 1 taza de agua hirviendo sobre 1 cucharada de hoja de diente de león y deje que se enfríe.
- Cuele el líquido y agregue suficiente agua para obtener 4 tazas en total y agregue 1 cucharadita de sal de Epsom.
- Vierta la solución en su bolsa de enema y realice el enema.

**\*Se puede tomar como té sin la Sal de Epsom.**



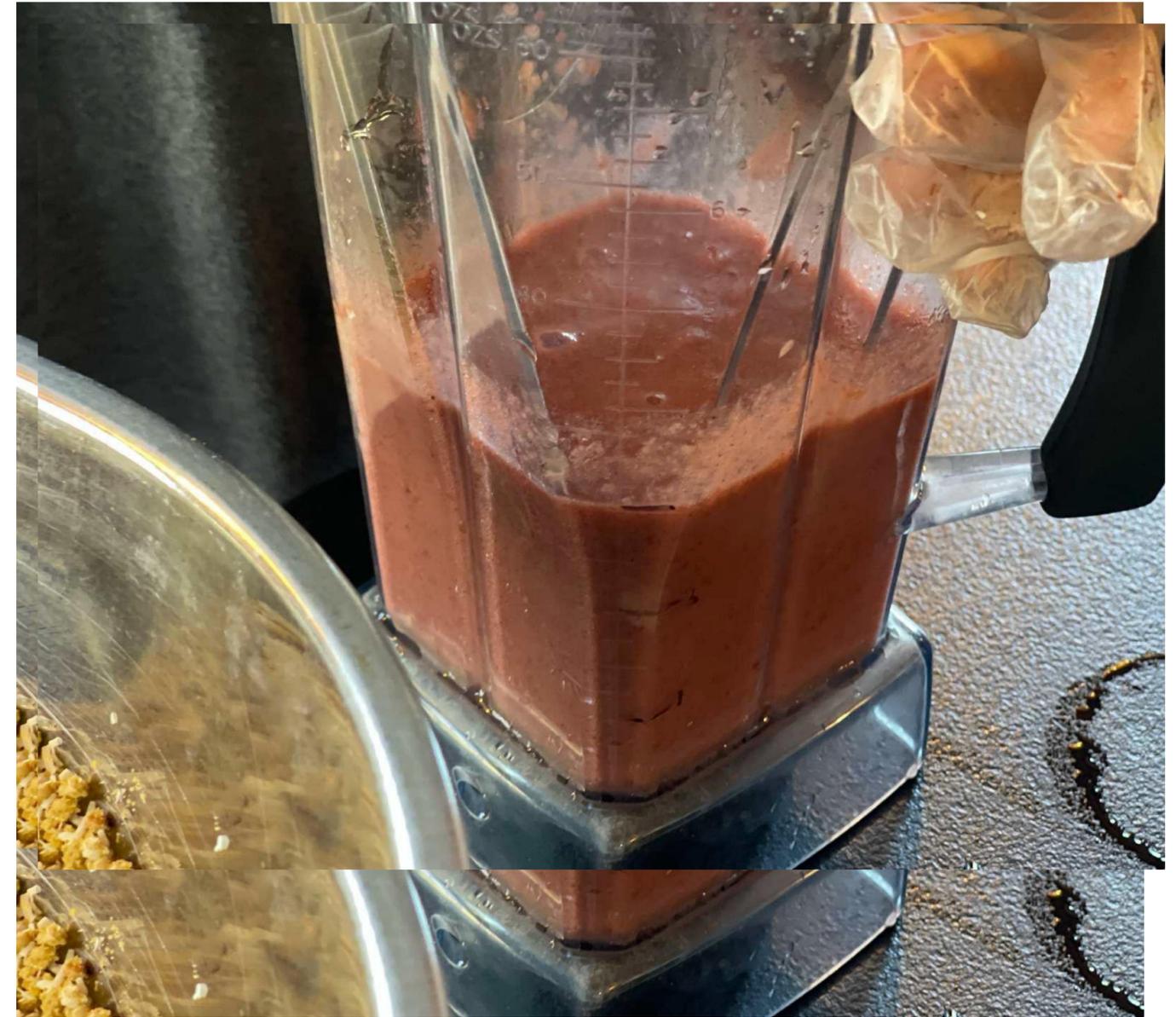
# Masaje Digestivo

Masajee la parte inferior del abdomen siguiendo la anatomía del colon, después de calentar el abdomen con toallas tibias.



# Para síntomas digestivos graves y peso bajo licúe toda la comida

- Tome la comida licuada lentamente porque aún necesita mezclarse con la saliva para iniciar la digestión.
- Cuando empiece a aumentar de peso puede introducir comida regular.



# **Activación de mastocitos**

**Jugo de 1/2 limón, 2 dientes de ajo pequeños y 4 oz de agua, y licúe. Tome esto con cada comida.**

## **Reacción Alérgica**

**Si no tiene ajo a mano, tome 1 cucharada de limón cada 10 minutos por 3 veces máximo.**



**Cataplasmas/**

**Emplastos**

# Cataplasma de cúrcuma

## Instrucciones:

Haga una pasta de cúrcuma con agua. Aplique en las áreas afectas y cubra con una curita o una cubierta de tamaño adecuado. Cambie 2 veces al día. Dese 1 hora de descanso al día para evitar que la piel se lastime.

## Usos:

- Crecimiento cuestionable en la piel
- probable cáncer de piel
- irritación leve de la piel
- abrasiones menores



# Cataplasma de papa

**Instrucciones:** Ralle una papa, exprima el líquido presionando con las manos. Póngalo sobre una toalla de papel y papel Vinipel o apósitos adhesivos para sellarlo y afirme a la piel.

## **Usos:**

- celulitis
- furúnculo o absceso en la piel
- quistes sebáceos
- hinchazón de las articulaciones por lesión o artritis



# Cataplasma de carbón

**Instrucciones:** Haga una pasta de 1 parte de carbón y 1 parte de psyllium/ linaza molida y agregue suficiente agua para formar una consistencia tipo gel. Extienda la pasta sobre una toalla de papel y aplíquela en el área afectada, asegúrela con una envoltura de plástico sellada a presión.

## **Usos:**

Celulitis de la piel (inflamación de los tejidos) o hinchazón, quemaduras en la piel, picaduras de insectos, irritación de la piel, picaduras de abejas, picaduras de arañas en las áreas de los flancos ,para la enfermedad renal, para el área del hígado, para la desintoxicación, área dolorosa en las encías/boca dolor en otras áreas del cuerpo articulaciones/bolsas hinchada

## **Notas:**

La aplicación es ilimitada

Evite las heridas abiertas ya que puede tatuar (puede disminuir con el tiempo)

Para el riñón e hígado, una aplicación de 23 hrs es

ideal para permitir que la piel tome un descanso del



# Cataplasma de arcilla

**Instrucciones:** Haga una pasta con arcilla de bentonita y agua.

Aplique en el área afectada.

Puede usar una toalla de papel húmeda para mantener la arcilla húmeda para que sea efectiva.

**Usos:**

**Neuralgia (herpes zóster)**



# Cataplasma de cebolla

## Instrucciones:

Pique la cebolla, y aplique a la piel, cubriendo con una toalla de papel y séllelo con papel Vinipel, o si es un lugar pequeño, con una curita. Para problemas respiratorios, caliente la cebolla en agua hasta que esté suave y cálida, envuelva en una toalla delgada o funda de almohada, y coloque sobre el pecho. Cubra con papel Vinipel y asegure bien.

## Usos:

- Congestión del pecho
- Heridas
- Esguinces de las articulaciones



# Cebolla & el intestino

## Cebolla y el Intestino

### CEBOLLA Y CURACIÓN DEL INTESTINO

1 cebolla (corte a la mitad y quite la cáscara)

3 tazas de agua

5 dientes de ajo aplastados

Sal al gusto (aproximadamente  $\frac{3}{4}$  de cucharadita) opcional

**Instrucciones:** Hervir por 15 minutos, enfriar, colar.

**Uso:** 1 taza una vez al día para la prevención, 1 taza 2 veces al día para la curación de infecciones.

\*Beber con el estómago vacío.

**Bueno para:** intestino permeable, úlceras, aftas/ llagas bucales, estomatitis, cándida, cualquier problema digestivo, náuseas, pacientes con quimioterapia, problemas de la piel (eccema)



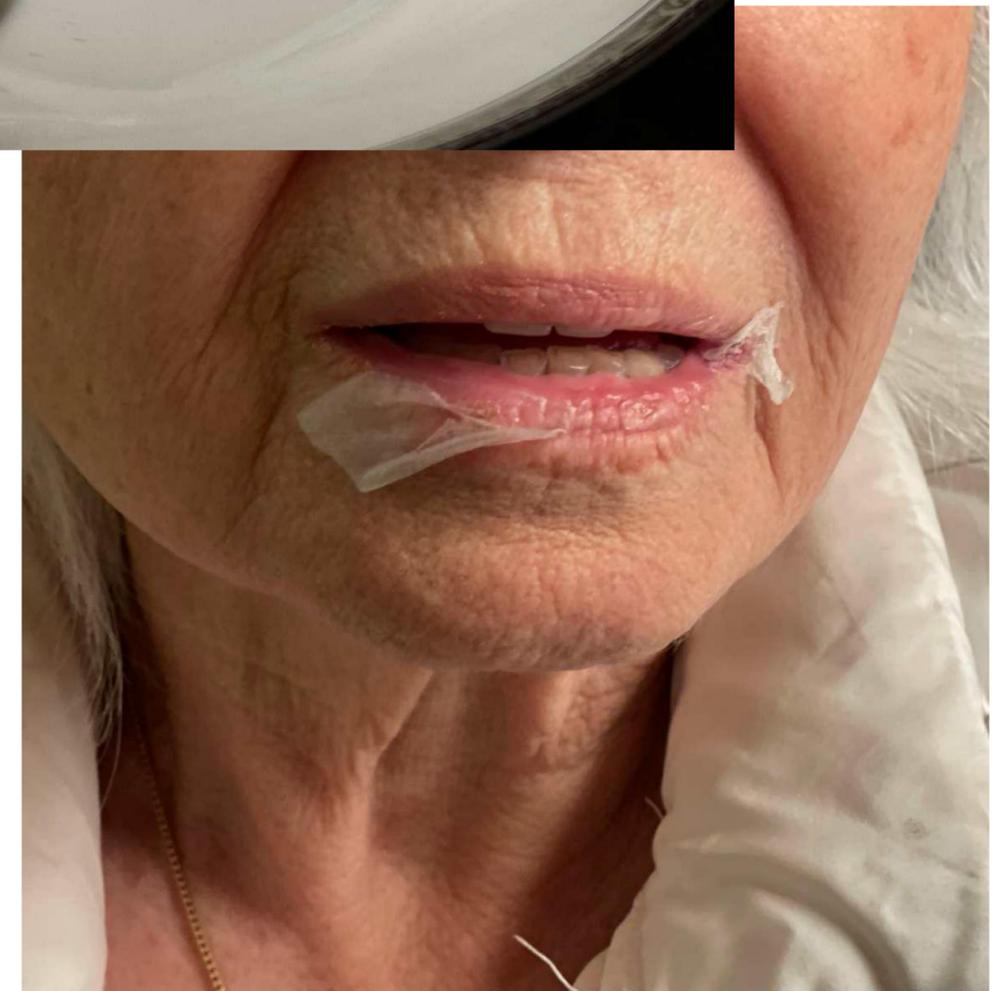
# Cebolla & piel

## LA CEBOLLA y las LESIONES en LA PIEL

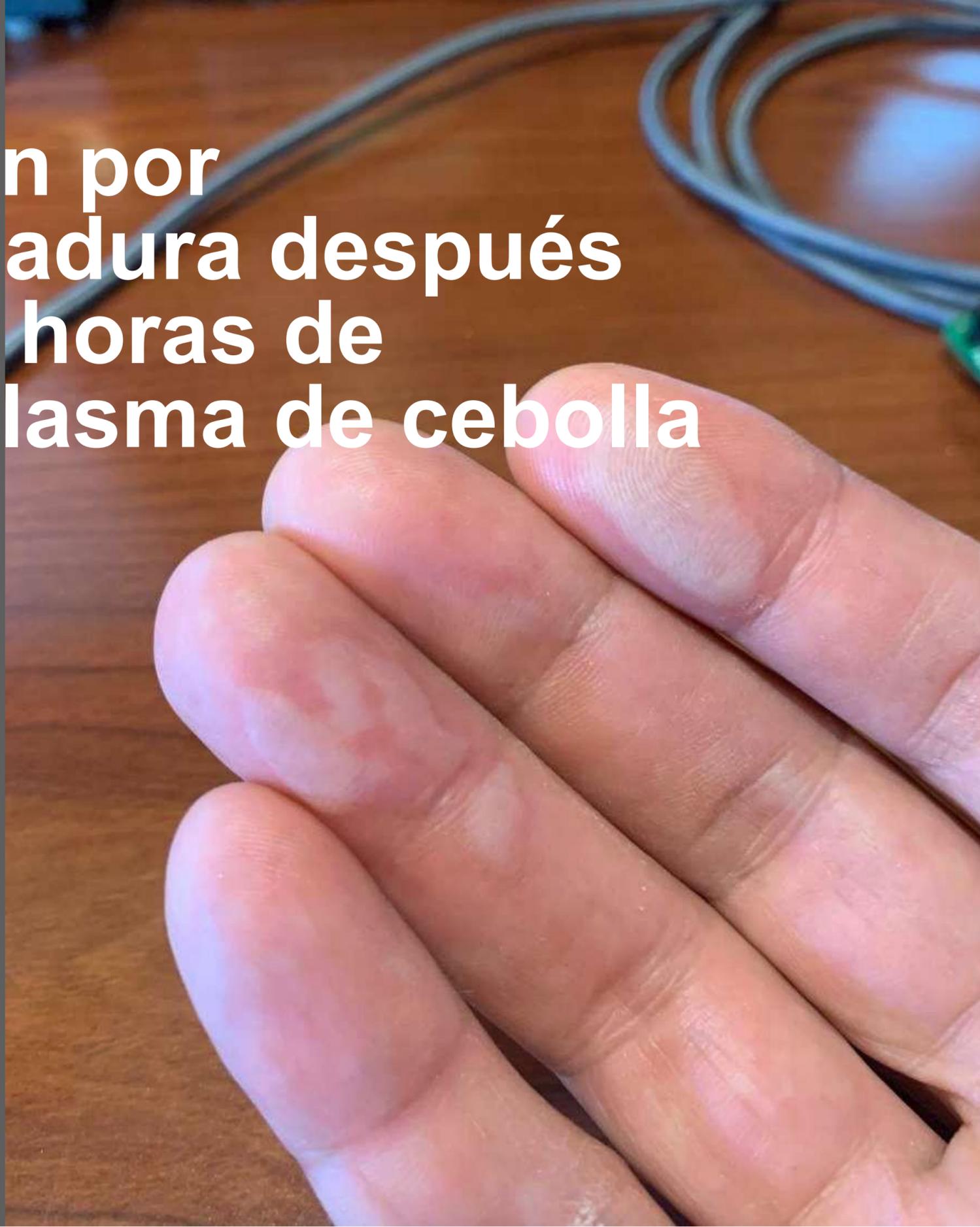
Instrucciones: Aplique la capa interior de una cebolla en el área afectada y péguela con cinta adhesiva o envuélvala para mantenerla en su lugar. La capita delgada de adentro de la cebolla, se puede aplicar a áreas o heridas sensitivas.

### Bueno para:

Quemaduras, heridas, infecciones de la piel, inflamaciones, herpes/llaga labial.



**Lesión por quemadura después de 24 horas de cataplasma de cebolla**



## **CEBOLLA y CRECIMIENTO DEL CABELLO**

***Instrucciones:*** Aplique la capa interior de una cebolla en el área afecta y péguela con cinta adhesiva o envuélvala para mantenerla en su lugar. También puede usar el caldo de cebolla y aplicar tópicamente en las áreas calvas varias veces al día.

***Buena para:*** calvicie, áreas con escaso cabello.

## **CEBOLLA y ARTICULACIONES, ESGUINCES**

***Instrucciones:*** Aplique la capa interior de una cebolla en el área afectada y péguela con cinta adhesiva o envuélvala para mantenerla en su lugar.

***Buena para:*** esguinces hinchazón de las articulaciones

## **CEBOLLA e INFECCIÓN de OJO**

***Instrucciones:*** Aplique caldo de cebolla enfriado en el ojo, puede usar una gotera o una gasa empapada en el caldo de cebolla y aplicar en el ojo. No quema.

***Buena para:*** Infecciones oculares (blefaritis conjuntivitis).

# Otros Remedios

# Aloe Vera/ Sábila y Digestión

## ***Instrucciones:***

Corte una hoja de la planta, corte la parte inferior más ancha para exponer el gel, deje reposar en agua durante la noche. Cambie el agua diariamente. Después de que la sábila se haya remojado al menos durante la noche, pele la piel y cómase el gel del interior (aproximadamente de 2.5 X 2.5 cm).

## ***Bueno para:***

Ingerir - para el intestino permeable, úlceras, acidez estomacal y cualquier problema digestivo.

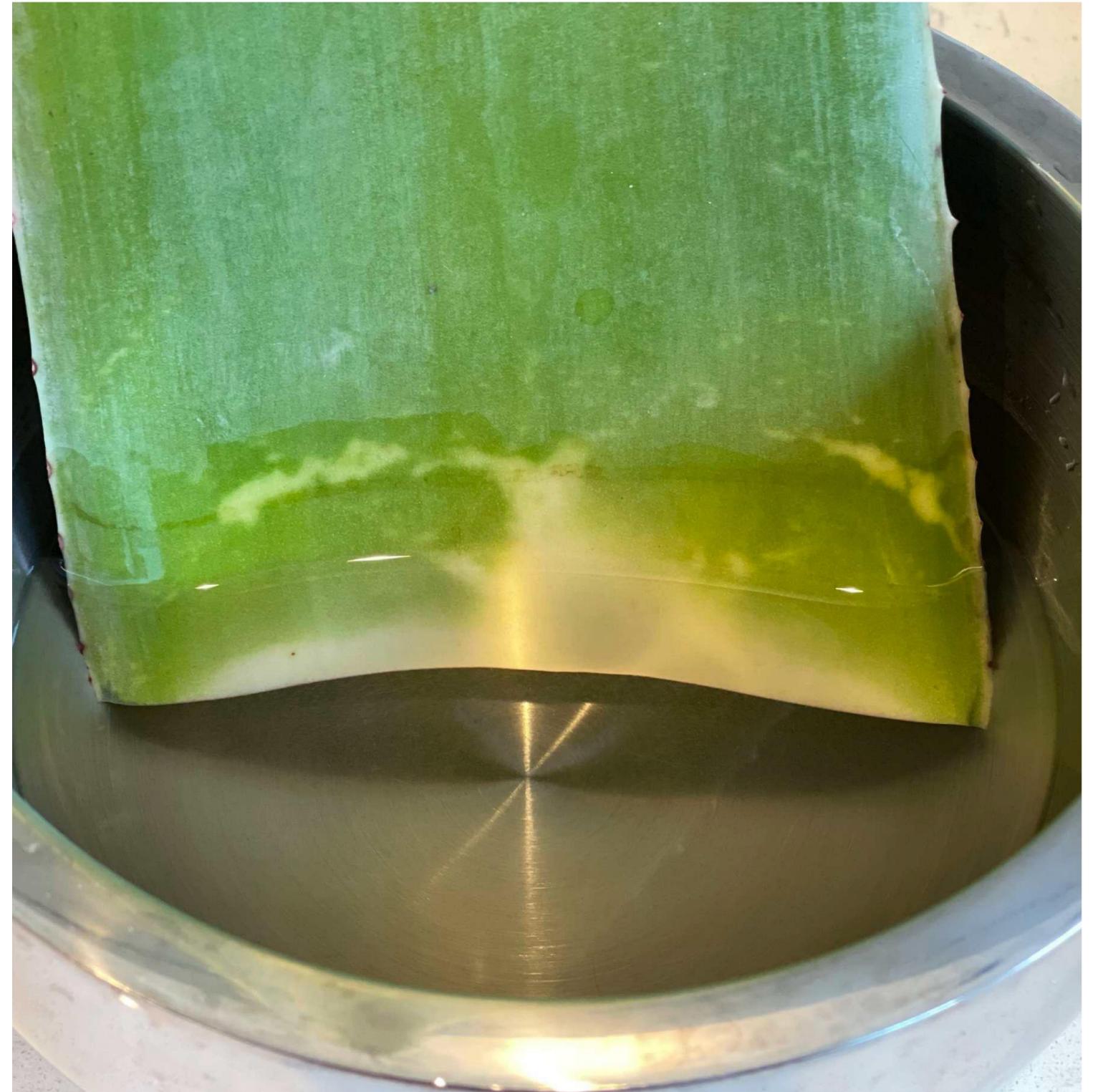


# Aloe Vera/ Sábila y Piel

**Instrucciones:** Corte una hoja de la planta, corte la parte inferior más ancha para exponer el gel y deje reposar en agua durante la noche. Cambien el agua diariamente. Después de que la sábila se haya remojado por al menos una noche, pele y aplique el gel del interior tópicamente.

**Bueno para:** acné, herpes/ llaga labial, quemaduras, cicatrices, infecciones de la piel.

También puede aflojar las impurezas en las heridas aplicando sábila durante la noche y extrayendo las impurezas más tarde, tales como gravilla en una rodilla/herida.



# Ajo y Resfriados/ Infecciones

## Receta:

2 dientes pequeños de ajo, picados  
1 cucharada de jugo de limón  
120 mL de agua

*Licúe los 3 ingredientes juntos*

## Uso:

*PREVENCIÓN:* Beber 2 veces al día con de las comidas

*RESFRIADO:* 3 veces al día durante 3 días

*INFECCIÓN DE ORINA:* 3 veces al día durante 5 días

*INFECCIÓN DE RIÑÓN:* 3 veces al día durante 2 semanas

*INFECCIÓN GRAVE DE LA PIEL:* 3 veces al día durante 2 semanas  
(o hasta que se resuelva la inflamación)

**Nota:** *SIEMPRE BEBA CON LAS COMIDAS* y use pajilla. Estar expuesto a la acidez del limón puede causar desgaste del esmalte de los dientes.

Image credit: [pixabay.com](https://pixabay.com) free image



# Ajo e Infección de Oído

## ***Instrucciones:***

Retire la piel (cascara) del diente de ajo, no lo triture e insértelo en la oreja afectada durante unas horas

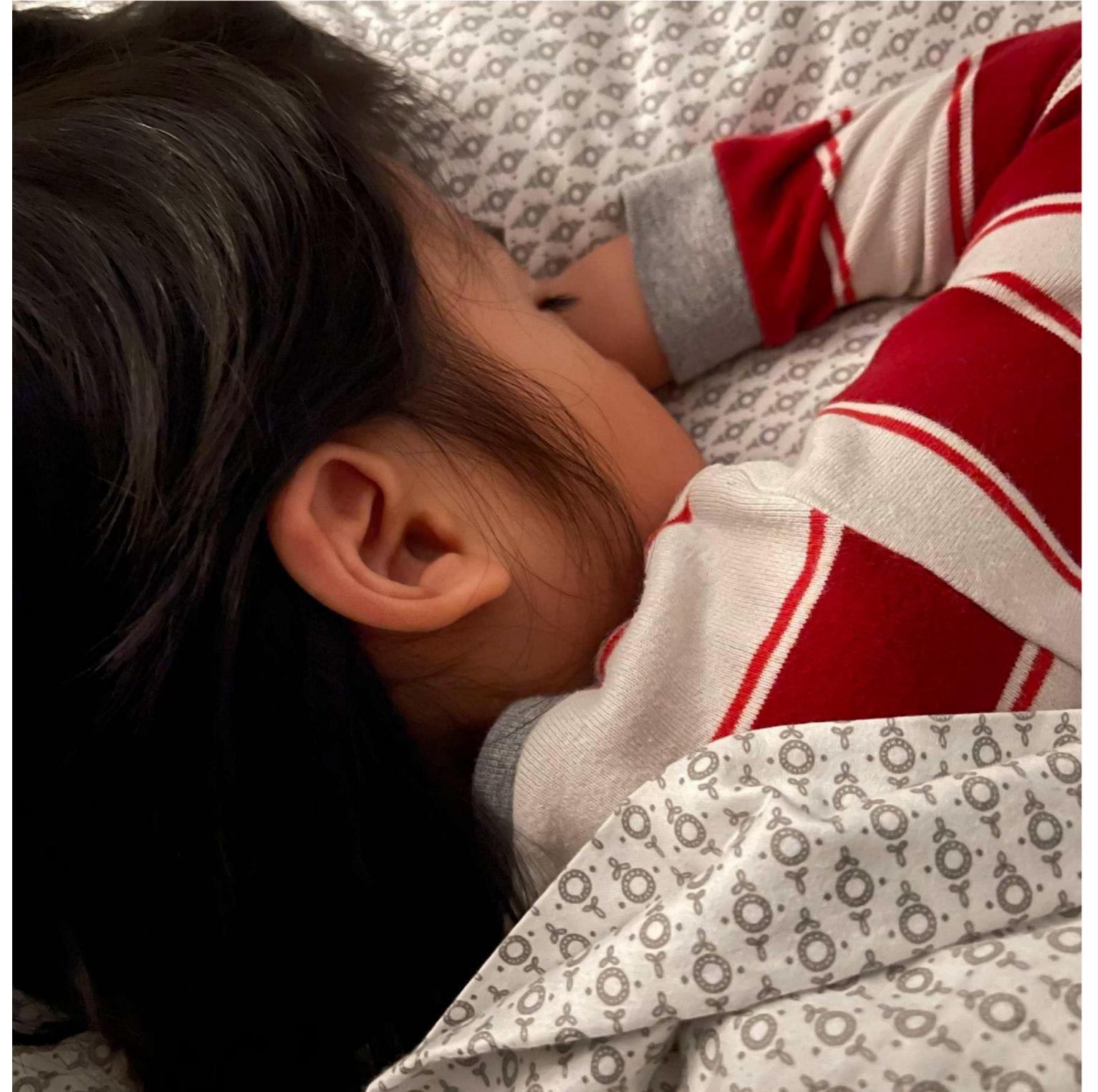
## ***Alternativa:***

## ***Receta:***

- 1 diente de ajo
- 1 cucharadita de aceite de oliva

***Instrucciones:*** pique el ajo (puede usar una prensa de ajo). Ponga el ajo picado en una tela y exprímalo para que solo le salga el líquido. Mezcle el líquido con el aceite de oliva. Aplique 3 gotas de la mezcla de aceite en el oído infectado.

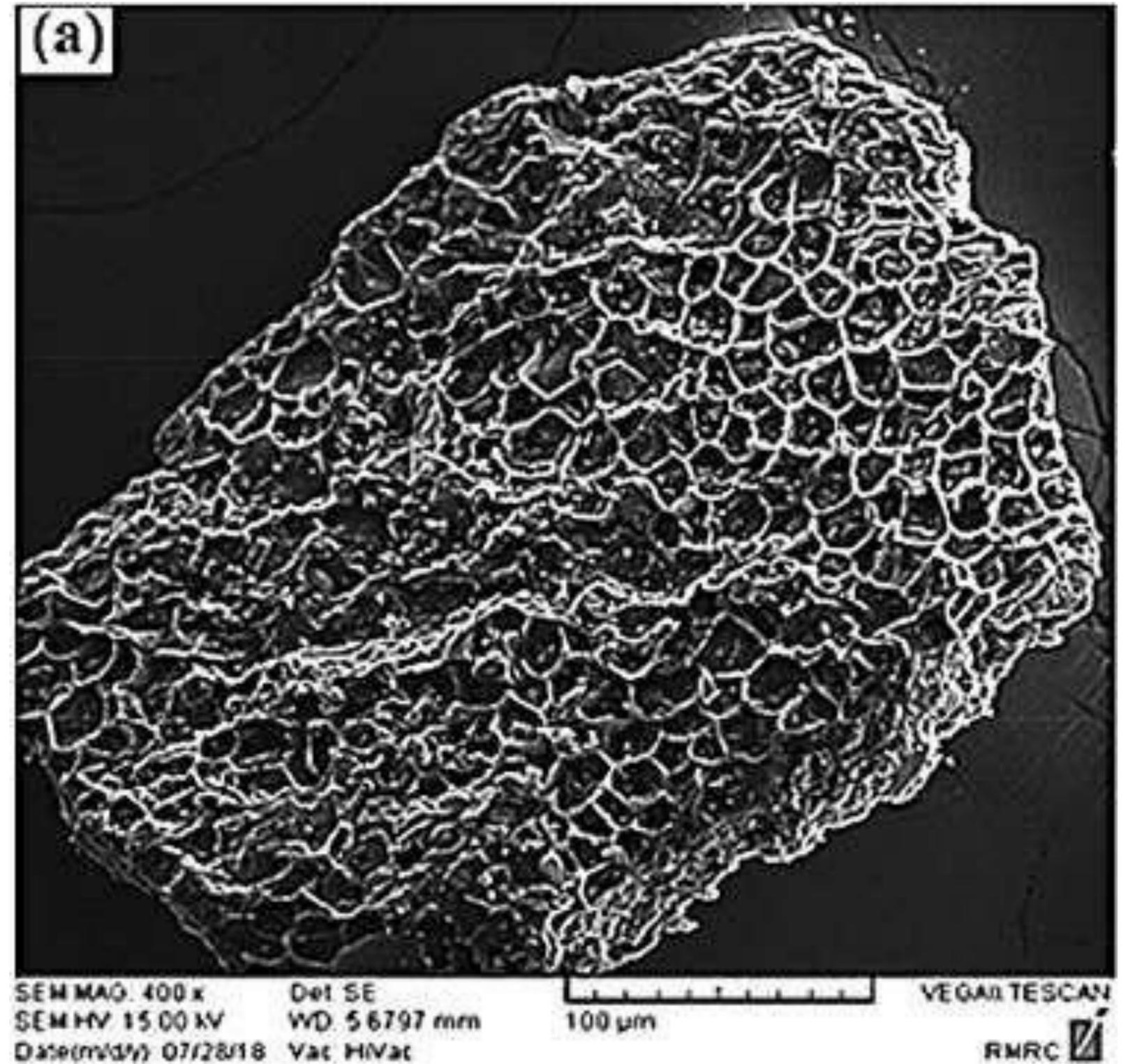
***Uso:*** Dos veces al día durante una semana, si es grave. Si es leve, dos veces al día hasta que desaparezca el dolor.



Carbón Activado  
Orgánico  
Calidad Comestible



# ¿Por qué el carbón? Adsorción



## **CARBÓN e INFECCIÓN de las ENCÍAS/GINGIVITIS y PREVENCIÓN**

***Instrucciones:*** Humedezca el cepillo de dientes y sumerja las cerdas levemente en polvo de carbón activado. Aplique las cerdas en las encías y los dientes y déjelo toda la noche. Enjuague por la mañana.

## **CARBÓN Y PICADURAS DE ABEJA/INSECTO/MORDEDURAS DE SERPIENTE**

***Instrucciones:*** haga una pasta con carbón y unas gotas de agua. Aplique sobre la picadura de abeja o mordedura de serpiente. También se puede aplicar a cualquier inflamación de la piel.

***Nota:*** NO APLIQUE EN NINGUNA HERIDA ABIERTA ya que puede tatuar de negro.



## **CARBÓN y DIGESTIÓN**

### ***Receta:***

1 Cucharada carbon

1 Taza de agua

Mezclar bien

***Cuando usar:*** *Beba antes de acostarse o cuando tenga los siguientes síntomas:*

***Bueno para:*** *náuseas, vómitos, acidez estomacal, diarrea, gases, intestino permeable*

### ***Alternativa:***

2 Cucharadas carbón

4 Tazas de agua

*Mezcle, deje reposar hasta que el carbón se vaya al fondo.*

***Cuando usar:*** *Use en enema para colitis ulcerosa y cualquier otro problema digestivo.*



# Sal Celta

## SAL CELTA y CALAMBRES MUSCULARES

**Instrucciones:** una pisca de sal celta bajo la lengua. 1-3 veces al día.

## SAL CELTA PARA LA DESHIDRATACION

**Instrucciones:**

1 cucharadita de sal celta  
1 cucharada de miel de abeja  
4 tazas de agua.

Photo credit: [pixabay.com](https://pixabay.com) Free images

Beba durante 30 minutos.



# Otras condiciones

## **Endometriosis y dismenorrea (dolor durante el período mensual)**

- Siéntese en una cubeta grande o en una bañera con agua caliente, agregue 1 o 2 tazas de sal Celta, o parecido, y quédese allí hasta que desaparezca el dolor (mantenga el agua caliente). Termine con agua fría por un corto tiempo.
- Haga esto por la mañana y antes de que comience el dolor.

## **Dolores musculares y óseos generalizados**

- Recuéstese en la bañera con agua caliente, según la tolerancia, enfriando la cabeza y la cara con toallas frías. Permanezca en el agua caliente hasta que desaparezca el dolor, termine con una ducha breve y fría.
- Manténgase hidratado, beba agua antes y después del baño caliente.

# Otras condiciones

## Síntomas de abstinencia al café

- Pediluvio de piernas caliente: coloque las piernas (abajo de las rodillas) en agua caliente según la tolerancia y mantenga la cabeza fría con una toalla fría hasta que desaparezca el dolor (alrededor de 15 a 20 minutos).
- Realize 1-2 veces al día
- Esta terapia también se recomienda para la mayoría de los dolores de cabeza.

## Sinusitis crónica

- Inhalación usando 2 gotas de orégano en una olla de agua hirviendo. 10 minutos cada 2 horas (cuando sea posible) durante 2 días o más si es necesario

# Otras condiciones

## Dolor de cabeza

- Además del pediluvio de pies caliente
- Masajee la cabeza de arriba hacia abajo con un aceite de lavanda diluido (1 a 10 con un aceite portador como el aceite de almendras)

## Insomnio

- 2 duchas de contraste al día, la última justo antes de acostarse.
- Caminatas enérgicas de 30 minutos 2 veces al día.
- Masajea la cabeza con aceite de lavanda antes de irse a dormir.
- Obtenga la primera luz de la mañana durante 10 minutos para establecer el ritmo circadiano

# Otras condiciones

## Desintoxicación para Alcohólicos

Realícelos a lo largo del día

- Sumérjase hasta el pecho en en agua tibia en una bañera
- Agregue 2 tazas de sal de Epsom/ sulfato de magnesio
- Permanezca sumergido hasta que este relajado.
- Beba 240 mL de agua cada 10 minutos x 6 ciclos
- Beba 240 mL de agua con 1 cucharada de carbón activado de calidad alimenticia 2 veces al día
- Beba bebida de magnesio: Mezcle 4 tazas por la mañana (1 taza de agua tibia con 3 frías) con 3 cucharadas de jugo de limón y 1 cucharada de sal de Epsom
- Enema de desintoxicación una vez al día
- Sal celta 2 piscas debajo de la lengua 2 veces al día
- Descanse, duerma y relájese.