Microdosis fácil y bien

Conforme al método original del Dr. Eugenio Martínez Bravo

Lic. Juan Arturo Bastida Martínez

"Microdosis fácil y bien,
Conforme al método original del
Dr. Eugenio Martínez Bravo"
México, 2013
TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS
Se prohíbe la reproducción parcial o total por
cualquier medio sin permiso por escrito del autor.

"Microdosis fácil y bien,
Conforme al método original del
Dr. Eugenio Martínez Bravo"
México, 2013
TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS
Se prohíbe la reproducción parcial o total por
cualquier medio sin permiso por escrito del autor.

Me complace el haber puesto mi mayor esfuerzo en esta obra, tratando de explicar lo mejor y más claro posible el método de la Microdosis de tal manera que sea completamente comprensible para cualquier persona "Porque lo importante es glorificar a Dios en todo, ya sea al comer, al beber o al hacer cualquier otra cosa." (1Corintios 10:31 PDT).

Dedicado a mi esposa amada Alejandra Nuño quien me ayudó con numerosas correcciones; a mi mamá Brenda Martínez quien generosamente me compartió el conocimiento y experiencias con la Microdosis; a mi papá Arturo Bastida quien me enseñó a hacer las cosas bien. A mi abuelo Eugenio Martínez quien estaría contento de ver que seguimos su legado. A mi abuela Noemí Uriegas quien me platicó de Jesucristo. Pero sobre todo gracias a nuestro Padre celestial, el sanador por excelencia, porque a Él debe ser dada toda honra y gloria.

ÍNDICE

PRÓLOGO.....11

INTRODUCCIÓN.....13

Capítulo 1 Microdosis 17
1.1 ¿Qué son?
1.2 Diferencias con la Homeopatía
1.3 Mecanismo de acción
1.4 Ventajas de la Microdosis
1.5 Conceptos básicos

Capítulo 2 Preparación de Microdosis.....31
2.1 Composición de Microdosis
2.2 Cantidad de concentrado
2.3 Algunas equivalencias
2.4 Un gotero para cada sustancia
2.5 Administración de Microdosis
2.6 Dosis
2.7 Alergias
2.8 Acerca del alcohol que se consume con las Microdosis
2.9 Consideraciones finales

Capítulo 3 Preparación de bases.....45
3.1 Requisitos
3.2 Preferencia en la presentación de medicamentos
3.3 Preparación
3.4 Propiedades de Microdosis de origen químico
3.5 Excepciones
3.6 Comentarios finales

Capítulo 4 Extractos.....55
4.1 Requisitos
4.2 Lugares de adquisición
4.3 Preparación
4.4 Propiedades de Microdosis de origen animal
4.5 Comentarios finales

Capítulo 5 Tinturas.....63
5.1 Requisitos
5.2 Preparación
5.3 Propiedades de Microdosis de origen vegetal
5.4 Consideraciones importantes
5.5 Acerca de las tinturas con plantas secas

Capítulo 6 Aplicación práctica.....75
6.1 Clasificar las plantas por padecimiento
6.2 Contar con un diagnóstico
6.3 Identificar alergenos y/o posible embarazo
6.4 Preparar las Microdosis y explicar la forma de administración
6.5 Seguimiento

Preguntas frecuentes.....79

Apéndice A.....85
Cantidades de tintura para preparar Microdosis

Apéndice B.....87
Excepciones en la toma y duración del tratamiento de diversas Microdosis

Apéndice C.....89
Alcohol contenido en las Microdosis

Apéndice D.....93
Recomendaciones

Bibliografía.....*97*

PRÓLOGO

Las Microdosis son el resultado del conocimiento y experiencia del investigador Dr. Eugenio Martínez Bravo.

Luchador social incansable, miembro de una familia mexicana postrevolucionaria muy grande, siempre se dio cuenta de la necesidad y pobreza del pueblo mexicano.

En su búsqueda de la solución del problema de salud en nuestro país y en Latinoamérica, dio con el descubrimiento de un nuevo mecanismo de acción, mismo que analizó y desarrolló a lo largo de su carrera de investigador en la Universidad Autónoma de Zacatecas.

Las Microdosis han sido la respuesta curativa al alcance de la mano de muchas regiones humildes, pero también la han sido para médicos que las han estudiado y aplicado probando su eficacia curativa, misma que muchas veces es superior a la de medicamentos alópatas.

Ahora el Lic. Juan Arturo Bastida Martínez, nieto del Doctor, nos presenta en este libro, de

manera clara y sencilla, la forma correcta de preparar las Microdosis para lograr los excelentes resultados que el mismo Dr. Eugenio Martínez Bravo alcanzó durante su vida.

INTRODUCCIÓN

A través de los siglos el ser humano ha tenido la necesidad de encontrar la manera de recuperar la salud, es por ello que ha buscado remedios para las múltiples enfermedades que se puedan padecer.

Desde la medicina ancestral, que no contaba con aparatos de alta tecnología, ni análisis clínicos que la ayudaran a llegar a un diagnóstico acertado, hasta la medicina moderna, que conoce el equilibrio de las sustancias químicas y el funcionamiento de cada uno de los tejidos y cuenta con múltiples avances científicos, el propósito de todo tratamiento médico es que las personas recuperen su salud y tengan una vida plena en cualquier etapa de la vida.

Según la época, la cultura y hasta las creencias religiosas, los tratamientos y las opciones de curación se han multiplicado a lo largo y ancho del planeta.

Nadie puede negar la riqueza de la herbolaria milenaria y los conocimientos ancestrales de las propiedades curativas de las plantas, mismos que

son base en muchos casos del inicio de estudios clínicos para explotar recursos naturales en la medicina alópata. En México somos afortunados por la riqueza y variedad de nuestros climas y suelos que nos proporcionan incontables plantas medicinales que tradicionalmente se han utilizado para la curación de la gente. Es invaluable ese conocimiento herbolario que hemos heredado y que aun en nuestros días prevalece entre nuestro pueblo, que soluciona muchos de sus problemas de salud con alguna planta que está en su entorno.

Sin embargo también existen avances científicos en la medicina moderna que se ven plasmados en el descubrimiento de nuevos medicamentos que van a auxiliar en los tratamientos de las diversas enfermedades.

El descubrimiento el Dr. Eugenio Martínez Bravo de un nuevo mecanismo de acción de las Microdosis nos permite aplicar la opción de nuestra preferencia, sea medicina alópata moderna o herbolaria tradicional, para lograr la curación del padecimiento que se tenga.

Las Microdosis ahora se están utilizando en muchos lugares del mundo para aplicar de una

manera diferente tanto los conocimientos tradicionales de la herbolaria milenaria, como los conocimientos modernos de curación de la medicina alópata. Es maravilloso poder utilizar tanto plantas como medicamentos muy tóxicos, en dosis tan pequeñas que pierdan su toxicidad pero que mantengan sus propiedades curativas.

Para lograr resultados óptimos en cualquier tratamiento con Microdosis, es bueno contar ahora con el presente libro que nos ayuda a mantener y difundir los principios básicos en la preparación de las Microdosis como los enseñó en su momento su descubridor.

En un tiempo parecía una fantasía que no era posible alcanzar, el lograr tener todos los beneficios curativos, tanto de plantas como de medicamentos, sin tener efectos tóxicos o dañinos para el organismo. Esto se ha logrado con las Microdosis que utilizan, como su nombre lo indica, dosis tan pequeñas que no llegan a ser toxicas pero que mandan la señal curativa directamente al cerebro logrando la curación de muchas enfermedades.

Brenda Leticia Martínez Uriegas
México, 2013

Capítulo I
Microdosis

1.1 ¿Qué son?

Las Microdosis se resumen en una definición muy sencilla y a la vez muy completa: "Es la forma de administración de medicamento, en cantidades muy pequeñas, que va de mil a quince mil veces menos que las cantidades de sustancia utilizadas normalmente, que pueden ser de origen vegetal, animal o químico, y que a través del sistema nervioso producen un efecto casi siempre curativo en el organismo".

Vamos por partes, y para esto es necesario analizar esta definición:

Primero, "en cantidades muy pequeñas". Esto es algo similar a la Homeopatía, en donde se utilizan también cantidades muy pequeñas de sustancias para producir curación, sin embargo, en Microdosis no se diluye tanto como en la Homeopatía; en Microdosis se utilizan hasta 15 mil veces menos de sustancia mientras que en la Homeopatía se diluye muchas veces más; asimismo:

- En Microdosis se mantienen el olor y sabor de las sustancias, por ejemplo, la Microdosis de eucalipto huele y sabe a eucalipto, la Microdosis de chile piquín produce un picor en la lengua similar a cuando se ingiere picante, etc.

- En Microdosis la dilución corresponde a la segunda centesimal de Hanneman y no se pierde el número de Avogadro que se utiliza en química. Si por ejemplo, en la medicina alópata normal se utilizarán 600 mg diarios de

paracetamol para calmar dolores articulares, en Microdosis utilizaríamos quince mil veces menos esta cantidad para una "toma".

Segundo, pueden ser "sustancias de origen vegetal, animal o químico".

- De origen vegetal. Utilizamos plantas medicinales, como el epazote, el estafiate, la gobernadora, el gin-seng, etc. Aprovechamos los conocimientos ancestrales de la cultura indígena respecto a la utilidad y uso terapéutico de las plantas, la fecha de cosecha, el mejor lugar donde se desarrollan, etc., así como estudios formales de laboratorios o universidades.

- De origen animal. Utilizamos órganos, glándulas y tejidos de origen animal como el corazón, el cerebro, la tiroides, la próstata, etc., con propósitos curativos. El uso de tejidos animales se ha venido utilizando en diversas culturas antiguas como la griega, la romana y la china, desde hace muchos siglos para tratar disfunciones y malformaciones de diversos tipos.

- De origen químico. Utilizamos medicinas de patente y sustancias químicas puras, como el paracetamol, el naproxeno, el cobre, etc.

Hasta ahora, en esta definición no hemos dicho nada realmente nuevo ni revolucionario. Sin analizar con detenimiento, podríamos creer que estamos hablando de la Homeopatía, pues estamos utilizando cantidades pequeñas de sustancias, estamos utilizando sustancias cuya eficacia ha sido probada ancestralmente por medios empíricos, o bien algunas otras materias primas como las medicinas de patente que han sido probadas con métodos muy modernos de investigación; pero una diferencia digna de mencionar respecto a la Homeopatía, es

que la Microdosis es medicina alópata; más adelante profundizaremos en este tema.

Si pasamos a la tercera parte de la definición, encontramos el verdadero descubrimiento de las Microdosis, que es su mecanismo de acción:

Tercero, "a través del sistema nervioso produce un efecto *casi siempre* curativo". El mecanismo de acción normal o conocido, funciona a través del sistema digestivo. Si tomamos un té de manzanilla, se ingiere inicialmente por la boca, pasa al estómago, luego al hígado y posteriormente produce un efecto fisiológico determinado en el organismo como calmar algún cólico o disminuir la presión arterial. En el caso de medicinas de patente (y algunos vegetales también), al consumirlas de esta manera, el hígado detecta la presencia de sustancias tóxicas, de venenos, y empieza a trabajar a marchas forzadas para eliminar estas sustancias que son nocivas para el organismo. Por ello, muchos medicamentos tienen un efecto negativo sobre el hígado y sobre los riñones (cuya función también es eliminar toxinas del cuerpo) que es por donde se terminan de eliminar estas sustancias tóxicas. Se estima, que el hígado destruye el 80% de estas sustancias al detectarlas como veneno, y el restante 20% consumido llega al torrente circulatorio en donde termina produciendo un efecto "curativo" en el organismo.

Con la Microdosis no es así, el mecanismo de acción se lleva a cabo por vía nerviosa. Las sustancias se administran a través de las papilas gustativas, o cualquier otra terminación nerviosa, y a través del sistema nervioso se envía una señal que desencadena diversas reacciones químicas y físicas en el organismo. Esto es algo que había pasado desapercibido en la medicina y que implica numerosas ventajas que señalaremos más adelante.

1.2 Diferencias con la Homeopatía

La Microdosis podría llamarse también "Microalopatía", cuya idea se le ocurrió a un participante de nuestros cursos. En términos sencillos, la Microdosis se rige por la misma ley que la Medicina Alópata moderna que es la llamada Ley de los contrarios, sólo que en Microdosis se utilizan cantidades muy pequeñas de sustancia. Dicha ley, se basa en la administración de medicamentos cuyo efecto sea opuesto a los síntomas del paciente, por ejemplo, si alguien tiene dolor de cabeza se le administra un analgésico, si alguien tiene fiebre, se le administra un antipirético, etc. En Homeopatía, (cuya etimología deriva de la palabra "Homoios" que significa igual o semejante), se utiliza la ley de los semejantes, entonces para alguien que tiene dolor de cabeza, se le administra algo que provoca dolor de cabeza pero en cantidades muy pequeñas.

Otra diferencia, en Microdosis no se diluye tanto como en la Homeopatía; hablábamos de mil a quince mil veces menos que la cantidad normal que se administraría en la Herbolaria o en la Medicina Alópata moderna, entonces se mantiene el sabor y el olor en los preparados. En Homeopatía se diluye tanto que no se distingue ni por el sentido del olfato ni el del gusto lo que se toma.

En Microdosis no se utilizan conceptos como dinamización o potenciación, que son básicos en Homeopatía.

En Microdosis únicamente se agitan los preparados para lograr una mezcla homogénea. En Homeopatía se agitan vigorosamente (sucusión) las sustancias para transferir "esencia".

Por lo tanto, podemos afirmar que la Microdosis se parece únicamente a la Homeopatía en que en ambas técnicas se

utilizan pequeñas cantidades de sustancia, con las aclaraciones ya descritas anteriormente.

1.3 Mecanismo de acción

Ya decíamos que el verdadero descubrimiento de la Microdosis es el mecanismo de acción que se utiliza. En Cuba se han hecho diversas pruebas para comprobar que el mecanismo de acción de la Microdosis se lleva a cabo por el sistema nervioso.

Un ejemplo de esto, fue la medición de las ondas cerebrales en diversas personas que habían tomado la Microdosis de fenobarbital, un medicamento utilizado para inducir sueño. A los 10 segundos de haber tomado las dos gotas de Microdosis en la punta de la lengua, se pudo visualizar la actividad cerebral en el electroencefalograma. Esto fue algo insólito, pues al ser tan rápida la respuesta del cerebro, se pudo confirmar la teoría propuesta del mecanismo de acción por vía neuro-hormonal. Más información sobre este ensayo clínico se puede encontrar en la página 33 del libro "Guía terapéutica con Microdosis", escrito por el Dr. Eugenio Martínez Bravo y la Dra. Maricela Villalta publicado por la Editorial Herbal.

1.4 *Ventajas de la Microdosis*

Vamos entonces a mencionar algunas de las ventajas de utilizar Microdosis en lugar de otras opciones terapéuticas:

- Aspecto ecológico.

Pongamos de ejemplo a la Vinca o Vincamicina (Lochnera rosea), una planta medicinal de la cual se extrae una sustancia llamada Vinblastina para producir medicamentos y así combatir algunos tipos de cáncer con la medicina alópata normal. Se estima que se necesita media tonelada de hojas secas de Vinca

para obtener un gramo de Vinblastina. Si se utilizan tres gramos diarios para tratar a una persona, estamos hablando que serían montones de hectáreas sembradas (y por lo tanto de tala de selvas y bosques tropicales) para atender a una sola persona un solo día; si consideramos que el cáncer es la principal causa de muerte en el mundo, entonces no nos alcanzaría la selva del Amazonas para sembrar Vincas y ayudar a la gente. En Microdosis una sola planta, incluso sin matarla, es suficiente para tratar a miles de personas, entonces podríamos colaborar a detener el gran ecocidio actual.

- Aspecto económico.

Hablábamos en un inicio, de que con Microdosis utilizamos de mil a quince mil veces menos de medicamento alópata que lo normalmente utilizado. Me sorprende en demasía cuando me platican que hay medicamentos que cuestan más de diez mil pesos al mes (unos 800 USD aproximadamente) y que numerosas personas los deben tomar por el resto de su vida. Si alguien toma un medicamento que al día le cuesta 50 pesos, estamos hablando de que al mes gastaría 1,500 pesos. Si preparamos ese medicamento en forma de Microdosis, estaríamos hablando de que gastaría 0.013 pesos al día (Cuarenta centavos de peso al mes), entonces el ahorro es más que importante. Serían 15 mil veces menos de precio, o bien dicho de otra manera, 50 pesos para atender en un día a 15 mil personas en lugar de una sola.

- Sin efectos secundarios.

Probablemente la mayor ventaja de la Microdosis, es que está exenta de cualquier efecto colateral. En Microdosis se pueden tomar las sustancias más tóxicas sin correr ningún riesgo de sufrir efectos colaterales, como por ejemplo el toloache (Datura Stramonium), la morfina, el litio, etc.

Simplemente en los Estados Unidos de Norteamérica, los efectos colaterales de los medicamentos, son la cuarta causa de muerte. Si añadiéramos los errores de los médicos y las infecciones que se adquieren en los hospitales, sería la primera causa de muerte (esto según cifras oficiales). La Organización Mundial de la Salud en octubre de 2008, indicó que las reacciones inesperadas y perjudiciales a los medicamentos se encuentran dentro de las diez primeras causas de muerte en todo el mundo, no sabemos si son el lugar dos o el diez, pero es una de las principales causas de muerte en todo el mundo.

¿Qué diría usted si su médico de cabecera le recetara simplemente una cápsula o pastilla de ibuprofeno para calmar un dolor de cabeza ocasional?; ¿Qué le diría a su Médico si él le mencionara que el ibuprofeno le puede provocar aumento de peso inexplicable, ampollas, comezón, coloración amarillenta en los ojos, dolor al orinar, confusión, agresividad, dificultad para hablar, ataque cardiaco o un accidente cerebrovascular?; ¿aun así se lo tomaría por un simple dolor de cabeza?; yo creo que ya no lo compraría. ¿Y si le dijera que si toma la Microdosis de ibuprofeno no tendría ningún efecto colateral y aun así se le quitaría el dolor de cabeza?

Siempre hay que tener presente que las alergias a determinadas sustancias se mantienen aun y cuando se prepare esta sustancia en forma de Microdosis; por ejemplo, alguien alérgico al paracetamol, será igualmente alérgico a la Microdosis de paracetamol, entonces conviene siempre tener el cuidado de asegurarse a cuales sustancias es alérgica una persona antes de que tome Microdosis.

- No produce adicción.

La Microdosis no causa adicción, sin importar que sea por ejemplo una Microdosis de diazepam, no le creará una adicción fisiológica; al contrario, le ayudará a eliminar la adicción si es

que usted ya la tiene. La Microdosis podría provocar adicción psicológica, en donde la persona diga "Necesito mis gotitas cada noche si no, no duermo"....pero no sería una adicción fisiológica sino psicológica, y poco a poco se le puede ir convenciendo de que no la necesita; si no se le puede convencer, pues tal vez tenga que tomar su Microdosis de diazepam por siempre, pero sin ningún efecto colateral y con un costo como de 4 pesos al mes (de los cuales un peso corresponde al gotero).

Pensemos que usted no puede dormir bien, entonces va con su médico, y él le recomienda tomar media pastillita de diazepam al acostarse cada noche, y le funciona. Pero pasa un mes y regresa con el médico porque de nuevo no puede dormir; su Médico tal vez le diría, en lugar de media pastillita, tómesela completa..... Sin darse cuenta, su organismo se ha hecho adicto a una sustancia para poder dormir, el diazepam; lo mismo que pasa con el alcohol, con las drogas ilegales, con el café, con el tabaco, etc. Su cuerpo cada vez necesita mayor cantidad de sustancia para obtener el mismo efecto y se ha creado una adicción fisiológica. Se pueden preparar Microdosis de marihuana, de café, de thinner, tabaco, etc. con grandes expectativas para tratar y aliviar diversas adicciones; se debe considerar que con las Microdosis tratamos el aspecto fisiológico, pues el aspecto psicológico debe ser tratado con otra alternativa. Un estudio en Cuba reveló un 70% de efectividad de la Microdosis de Tabaco (Nicotiana tabacum) para eliminar el hábito de fumar.

- Tratamientos simultáneos.

En tratamientos con Microdosis, se pueden tratar al mismo tiempo todas las enfermedades que tenga una persona, no hay necesidad de esperar a que mejore de un determinado padecimiento o esperar a que elimine las sustancias tóxicas de su organismo por los medicamentos que haya consumido antes de brindarle el siguiente tratamiento. Un estudio reciente

muestra que "el 92 por ciento de las personas mayores que padecen diabetes, tiene por lo menos una condición médica crónica mayor, y que casi la mitad tiene tres o más enfermedades mayores aparte de la diabetes", lo que complica enormemente la labor del médico por el gran rompecabezas que se crea con los medicamentos. Si el paciente se trata con Microdosis, entonces podría tomar simultáneamente los tratamientos necesarios para todos sus padecimientos. Además, cada una de las Microdosis se utilizan en el tratamiento de múltiples padecimientos, por lo que a veces unas cuantas Microdosis sirven para tratar varias enfermedades que se padecen.

- Tratamiento paralelo.

Una de las virtudes de la medicina alternativa, como se considera a la Microdosis y a la Acupuntura, es que se pueden administrar al mismo tiempo que el tratamiento alópata. Entonces, si alguien tiene cáncer por ejemplo, puede continuar con su quimioterapia y radioterapia, y al mismo tiempo llevar su tratamiento con Microdosis, de esta manera tendrá mayores posibilidades de mejorarse. La única indicación en estos casos es tomar las Microdosis con por lo menos veinte minutos de diferencia a la toma de las medicinas alópatas.

- Facilidad de preparación.

Los cursos presenciales de Microdosis que brindamos, son siempre en un solo día, con una duración de 4 a 6 horas, según la cantidad de participación de los asistentes. Con esto es más que suficiente para aprender a preparar Microdosis por completo; salen con hambre, cansados y de mal humor, pero al otro día, se dan cuenta de que ya pueden preparar todo y es cuando viene la sensación de satisfacción, especialmente cuando hay alguien en el círculo cercano con algún padecimiento. Entonces es una gran ventaja que no se requiera

equipo especial, estudios previos, inversiones económicas grandes, etc. para poder preparar y utilizar las Microdosis. Evidentemente, el conocimiento previo o posterior siempre será útil y la recomendación es siempre seguir estudiando, pues si alguien es médico tiene ya una gran ventaja porque sabe clínica y puede efectuar diagnósticos; o si alguien ha crecido rodeado de herbolarios, sabrá las propiedades de diversas plantas medicinales y las podrá identificar fácilmente, y esto siempre ayuda, pero bastan unas horas de atención para poder preparar Microdosis y utilizarlas de inmediato.

- Se amplía el espectro de actuación.

Cuando un medicamento alópata o alguna planta es preparada en Microdosis multiplica sus propiedades curativas. Hay por ejemplo un caso curioso de la Rifampicina; este medicamento es utilizado comúnmente para tratar la tuberculosis; al prepararlo en Microdosis, no sólo resulta útil contra la tuberculosis sino además contra muchas otras infecciones de diversos tipos. Algo similar pasa con las Microdosis de origen vegetal, las cuales llegan a tener más de 50 usos distintos; como veremos más adelante, es claro que un factor que influye en el caso de las plantas, es que se utilizan todas las partes del vegetal y además que se utilizan frescas, por lo que se obtienen las propiedades curativas de cada una de sus partes y se conservan todas las sustancias volátiles de la planta.

- Intercalar sustancias.

En los cursos, siempre les ponemos este ejemplo: "si te duele la cabeza, ¿te tomas una pastilla de ibuprofeno de 400 mg?", casi siempre la respuesta es un si generalizado. "Pasa media hora y no se te quita el dolor, ¿te tomas otra pastilla?", aquí se provocan risas y la respuesta es también "si", se empieza a entender hacia donde nos dirigimos: "Pasa la siguiente media hora y no se te ha quitado el dolor, ya te has tomado dos

pastillas, ¿te tomas otra pastilla o tienes algún límite?", de nuevo se ríen pero aquí la respuesta cambia a un drástico "Nooo, ya no tomo más". En el fondo si sabemos el riesgo de intoxicarnos por medicamentos, pero creemos que con una pastilla o dos no nos va a pasar nada, pero a partir de tres empezamos a dudar y a tomar las cosas cautelosamente. En Microdosis tenemos una gran ventaja, si la Microdosis de ibuprofeno por ejemplo, no nos quita el dolor de cabeza, podemos tomarla con mayor frecuencia sin ningún riesgo de efectos negativos; si después de algunos minutos no nos hace efecto, podemos cambiar tranquilamente a otros analgésicos, hasta que encontremos el que nos funcione mejor. Aquí la pregunta cambiaría, "¿Si después de una hora no se te ha quitado el dolor de cabeza con la Microdosis de ibuprofeno, qué haces?", la respuesta es infinita, se me ocurren ahora, "Me tomo una Microdosis de paracetamol, o de morfina, o de toloache, o de floripondio, etc".

Al hablar de eliminar el dolor con Microdosis, siempre es sumamente importante hacer hincapié en que antes de quitar el dolor se debe saber la causa que lo está provocando, pues bien pudiera ser un aviso del organismo acerca de algún padecimiento serio que debe tratarse y al ocultar el dolor con la Microdosis se pudiera eliminar esta alerta y complicar el diagnóstico.

Es importante entender cuidadosamente las ventajas de la Microdosis, porque en el momento en que se leen, pareciera que es una panacea y posiblemente la fuente de la eterna juventud, lo cual no es así.

Las Microdosis no son milagrosas, decía el Dr. Eugenio Martínez Bravo, y es que implica que se lleven a cabo varias cosas para que se obtengan buenos resultados:

- Los concentrados (tinturas, bases o extractos) deben ser preparados respetando el proceso adecuado. Por ejemplo, hay personas que utilizan plantas secas para preparar tinturas (y posteriormente Microdosis), esto puede provocar que la Microdosis no funcione.

- Las Microdosis deben ser preparadas respetando el proceso adecuado. Hay personas que preparan Microdosis "compuestas" de muchas sustancias distintas en el mismo gotero, y esto puede provocar que la Microdosis no funcione.

- Se debe tener un buen diagnóstico médico acerca del padecimiento y tomar las Microdosis adecuadas al padecimiento en cuestión. Hay personas que eliminan fácilmente el dolor con la Microdosis, pero sin atacar el origen de la enfermedad, lo que puede provocar que el paciente no mejore, llegando incluso a empeorar su estado.

- El paciente debe ayudar a su curación. Hay personas que toman Microdosis, pero no siguen las recomendaciones dadas; por ejemplo, una persona con sobrepeso no va a bajar de peso tomando Microdosis si no inicia una dieta equilibrada y realiza ejercicio.

- Se debe encontrar la sustancia más adecuada a cada persona. Por ejemplo, para terminar con el insomnio a mi esposa le bastan dos gotas de Valeriana, mientras que a mí me funciona mejor la Microdosis de Tumbavaqueros.

1.5 Conceptos básicos

Hay algunos términos que es muy importante entender, dado que son utilizados cotidianamente en las Microdosis:

- Alcohol.
  Siempre que esta palabra sea mencionada, debe entenderse como alcohol de 96 grados sin desnaturalizar; también se le llama alcohol puro de caña o alcohol etílico. Se debe tener cuidado de no utilizar alcohol desnaturalizado dado que la ingesta de éste podría provocar ceguera. Todas las preparaciones llevan alcohol por lo que hay que tener cuidado en la adquisición, tratando de que sea una marca reconocida y evitar las compras a granel.

- Agua.
  El agua que utilizamos es agua sin cloro, agua pura. Puede ser agua embotellada (también de alguna marca reconocida) que no sea un agua ligera o "light"; puede ser agua de manantial hervida. No se debe utilizar nunca agua destilada. Si se utiliza agua destilada, las Microdosis pudieran no funcionar.

- Vehículo.
  Todas las Microdosis se preparan con vehículo, que no es otra cosa que una mezcla de dos partes de agua y una parte de alcohol; se puede preparar con anticipación la cantidad que se desee para tenerlo listo cuando se preparen Microdosis. Por ejemplo, si se quiere preparar un litro de vehículo, serán necesarios 333 mililitros de alcohol y 666 mililitros de agua; sin importar la cantidad que se prepare, es vital mantener

esta proporción de una parte de alcohol por dos partes de agua.

- Tintura.
  Es el concentrado de origen vegetal que se utiliza para preparar Microdosis. Por ejemplo: tintura de guanábana, tintura de epazote, tintura de hierbabuena, etc.

- Extracto.
  Es el concentrado de origen animal que se utiliza para preparar Microdosis. Por ejemplo: extracto de pulmón, extracto de cerebro, etc.

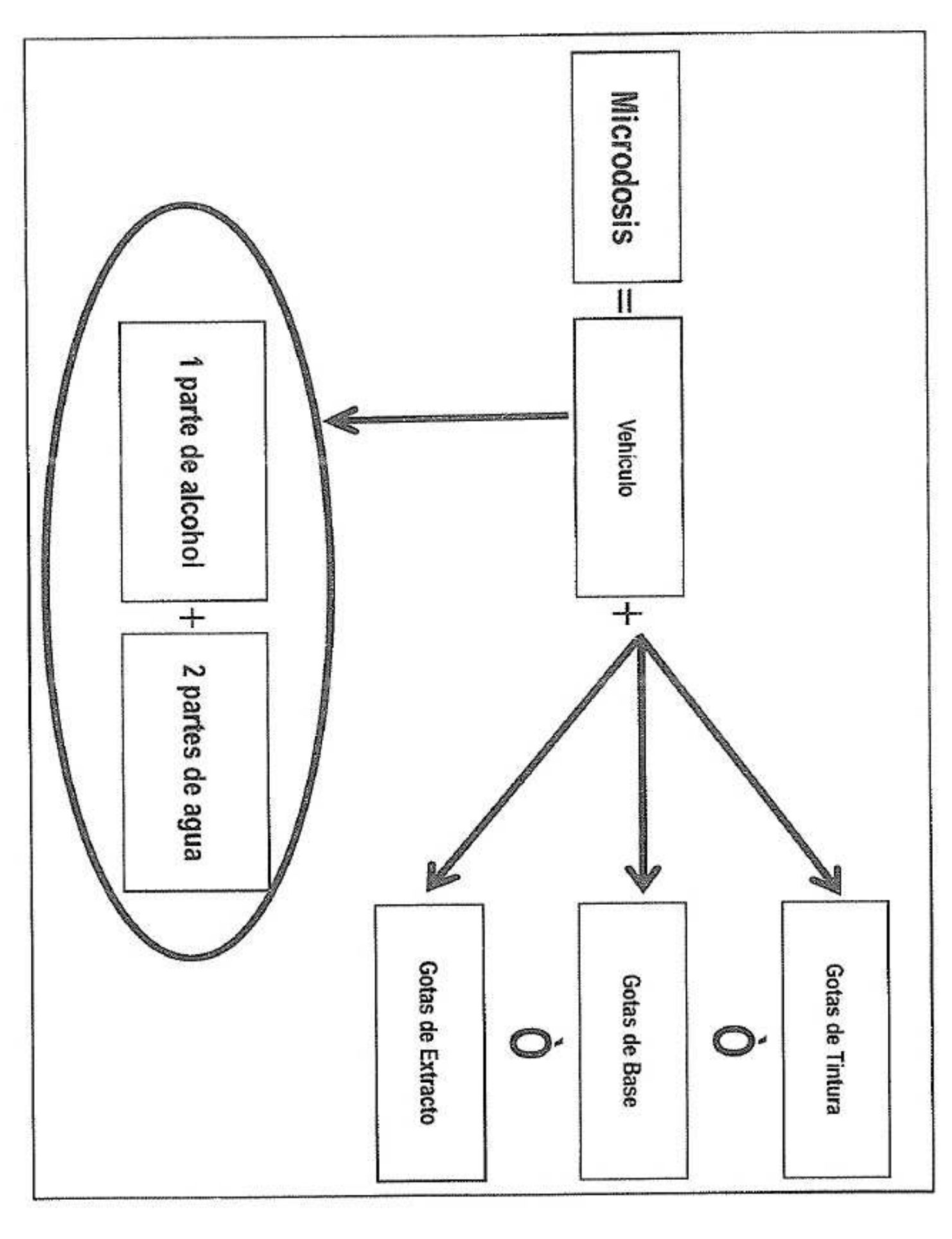
- Base.
  Es el concentrado de origen químico que se utiliza para preparar Microdosis. Por ejemplo: base de ibuprofeno, base de litio, etc.

Capítulo 2
PREPARACIÓN DE MICRODOSIS

2.1 Composición de Microdosis

Todas las Microdosis se preparan de la misma manera: se agregan unas gotas de concentrado (tintura, extracto o base) en un gotero y se rellena con vehículo; lo que variará, es la cantidad de gotas de concentrado según cual sustancia sea. Ya teniendo preparados los concentrados, las Microdosis se preparan en segundos de una manera muy sencilla.

El siguiente esquema muestra como se componen las Microdosis:


Gotas de Tintura
Ó
Gotas de Base
Ó
Gotas de Extracto
+
Vehículo
=
Microdosis
1 parte de alcohol
+
2 partes de agua

2.2 Cantidad de concentrado

Sin excepción, todas las cantidades indicadas en este escrito se refieren a la preparación de Microdosis utilizando goteros de veinte mililitros; se pueden utilizar goteros de cualquier tamaño, sólo habría que efectuar la conversión correspondiente. También esta cantidad está determinada considerando que los concentrados sean preparados conforme a lo indicado en este libro.

Existen algunas publicaciones del Dr. Eugenio Martínez Bravo, en donde él indica variaciones en la forma de preparación de los concentrados, y por lo tanto, en la cantidad de gotas para preparar Microdosis. Esto es debido a que él siguió un proceso de investigación de varios años y fue probando diversas maneras de preparar las cosas. Cualquiera que sea el método que se elija, sin duda las Microdosis funcionarán, dado que por ello fue publicado por él. En lo que hay que tener cuidado, es en completar el proceso según las indicaciones de cada publicación. Por ejemplo, si se decide tomar la cantidad de gotas de tintura para preparar Microdosis de epazote conforme al libro "Guía Terapéutica con Microdosis", la tintura deberá prepararse conforme a lo indicado en dicho libro; si se consideran las gotas de tintura indicadas en este libro, se deben seguir al pie de la letra las instrucciones de preparación indicadas aquí.

- Microdosis de origen animal

En el caso de las Microdosis de origen animal, es decir, las que son preparadas con tejidos animales, sin importar cual tejido sea (corazón, placenta, próstata, piel, ojo etc.) siempre utilizaremos 12 gotas de extracto para preparar una Microdosis de 20 mililitros.

- Microdosis de origen químico

Mismo caso es el de las Microdosis de origen químico, que son las que se preparan con bases de medicamentos o sustancias químicas, siempre utilizaremos 12 gotas de base para preparar una Microdosis de veinte mililitros, sin importar cual sustancia sea.

- Microdosis de origen vegetal

En el caso de las Microdosis de origen vegetal, la cantidad de gotas de tintura para preparar una Microdosis, será determinada en función de la fuerza o toxicidad de la planta. Entre más tóxica sea una planta, menor cantidad de tintura utilizaremos para preparar Microdosis. En el apéndice A, está incluida la cantidad de gotas de tintura a utilizar de diversas plantas, lo que puede facilitar el trabajo al preparar las Microdosis de las plantas más comunes. Para determinar la cantidad de gotas de algún vegetal no incluido en el mencionado apéndice, es indispensable conocer su toxicidad, para ello habrá que remitirse a publicaciones de instituciones de prestigio en donde se indiquen diversos reportes sobre la toxicidad de la planta, o bien, consultar directamente a médicos tradicionales de comunidades indígenas.

Una vez determinada la toxicidad, será necesario agrupar el vegetal en alguno de los siguientes cuatro grupos:

- Plantas tóxicas. Como el digital (Digitalis purpurea), la belladona (Atropa belladona), el estramonio (Datura Stramonium), el floripondio (Brugmansia candida), etc. Se utilizarán 15 gotas de tintura para preparar una Microdosis de veinte mililitros.

- Plantas con toxicidad media. Como el hojasén (Cassia fístula), la lavanda (Lavanda angustifolia), el eucalipto

(Eucaliptus globulus), etc. Se utilizarán 30 gotas de tintura para preparar una Microdosis de veinte mililitros.

- Plantas con toxicidad baja. Como el manrubio (Manrrubio vulgare), el mastranzo (Mentha suaveolens), la salvia (Salvia officinalis), la tila (Tilia spp.), etc. Se utilizarán 60 gotas de tintura para preparar una Microdosis de veinte mililitros.

- Plantas sin toxicidad. Como la sangre de drago (Jatropha dioica), el xoconostle (Opuntia joconostle), la hierba del pollo (Commelina spp.), etc. Se utilizarán 120 gotas de tintura para preparar una Microdosis de veinte mililitros.

De esta manera es sumamente sencillo comparar la toxicidad de cualquier vegetal y determinar la cantidad de gotas de tintura para preparar una Microdosis.

No es obligatorio el uso de goteros de veinte mililitros para preparar Microdosis; si se quisieran utilizar goteros de diez mililitros bastaría con dividir entre dos la cantidad de gotas indicada. Por ejemplo, si se quisiera preparar una Microdosis de 10 mililitros de eucalipto, se utilizarían 15 gotas de la tintura. Si se quisiera preparar una Microdosis de 10 mililitros de páncreas, se utilizarían seis gotas del extracto.

2.3 Algunas equivalencias

Para que todo sea más sencillo y realmente pueda entenderse la cantidad infinitesimal de sustancia que se utiliza en Microdosis, es bueno comprender algunas equivalencias que se pueden utilizar indistintamente para efectuar las preparaciones.

Hemos hablado de gotas y mililitros. En promedio, un mililitro es equivalente a treinta gotas y es equivalente también, a un centímetro cúbico. Decimos promedio, porque tiene mucho que ver con que artefacto se perfore el gotero y es lo que determinará el grosor de la gota, pero este es un cálculo bastante cercano a la realidad, considerando perforar los goteros con una aguja de disección.

De esta manera, podemos hablar que un gotero de veinte mililitros contiene 600 gotas (20 ml X 30 gotas), o bien, veinte centímetros cúbicos.

Así, si se quiere ser sumamente exacto en la preparación de Microdosis, se pueden calcular las gotas con una jeringa que tenga graduación en mililitros. Por ejemplo, si para preparar una Microdosis de veinte mililitros se utilizan 30 gotas de tintura de eucalipto, podríamos utilizar una jeringa y agregar un mililitro (o un centímetro cúbico) de tintura y obtendríamos el mismo resultado.

Cabe señalar, que el Dr. Eugenio Martínez Bravo nunca utilizó una jeringa para medir cantidades y preparar Microdosis.

2.4 Un gotero para cada sustancia

Probablemente el error más común que hemos visto al preparar Microdosis es mezclar diversas sustancias en el mismo gotero.

Por ejemplo, pensemos que el tratamiento para reducir los niveles de colesterol con Microdosis es con papaya, piña y gobernadora. En este caso, debería prepararse una Microdosis de piña, una de papaya y una de gobernadora, es decir, tres Microdosis en tres goteros por separado. No se deben mezclar las sustancias en el mismo gotero y es algo que desafortunadamente nos hemos encontrado mucho.

La razón de esto, es que las plantas contienen miles de sustancias distintas que están adaptadas de manera natural, para estar juntas en la misma planta. Pero al mezclar estas miles de sustancias, con otras miles de sustancias contenidas en otra planta, invariablemente se producirán reacciones químicas y físicas desconocidas. Estas reacciones químicas y físicas alteran la composición química de la Microdosis y por lo tanto, los efectos curativos de la misma; incluso, podría provocar daños no visibles en el organismo hasta después de bastante tiempo (aunque es una probabilidad muy remota por la cantidad de sustancia utilizada).

En los cursos que brindamos, siempre les ponemos el siguiente ejemplo:"imagínense que les duele el estómago por una comida excesiva que acaban de tener; pueden optar por tomarse un agua mineral o una pastilla efervescente comercial que contenga bicarbonato de sodio (todos conocen la marca...). Cualquiera de las dos opciones les ayudará. Pero ¿qué pasa si se toman esta pastilla junto con el agua mineral?, pues resulta una bomba; se produce una reacción química que produce una reacción física".

Algo similar podría pasar al mezclar diversas sustancias en el mismo gotero, por ello, jamás las mezclamos. Al ser una cantidad tan numerosa de sustancias las que contiene cada planta, es prácticamente imposible determinar que reacciones podrían llevarse a cabo, y mucho menos, si dichas reacciones serían favorables o no. Más vale tener el suficiente criterio y ser precavido.

Un argumento muy común que hemos escuchado, es en donde la gente nos dice: "Pero yo he probado Microdosis mezcladas en el mismo gotero y me han funcionado", y definitivamente es un buen argumento. Lamentablemente, aunque el efecto inmediato pudiera ser curativo, a mediano o largo plazo

pudieran provocar algo nocivo en el organismo y jamás saberlo hasta que se presente.

En conclusión, si el tratamiento indica 20 sustancias distintas (como en el caso del cáncer), el enfermo deberá contar con 20 Microdosis distintas y jamás mezclarlas en el mismo gotero. Recordemos que los conocimientos contenidos en este libro son citas textuales de la enseñanza del Dr. Eugenio Martínez Bravo y al modificar la proporción de tintura-vehículo, quedaría alterada la técnica que el comprobó.

2.5 Administración de Microdosis

Las Microdosis funcionan a través del sistema nervioso del organismo; el mejor lugar para la toma de las Microdosis es el de las terminaciones nerviosas que se encuentran en la punta de la lengua, de esta manera se obtiene un efecto muy rápido; estudios en Cuba determinaron que a los diez segundos se muestran los primeros signos de la Microdosis en el cerebro cuando se toman de esta manera.

Sin embargo, las Microdosis se pueden administrar a través de cualquier terminación nerviosa, por ejemplo, en las fosas nasales o en lugares donde se siente el pulso (en la muñeca) y se obtienen también buenos resultados; en las fosas nasales produce generalmente repulsión a través del estornudo y un ardor importante, entonces la sugerencia siempre es poner las dos gotas en las papilas gustativas.

En este aspecto, los Acupunturistas tienen cierta ventaja, dado que conocen perfectamente las terminaciones nerviosas del cuerpo y tienen la facilidad de administrar las Microdosis en estos mismos lugares (sin necesidad de invadir).

Se ha creado también cierta confusión acerca de esta indicación, dado que algunas personas recomiendan tomarlas

debajo de la lengua (sublingualmente). Si las gotas se ponen abajo o encima de la lengua, el resultado es el mismo, sólo que la parte inferior de la lengua es muy delicada y puede provocar cierto malestar el tomarlas de esta manera.

2.6 Dosis

- Regla General

La forma de tomar la Microdosis es dos gotas cuatro veces al día. Si fueran por ejemplo veinte Microdosis como en el tratamiento contra el cáncer, se deben tomar dos gotas de cada una de las Microdosis cuatro veces al día.

- Cuadros agudos

Cuando es importante calmar un cuadro agudo como fiebre, dolor, diarrea, tos, etc. se puede tomar la Microdosis con una mayor frecuencia, esto es, se pueden tomar dos gotas cada cinco minutos durante la primer hora, después de la primer hora continuar tomando dos gotas cada hora durante el primer día; pasado este día, regresamos a la regla general, es decir, dos gotas cuatro veces al día. Si el cuadro se ha apaciguado, no es necesario despertar al enfermo por la noche para tomar la Microdosis con esta frecuencia.

- Excepciones

Hay algunas excepciones en la manera de tomar las Microdosis; por ejemplo, para bajar de peso ha resultado efectivo en diversas personas el tratamiento con la Microdosis de Codo de fraile, de manrubio y de placenta si es de sexo femenino o de testículo si es de sexo masculino. En este caso, la Microdosis de manrubio debe tomarse cinco minutos después de cada comida; si se tomara antes de las comidas, provocaría más hambre, en

cambio si se tomara después de comer, reduciría la ansiedad por comer entre comidas.

Cuando se presenta alguna excepción en la forma de tomar Microdosis, se indica claramente en el Apéndice "B" de este libro.

- Dosis bebés

Los niños a partir de las tres semanas de vida, pueden tomar Microdosis. Todas las Microdosis se preparan igual sin importar si son para bebés, niños, adultos, ancianos, mujeres u hombres.

En el caso de bebés muy pequeños, se les puede mezclar una gotita de la Microdosis con una gota de agua en una cucharita, y así administrarla. Esta recomendación es únicamente por el sabor del alcohol que pudiera provocar alguna repulsión en el niño. Se deben administrar con las mismas indicaciones de frecuencia de toma indicadas anteriormente.

Una vez que se han acostumbrado al sabor, se administran de igual manera que a los adultos (sin diluir en una cucharita). A los niños y a los bebés no se les deben administrar Microdosis preparadas con esencias, pues les puede provocar alguna reacción respiratoria negativa (las Microdosis preparadas de tinturas no tienen este problema).

- Duración del tratamiento

Como regla general, la duración del tratamiento será el tiempo que tarden en quitarse todos los síntomas más otro periodo igual. Supongamos que alguien tiene dolor en el estómago, diarrea y fiebre e inicia a tomar las Microdosis hoy mismo. Pasados 5 días, desaparecen todos los síntomas, por lo que deberá continuar tomando las Microdosis otros 5 días, en total 10 días.

Habrá casos en que la duración del tratamiento es indefinida como lo es con algunas enfermedades crónico degenerativas.

2.7 Alergias

Ya hemos mencionado anteriormente que se debe tener mucho cuidado al considerar las alergias que tenga alguna persona; si alguna persona es alérgica a alguna sustancia, invariablemente, presentará la misma reacción alérgica a la Microdosis de dicha sustancia, por lo que es de suma importancia conocer las alergias que tiene alguna persona antes de que tome las Microdosis y evitar administrar las correspondientes Microdosis de las sustancias que le provoquen alergia.

Por esto, se recomienda que la primera vez que alguna persona toma la Microdosis de determinada sustancia, espere un minuto entre la toma de una y de la siguiente Microdosis de tal manera que en caso de presentar alguna alergia o repulsión a determinada sustancia, se pueda identificar fácilmente y sea evitada de inmediato.
Una vez que se sabe que la persona no presenta ninguna repulsión ni alergia a las sustancias, las Microdosis ya se pueden tomar una tras otra sin esperar el minuto mencionado anteriormente.

2.8 Acerca del alcohol que se consume con las Microdosis

Algunas veces se ha tratado de cuestionar a las Microdosis por el alcohol que contienen. Por ignorancia, algunas personas han llegado a creer que se pueden volver alcohólicas al tomar Microdosis o bien, que el tomar Microdosis de manera habitual puede provocar daños hepáticos por el alcohol contenido.
Derivado de esto, nos dimos a la tarea de investigar acerca del alcohol contenido en la Microdosis y las indicaciones que

menciona la Organización Mundial de la Salud respecto al consumo de alcohol.

Partiendo de la premisa de que la mayor parte de la Microdosis se compone de vehículo, por ejemplo, una Microdosis de origen animal se compone de 98% de vehículo y 2% de extracto (12 gotas de extracto y 588 gotas de vehículo en el caso de una Microdosis de 20 mililitros); una Microdosis de hierba del pollo se compone de 80% de vehículo y 20% de tintura de hierba del pollo.
Con esto podríamos decir que si la Microdosis fuera una bebida alcohólica, contendría alcohol al 33% (recordar que el vehículo contiene una parte de alcohol de 96 grados y dos partes de agua pura).

De cada Microdosis tomaremos al día ocho gotas (dos gotas cuatro veces al día por regla general), de las cuales, el 33% es alcohol y el 67% es agua, entonces de las ocho gotas diarias estaría tomando 2.64 gotas de alcohol distribuidas en cuatro dosis durante el día.
La OMS indica que es benéfico el consumo de alcohol siempre y cuando no se rebase de 10 gramos diarios de alcohol.

Para alcanzar esta cantidad de 10 gramos diarios "permisible" por la propia Organización, tendríamos que tomar diariamente 150 Microdosis distintas, y aun así, estaríamos dentro del rango considerado como benéfico para el corazón según los estudios publicados.

No hemos conocido a nadie que tome más de 25 Microdosis al día, entonces realmente la Microdosis se encuentra sumamente lejos de alcanzar esto con lo que queda descartado por completo el riesgo de algún daño hepático o de adquirir cierta adicción al alcohol.

Para mayor información, se puede ver el artículo completo en el Apéndice "C" de este libro.

2.9 Consideraciones finales

- Es muy importante asegurarse de que lo que se toma es la Microdosis y no algún concentrado, especialmente en el caso de las tinturas donde muchas de ellas pueden resultar tóxicas si son consumidas directamente.

- Siempre que se haga indicación al uso de alguna sustancia, ya sea de origen químico, animal o vegetal, nos referimos a su presentación en Microdosis. Entonces si en algún momento nos referimos a "Epazote y Estafiate" por ejemplo, siempre se debe entender como Microdosis de Epazote y Microdosis de Estafiate.

- La única tintura que utilizamos directamente es la de la Sangre de drago (Jatropha dioica) que es ampliamente utilizada para diversos problemas externos, principalmente en la piel, así como casos de gingivitis, caries, pie de atleta, etc., por lo que es posible su uso en forma de tintura en aplicaciones locales además de poder administrarse normalmente en forma de Microdosis.

- Por otro lado, es también importante mencionar que no hay un límite en el número de Microdosis simultáneas que se pueden administrar; se pueden tomar cinco, diez, veinte, etc.

- También es importante agitar un poco el concentrado antes de preparar cualquier Microdosis para que sea una mezcla homogénea.

- **Asegúrese de leer las recomendaciones incluidas en el "Apéndice D" de este libro antes de tomar o sugerir a alguien que tome Microdosis.**

Capítulo 3
PREPARACIÓN DE BASES

Las bases son los concentrados de origen químico; se preparan con sustancias químicas puras o con medicinas de patente. Entonces, podemos tener por ejemplo, la base de litio, la base de ibuprofeno, la base de oxígeno, la base de paracetamol, la base de glucosa, etc.

3.1 Requisitos

- Un solo ingrediente activo.

Es preferible preparar las bases con medicamentos de una sola sustancia activa ya que los medicamentos con dos o más sustancias químicas no deben ser utilizados para preparar Microdosis, pues en este caso, es difícil determinar cual sustancia será la que se active. Hay un caso muy claro y es la Cafiaspirina, que es un medicamento que contiene ácido acetilsalicílico y cafeína; al prepararse en base y posteriormente en Microdosis, la sustancia que se activa es la cafeína, por lo que la Microdosis de cafiaspirina en lugar de aliviar un dolor de cabeza, provocará uno más fuerte dado que la sustancia que se estará activando es la cafeína la cual es un estimulante y en este caso provocará un dolor más fuerte. Por otro lado, si se prepara la Aspirina en Microdosis, se podría esperar que aliviara el dolor de cabeza dado que contiene un solo ingrediente activo (ácido acetilsalicílico).

- Que no haya expirado el medicamento cuando se prepare la base.

De esta manera, se puede tener la seguridad de que el medicamento mantiene la potencia necesaria para ser utilizado en Microdosis.

- Las sustancias químicas, deben ser sustancias químicas puras.

Por ejemplo el caso del litio, la base debe prepararse con el Carbonato de litio, en el caso de la quinina la base debe prepararse con el Sulfato de Quinina (aunque convendría preparar mejor la tintura de Quina roja en este caso).

- Se pueden utilizar medicinas de patente o medicamentos genéricos.

Esto es, siempre y cuando, estos últimos hayan pasado las pruebas de equivalencia necesarias que demuestren que su funcionamiento es igual al de las medicinas de patente.

3.2 Preferencia en la presentación de medicamentos

Las Microdosis tienen una presentación líquida, por lo que se deberán preferir medicamentos con esta presentación sobre las presentaciones sólidas. Si se utilizan presentaciones líquidas, la preparación será más sencilla, y algunos estudios en Cuba sugieren que las Microdosis preparadas de presentaciones líquidas de medicamentos funcionan mejor que las Microdosis preparadas de presentaciones sólidas. De tal manera, que se deberá preferir la presentación de medicamentos en el siguiente orden:

- Inyectables
- Gotas orales y jarabes
- Cápsulas líquidas o de gel
- Cápsulas sólidas
- Pastillas o comprimidos

3.3 Preparación

Es sumamente sencilla la preparación de bases además de que se encuentran listas para preparar Microdosis en menos de cinco minutos; no es necesario dejarlas reposar o macerar como pasa con las tinturas o con los extractos; realmente sólo es necesario diluir perfectamente el medicamento en agua y alcohol.

Para preparar la base se necesitará lo siguiente:

- Medicamento o sustancia química
- Agua pura sin cloro
- Alcohol de 96 grados sin desnaturalizar
- Gotero de 20ml
- Etiqueta
- Mortero o cucharas metálicas (en caso de pastillas o comprimidos)

El primer paso, es determinar la dosis diaria de un adulto joven del medicamento o de la sustancia química que se desea preparar en Microdosis; sin importar si la Microdosis será para un niño, para un adulto joven o para un anciano, la base siempre se preparará utilizando la dosis diaria de un adulto joven.
Esta información se puede encontrar en los libros de farmacia que indican la dosis diaria de cada medicamento. También en diversos libros del Dr. Eugenio Martínez Bravo se hace mención

de las cantidades a utilizar de varios medicamentos para preparar diversas bases.

El segundo paso es introducir la dosis diaria del medicamento en un gotero de 20ml; si es una presentación de pastilla o comprimido, habrá que molerla perfectamente en un mortero o entre dos cucharas de metal antes de introducirlo al gotero.

El tercer paso, es medir el espacio restante del volumen del gotero una vez que el medicamento se encuentra dentro .Por ejemplo, si se utilizó una ampolleta de un mililitro, deberían quedar libres 19 mililitros en el gotero. Esta medición puede hacerse manualmente, haciendo una marca con plumón en el gotero.

El cuarto paso, del espacio restante del gotero, se deberá agregar el 50% de agua (en el ejemplo anterior, se agregaría el 50% de los 19 mililitros restantes, es decir, 9.5 mililitros de agua), y deberá agitarse perfectamente el contenido hasta que quede una mezcla homogénea, en donde no se distingan restos del medicamento.

El quinto paso, es rellenar el gotero con alcohol (en el ejemplo anterior, se agregarían 9.5 mililitros de alcohol), y agitar suavemente hasta que se forme una mezcla homogénea.

Se tapa perfectamente el gotero y se etiqueta, haciendo la indicación de que es "Base" y el nombre del medicamento o sustancia química.

A partir de este momento, se puede preparar de inmediato la Microdosis y tomarla enseguida. Sin importar si la Microdosis será para un niño o adulto, tanto la base como la Microdosis se preparan igual, utilizando la dosis diaria e un adulto y colocando 12 gotas de base y vehículo suficiente para rellenar un gotero de 20ml, respectivamente.

3.4 Propiedades de Microdosis de origen químico

Las propiedades de las Microdosis preparadas con medicamentos o con sustancias químicas, tendrán el mismo efecto que la presentación normal de la medicina o de la sustancia química. Es decir, si preparáramos una Microdosis de Ácido acetilsalicílico resultaría efectiva para el dolor moderado, para la artralgia, para la cefalea, mialgia, neuralgia y para la artritis. Si tomara la Microdosis de paracetamol, esperaríamos que fuera antipirética y analgésica.

3.5 Excepciones

- Medicamentos voluminosos

Hay algunas veces en que los medicamentos tienen una presentación de gran volumen, como es el caso de los jarabes o algunas pastillas que incluso es difícil poderlas tragar por el tamaño que tienen. En estos casos es difícil vaciar la dosis diaria de un adulto dentro de un gotero de 20ml. Este problema se resuelve vaciando una cantidad menor de la dosis diaria y compensando el efecto al agregar más gotas para preparar la Microdosis. Con un ejemplo, será más sencillo el entendimiento de esto:

Supongamos que la dosis diaria del jarabe que se quiere preparar en base y luego en Microdosis, es de 30ml; de manera evidente no cabría la dosis diaria en un gotero de 20ml. Entonces, se puede utilizar la mitad o la tercera parte de la dosis diaria. Supongamos que se utiliza la mitad, es decir, 15ml de jarabe; del espacio restante del gotero que serían 5ml, se agrega la mitad de agua y la mitad de alcohol conforme al procedimiento descrito anteriormente. Al etiquetar, se debe hacer la indicación de que la base fue preparada con la mitad de la dosis diaria. Esto significa, que al momento de preparar una

Microdosis de 20ml de esta base, se deberán utilizar 24 gotas en lugar de 12 gotas.

Si se hubiera utilizado la tercera parte de la dosis diaria del jarabe para preparar la base, entonces se utilizarían 36 gotas para preparar una Microdosis de 20ml, en lugar de las normales 12 gotas.
De esta manera se resuelve fácilmente el problema cuando la única presentación del medicamento que se requiere es de un gran volumen y es importante destacar, que esto debe considerarse como una excepción y como el último recurso cuando no es posible encontrar otra presentación del medicamento.

- Base y Microdosis de Oxígeno

Para preparar la Microdosis de oxígeno, se puede utilizar agua oxigenada (también conocida como peróxido de hidrógeno) de once volúmenes; así debe estar indicado en la etiqueta. Esta agua oxigenada se consigue fácilmente en los supermercados.

El agua oxigenada tal cual se compra, es la base. No requiere que se adicione alcohol ni agua.

Para preparar la Microdosis de oxígeno, se utilizarán 75 gotas del agua oxigenada (es decir, 75 gotas de base de oxígeno) para una Microdosis de 20ml.

También se puede utilizar el agua oxigenada de 20 volúmenes, que es más difícil de conseguir y por esto recomendamos la de once volúmenes. Si se consigue la de 20 volúmenes, se utilizarán 30 gotas de la misma para preparar una Microdosis de 20ml.

- Base y Microdosis de Thinner

Se han tenido muy buenos resultados para tratar la adicción a inhalar el thinner con la Microdosis de thinner. Su preparación también es una excepción.

El thinner tal cual es comprado en el comercio, es la base; al igual que el agua oxigenada, ya no se deberá agregar agua ni alcohol para preparar la base.

Para preparar una Microdosis de 20ml de thinner, se deberán utilizar 12 gotas de thinner.

- Base y Microdosis de alcohol

Para tratar la adicción al alcohol, se utiliza la Microdosis del mismo; esta Microdosis está constituida por 100% de vehículo. Es decir, simplemente lleno un gotero con vehículo y esta será la Microdosis de alcohol.

3.6 Comentarios finales

- Sin importar si la Microdosis se le quiere dar a un niño, adulto o anciano, tanto la Microdosis como la base se prepararán de la misma manera.

- De una base de 20ml, se podrán preparar 50 Microdosis de 20ml cada una, salvo las excepciones ya comentadas anteriormente.

- La frecuencia de toma de la Microdosis de medicamentos, es conforme a las indicaciones mencionadas en el capítulo dos de este libro. Sin importar si el medicamento en su presentación normal se toma por la mañana y por la noche, o una vez a la semana, etc. la Microdosis deberá tomarse dos gotas

cuatro veces al día (conforme a la regla general indicada en el capítulo dos).

- No se recomienda preparar Microdosis de Insulina; los niveles de azúcar pueden reducirse de manera importante de una manera muy rápida y provocar consecuencias fatales.

- En el libro "Microdosis 2002" se encuentran diversos estudios efectuados en hospitales en Cuba de numerosos medicamentos preparados en Microdosis. También se pueden consultar por internet algunas investigaciones más recientes.

- La base ya preparada debe conservarse en lugar fresco, seco y alejada de la luz; si se cumplen estas condiciones, la base no tendrá prácticamente caducidad, pueden durar así hasta 20 años. La vigencia de la base no es igual que la del medicamento utilizado para preparar la base. Por ejemplo, si la caducidad del medicamento utilizado es agosto de 2014, no significa que la base caducará en esta misma fecha. Si se llegara a presentar una modificación en el color o consistencia de la base, sería una indicación de que hay que desecharla.

- ¿Cómo se calcula la cantidad de sustancia que se consume en Microdosis?; ¿Cómo podríamos afirmar que la Microdosis es 15 mil veces menor que la presentación normal del medicamento?
  Pongamos de ejemplo, que tenemos un dolor de cabeza. Si hubiéramos optado por la dosificación normal, podríamos haber tomado dos pastillas de Paracetamol de 300mg.

  Si preferimos tomar el Paracetamol en Microdosis, utilizaríamos estas dos pastillas de 300mg para preparar

una base de 20ml. De esta base, utilizaríamos 12 gotas de las 600 gotas de base resultantes, para preparar una Microdosis de 20ml, es decir, utilizaríamos el 2% (12/600) de la dosis diaria del medicamento para preparar una Microdosis. De la Microdosis así preparada, tomaríamos dos gotas para aliviar el dolor, es decir, el 0.33% de la Microdosis (2/600); si tomáramos dos gotas cada vez que tuviéramos dolor, y nuestro gotero de 20ml tiene 600 gotas, significa que de una Microdosis de 20ml tendría 300 tomas; es decir, quince mil veces menos medicamento que lo que normalmente tomaríamos, que serían las dos tabletas de 300mg. Tomando la dosis normal para las Microdosis de ocho gotas diarias, una dosis diaria de medicamento alópata para adulto nos brindaría suficiente medicamento para más de 10 años.

- Por esta razón es que las Microdosis para adultos, ancianos y niños son iguales, la cantidad de sustancia administrada es tan pequeña que prácticamente se eliminan todos los efectos colaterales que provocarían los medicamentos y las sustancias químicas en su presentación normal.

Capítulo 4
Extractos

Los extractos son los concentrados de origen animal; se utilizan órganos, glándulas y tejidos de animales. Entonces, podemos tener por ejemplo el extracto de tiroides, el extracto de próstata, el extracto de bazo, etc.

4.1 Requisitos

- Se utilizan mamíferos.

En primera instancia, se debe procurar que los tejidos se obtengan de cerdos por ser los animales cuyo ADN es más semejante al del humano; sin embargo, son útiles los de cualquier mamífero como borregos, conejos, reses, etc.

- Animal joven y sano.

Los tejidos se deben obtener de un animal joven y sano, por lo que es de mucha importancia contar con la ayuda de un Médico Veterinario que determine la salud y la edad del animal, además de que será muy valiosa su ayuda para poder identificar el tejido que se desea preparar.

- Animal recién sacrificado.

Los tejidos deben obtenerse del animal recién sacrificado; no servirán pues los extractos preparados de tejidos comprados en una carnicería o en un supermercado.

- Alimentación.

Es muy importante, que el animal que se utilizará para preparar los extractos, sea alimentado sanamente, que no haya sido alimentado con hormonas.

- Tejidos completos.

El tejido a preparar debe utilizarse en su totalidad, no se debe preparar el extracto con pedazos de tejido. Un ejemplo clásico es el cerebro: "¿Preparo el extracto con el hemisferio izquierdo o derecho?"; cada hemisferio tiene distintas funciones, entonces debe prepararse el extracto con el cerebro completo. Esto aplica para cualquier tejido: intestino, estómago, hígado, etc.

4.2 Lugares de adquisición

Realmente se pueden obtener los tejidos de animales recién sacrificados de tres fuentes principales:

- Rastros. Debido a que cuentan con certificación de las autoridades sanitarias, es el lugar típico de donde se pueden obtener tejidos.

- Granjas orgánicas. En donde se crían animales alimentados de la mejor manera posible, y que se desarrollan en un ambiente de semilibertad.

- Animales propios. Esta probablemente sería la mejor opción debido a que se tendría la certeza de que ha sido alimentado adecuadamente, que su salud se encuentra en perfecto estado y se tiene el conocimiento de la edad.

4.3 Preparación

Algo que siempre hemos mencionado en los cursos de Microdosis, es que la preparación de extractos es sencilla pero trabajosa. Sin duda, es un procedimiento sencillo que cualquier persona puede llevar a cabo.

Para preparar extractos, se necesitará lo siguiente:

- Envases de plástico o vidrio con tapa.
- Alcohol de 96 grados sin desnaturalizar
- Agua pura sin cloro
- Cuchillo filoso
- Molino de carne o licuadora potente
- Recipiente para medir (como una taza de medir)
- Manta o mezclilla (para filtrar)
- Etiquetas
- Refrigerador

Primer paso.
Obtener el tejido del animal recién sacrificado (una vez que se ha verificado su edad y salud). Conviene siempre que el Médico Veterinario apoye en la identificación del tejido que se desea obtener.

Una vez extraído el tejido del animal, se debe enjuagar con agua para eliminar toda la sangre y grasa que pueda tener superficialmente. Una vez enjuagado, se introduce en un recipiente y se cubre con alcohol y se tapa. De esta manera, se detiene el proceso de descomposición y es posible trasladarlo hasta donde se preparará el extracto.

Segundo paso.
Ya en el lugar donde se preparará el extracto, se debe limpiar perfectamente con un cuchillo filoso el tejido de la parte fibrosa

que tenga en su exterior como músculo, grasa o nervios. El alcohol en que se transportó, debe conservarse ya que se utilizará más adelante en la preparación pues ha extraído algunas sustancias útiles del tejido durante el trayecto.

Tercer paso.
Cortar en pedazos el tejido lo más finamente posible; esto nos ayudará a medir y moler el tejido de una manera más sencilla.

Cuarto paso.
Medir el tejido. Se mide por volumen, entonces se puede utilizar cualquier recipiente que se tenga en una cocina normal (como una taza de medir). El total del tejido será equivalente a un tanto que será la unidad de medida. Entonces, el tanto puede equivaler a una taza de medir, a un vaso grande transparente, etc.

Quinto paso.
Dividir el tejido en dos partes iguales.

Sexto paso.
Moler una mitad de tejido con un tanto de agua. Guardar en un recipiente con tapa y etiquetar mencionando el nombre del tejido (por ejemplo corazón) , fecha de preparación, contenido (por ejemplo corazón con un tanto de agua), equivalencia de un tanto (por ejemplo un tanto es igual a un recipiente de helado de medio litro); este último dato es muy importante, pues si se preparan varios extractos el mismo día cada uno tendrá una unidad de medida distinta, y más adelante será necesario saber cuál es su unidad de medida para finalizar la preparación. Este recipiente se conserva en refrigeración durante un día y se debe agitar por lo menos cada seis horas, si es posible agitarlo con mayor frecuencia, pues así el agua extraerá la mayor cantidad de sustancias posible.

Si consideráramos por ejemplo, que un tanto fuera un envase de medio litro de helado, significaría que se molería la mitad del envase de medio litro de tejido con un envase completo de medio litro de agua.

Séptimo paso.
Moler una mitad de tejido con un tanto de alcohol. Guardar en un recipiente con tapa y etiquetar mencionando el nombre del tejido (por ejemplo corazón), fecha de preparación, contenido (por ejemplo corazón con un tanto de alcohol), equivalencia de un tanto (por ejemplo un tanto es igual a un recipiente de helado de medio litro). El recipiente se conserva en un lugar fresco, seco y alejado de la luz (no es necesario refrigerar) durante un día y se debe agitar por lo menos cada seis horas, si es posible agitarlo con mayor frecuencia es mejor, pues así el alcohol extraerá la mayor cantidad de sustancias posible. Se debe utilizar en primera instancia el alcohol que se usó para transportar el tejido; si sobra alcohol se conserva para el paso siguiente, si falta, se adiciona el alcohol necesario.

Si consideramos por ejemplo, que el tanto fuera un envase de medio litro de helado, significaría que se molería medio envase de medio litro de tejido con un envase completo de medio litro de alcohol.

Octavo paso.
Pasadas las 24 horas, se junta la preparación con agua y la preparación con alcohol. Se mezclan ambas preparaciones, y se añaden cinco tantos más de alcohol. Se tapa el recipiente, y se etiqueta indicando el nombre del tejido, la fecha de preparación y el contenido. Se guarda en un lugar fresco, seco y oscuro (no es necesario refrigerar) durante tres días más, agitando por lo menos cada seis horas, si es posible, con mayor frecuencia. Si había alcohol por utilizar derivado del trayecto, se utiliza para cubrir los cinco tantos y se adiciona el alcohol necesario.

Por ello es importante anotar desde un inicio la equivalencia del tanto de cada tejido que se prepara. Si no se anota, en este paso no se sabrá cuanto alcohol adicionar.
Si seguimos con el ejemplo de que un tanto fuera un envase de medio litro de helado, se agregarían cinco de estos envases de alcohol en este paso ocho, es decir, 2.5 litros de alcohol.

Al final, la preparación total contiene un tanto de tejido, un tanto de agua y seis tantos de alcohol, en total ocho tantos.

Noveno paso.
Se filtra con mucha fuerza el contenido de la preparación a través de una tela limpia y fuerte, como una manta o una mezclilla, que permita el paso de las grasas y de las proteínas pero que detenga la parte sólida. La parte sólida que queda en la tela se desecha. La parte líquida es el extracto que permitirá preparar Microdosis. El extracto se guarda en recipientes herméticos con etiquetas que indiquen el nombre del tejido, la indicación de que es extracto, la fecha de preparación, la persona que lo preparó, etc.

De esta manera, desde que se obtuvo el tejido del animal recién sacrificado hasta que se tiene listo el extracto pasan cuatro días y es cuando ya se pueden preparar las Microdosis de origen animal, antes no.

4.4 Propiedades de Microdosis de origen animal

Las propiedades de las Microdosis preparadas con tejidos animales son devolver la Anatomía y la Fisiología de un tejido dañado o enfermo. Hay veces en que son las Microdosis principales de algún tratamiento, y hay veces en que son complementos importantes.

Entonces si alguien tiene hipotiroidismo, tomará la Microdosis de tiroides; igualmente que si alguien tiene hipertiroidismo.

Si se tiene un tumor benigno o maligno en el estómago, se tomará la Microdosis de estómago.

En cualquier tratamiento es recomendable añadir como complemento la Microdosis del tejido en donde se encuentra el padecimiento; por ejemplo si alguien tiene bronquitis, será la Microdosis de pulmón; si alguien padece de mala memoria, la Microdosis de cerebro; si alguien tiene cálculos renales, la Microdosis de riñón, etc.

4.5 Comentarios finales

- Como se puede observar, la preparación de los extractos no es de ninguna manera complicada, pero si implica dedicación y esfuerzo para obtener extractos de buena calidad.

- En el libro "Microdosis, medicina para un nuevo milenio" escrito por el Dr. Eugenio Martínez Bravo, se menciona el caso de más de 200 casos de mujeres con displasia mamaria en Cuba, en donde todas respondieron al tratamiento con Microdosis, donde la principal fue la Microdosis de placenta.

- Al igual que con las bases, las Microdosis preparadas de extractos utilizan 12 gotas de concentrado para preparar un gotero de Microdosis de 20ml, por lo que de cada gotero de extracto de 20ml se obtienen 50 Microdosis de 20ml cada una; dicho de otra manera, un extracto de 20ml nos permitirá preparar un litro de Microdosis (misma cantidad resultante de Microdosis que la que se obtiene de una base de 20ml). Entonces, si se prepara un extracto para autoconsumo, bastaría contar con un extracto de 20ml para tener tratamiento

para más de 10 años tomando dos gotas cuatro veces al día de la Microdosis correspondiente.

Capítulo 5
Tinturas

Las tinturas son los concentrados de origen vegetal. Se utilizan plantas medicinales para su preparación. De esta manera, se puede tener la tintura de epazote, la tintura de gobernadora, la tintura de piña, etc.

5.1 Requisitos

- Plantas frescas.

Invariablemente se utilizan plantas frescas recién colectadas en la preparación de tinturas. Las plantas cuentan con miles de sustancias, muchas de estas sustancias son volátiles, por lo que se evaporan al secarse la planta; estas sustancias son comúnmente aceites esenciales que son las sustancias más curativas de las plantas, por lo que el utilizar plantas secas reduce drásticamente la efectividad de las Microdosis.

- Plantas recién colectadas.

Es importante utilizar plantas recién colectadas, que no contengan hongos o parásitos derivados de su descomposición.

- Utilizar todas las partes de la planta.

Para preparar las tinturas se utilizan todas las partes del árbol o de la planta, esto es, se utilizan las hojas, flores, semillas, frutos, tallo y raíz, y en el caso de árboles, la corteza. Esto no quiere decir que se tenga que utilizar toda la planta o el árbol, pero si porciones de todas las partes que lo conforman.

- Sin agentes tóxicos.

Se deben utilizar plantas que no hayan sido tratadas con fertilizantes químicos, insecticidas, herbicidas, plaguicidas, etc. También hay que considerar que no se encuentren cerca de lugares contaminados por ríos sucios, fábricas o carreteras.

5.2 Preparación

Primer paso. Identificación de la planta.

La identificación del vegetal, debe hacerse utilizando el nombre científico. Si se utiliza el nombre popular, probablemente haya errores, y no se obtenga la planta que se busca; además pueden distorsionarse sus propiedades (pues podría ser otra especie).

El nombre científico del vegetal permitirá determinar su toxicidad, y acceder a información en todo el mundo a través del internet o bibliotecas especializadas acerca de los estudios que se han efectuado con esa planta. El nombre científico generalmente es la llave para hallar información.

Segundo paso. Lugar de recolección.

Es sumamente importante obtener la planta en su lugar de origen; el clima y las características del suelo determinan las sustancias medicinales que produce una planta. Se deben obtener las plantas de lugares que no se encuentren contaminados.

Se pueden obtener plantas de una huerta medicinal propia utilizando para ello abonos orgánicos. Es sumamente importante que dentro de la huerta se produzcan plantas nativas de la región que son las que se desarrollarán adecuadamente y producirán las sustancias curativas necesarias. Si la huerta se encuentra en un lugar húmedo,

evidentemente no se podrán cultivar plantas de regiones áridas; si la huerta se encuentra a nivel del mar, no se podrán cultivar plantas nativas de regiones de mayor altitud.

Hay algunas plantas que si están a pleno sol, sus hojas se ponen tristes y decaen; en cambio si están a la sombra desarrollan hojas muy verdes y frondosas, sin embargo, si están a la sombra, aunque parezcan radiantes, algunas plantas no producen las sustancias medicinales necesarias por la acción que ejerce el sol. Por ello, es importante revisar un poco de bibliografía antes de preparar la tintura.

Tercer paso. Época de cosecha.

Las plantas tienen un ciclo vegetativo; para preparar la tintura es menester cosecharla cuando cuente con la mayor cantidad de sustancias medicinales; esto varía en cada planta; algunas veces está en función de la edad (como la zábila que no conviene cosecharla antes de que tenga dos años); a veces está en función de la hora del día, de la fase lunar y a veces está en función del momento del año.

Dado que para preparar la tintura requerimos todas las partes de la planta, es probable que sea necesario preparar una tintura a lo largo del año, buscando obtener cada parte en el mejor momento. Por ejemplo, muchas veces conviene cosechar la raíz cuando es la época seca del año, pero en este momento tal vez no es la época de floración del árbol; entonces convendría preparar la tintura con la pura raíz, y posteriormente (en la época correspondiente) agregar las flores.

Para obtener esta información, hay diversas publicaciones que ayudan a conocer las épocas adecuadas de cosecha de cada planta. Sin embargo, la mejor alternativa, es preguntando a la gente de la región, principalmente a los médicos indígenas, cuyos ancestros han utilizado y convivido con las plantas

durante siglos y mediante la observación y utilización de las plantas, conocen cuando es el mejor momento para el corte o cosecha.

Cuarto paso. Cosecha.

Una vez que se tiene plenamente identificada a la planta, que se conoce en donde crece de manera natural y el momento adecuado para su corte, hay que cosecharla conforme a las indicaciones que se hayan obtenido de la gente de la región. Hay que recordar, que se tienen que obtener todas las partes de la planta.

Una vez cosechada la planta, la raíz o los bulbos, se enjuagan ligeramente con agua, y las partes aéreas, se sacuden simplemente y se eliminan los insectos que puedan tener. Se puede preparar la cantidad que se desee de tintura, siempre respetando que se utilicen todas las partes de la planta.

Quinto paso. Cortado y maceración.

Las partes cosechadas, se cortan en trozos muy pequeños, y se introducen en un recipiente de boca ancha el cual se cubre con alcohol. Hay que tratar de que la cantidad que se prepare alcance a cubrir la totalidad del recipiente, de tal manera que no queden espacios con aire. Si por ejemplo, se prepara la tintura y la parte vegetal sólo llega a la mitad del recipiente, una vez que se adicione el alcohol, la parte vegetativa empezará a flotar (algo similar a lo que pasa con un tronco en el agua), y esas partes que floten serán susceptibles de ataques de hongos. Entonces conviene preparar suficiente cantidad para que llegue hasta el borde del recipiente y este contenga alcohol hasta llenar, o bien, utilizar un recipiente más pequeño.

Se cierra el recipiente, asegurándose que sea hermético, y se etiqueta indicando por lo menos el nombre del vegetal y la

fecha de preparación. Se guarda en un lugar fresco, seco y oscuro (no se debe refrigerar) agitando el recipiente por lo menos cada seis horas, si se puede agitar con mayor frecuencia es mejor.

Sexto paso. Filtrado.

A los tres días ya se puede filtrar la tintura. Si es posible dejarla más tiempo, digamos un mes, es mejor dado que resultará una tintura más potente, pero a los tres días el alcohol ha extraído la mayor cantidad de sustancias medicinales.

Se puede utilizar una manta o mezclilla para filtrar; la parte sólida se desecha y la parte líquida es la tintura, misma que debe conservarse en recipientes herméticos, alejados de la luz, en lugar fresco y seco y etiquetado con la indicación de que es tintura y el nombre de la planta.

Si la tintura se guarda en un lugar oscuro, fresco y seco, prácticamente no tiene caducidad, puede durar 20 o 30 años pues ha sido preparada exclusivamente con alcohol.

Séptimo paso. Casos especiales.

Las tinturas de frutas jugosas como la papaya, piña, guanábana, noni, etc. se preparan agregando otra parte más de alcohol; es decir, si la parte vegetativa ya picada llega a la mitad del recipiente, esta se cubre con alcohol y se agrega otra parte más, en este ejemplo, otra mitad del recipiente. Si no se agrega esta parte adicional de alcohol, la tintura es muy probable que fermente (algo similar al tepache de piña) y se tenga que tirar a la basura.

Las tinturas de frutas como la piña, papaya, guanábana, noni, mango, etc. se preparan igual que las demás, con todas las partes del árbol. Si se prepara la tintura con la pura fruta, la

Microdosis resultante tendrá muy poca acción medicinal si no es que su acción será nula. Un ejemplo de esto, es el mango (Mangifera indica); casi todas las propiedades antiinfecciosas se encuentran en las hojas del árbol, entonces si la tintura se prepara sólo con frutos, probablemente la Microdosis no sirva para nada.

5.3 Propiedades de Microdosis de origen vegetal

Cada especie vegetal contiene numerosas sustancias distintas, de las cuales, muchas de estas sustancias, tienen propiedades terapéuticas. Es por ello, que una misma planta es usada para diversos padecimientos de muy distinta naturaleza.

Un ejemplo de esto, es el Cuachalalate (Juliania adstringens), el cual ha sido utilizado ancestralmente en México para más de 30 padecimientos distintos desde la época precolombina. En la Medicina alópata moderna, es difícil (por no decir imposible), que un solo fármaco tenga tantos usos diferentes.

Al preparar un vegetal en forma de tintura y luego en Microdosis, se mantienen las numerosas aplicaciones terapéuticas que han sido explotadas en otras formas de preparación del vegetal como infusiones, cataplasmas, cocimientos, etc. pues conforme a los requisitos mencionados anteriormente en cuanto al método de preparación de la tintura, en que se incluyen todas las partes de la planta y se utiliza recién colectada, se mantienen todas las propiedades curativas.

Sigamos con el Cuachalalate, cuyo cocimiento en agua se ha utilizado ampliamente en México para curar úlceras estomacales pues actúa como un buen cicatrizante y antibiótico que ayuda a sanar este padecimiento; al tomar la Microdosis de Cuachalalate, esperaríamos que tuviera el mismo efecto

terapéutico sobre las úlceras que el que presenta el cocimiento. Pero además, esperaríamos que la misma Microdosis de Cuachalalate tuviera efectos sobre los tumores, que redujera los niveles de colesterol, que aliviara fiebres tropicales como la malaria, que actuara como desinflamatorio en cualquier parte del cuerpo inflamada, que atacara a diversas bacterias patógenas en el organismo, que redujera los niveles de azúcar, etc. Entonces, la Microdosis de Cuachalalate preparada conforme a las indicaciones de este libro, tendría más de 30 aplicaciones terapéuticas distintas.

Sabiendo esto, se pueden organizar los tratamientos de cada persona según sus necesidades personales, adecuando las plantas a utilizar según la región en que se encuentre o a la variedad de especies disponibles.

5.4 Consideraciones importantes

- Protección de la luz.

Las tinturas desde que se empiezan a preparar y hasta que son finalmente filtradas y conservadas, deben ser protegidas de la luz para detener la función clorofílica, misma que de continuar puede provocar que la tintura se descomponga.

- Toxicidad de la planta.

Se deben tomar las precauciones necesarias al preparar la tintura para salvaguardar la integridad de quien la prepara. Algunas plantas producen vapores tóxicos cuando son picadas o filtradas; algunas segregan savia que puede afectar la piel; algunas sustancias tóxicas de las plantas se absorben por la piel, entonces es importante informarse de los efectos tóxicos de las plantas antes de preparar la tintura y tener los cuidados necesarios.

- Toxicidad de la tintura.

Las tinturas en su gran mayoría son tóxicas (las Microdosis preparadas de ellas no), por lo que se debe cuidar que no tengan acceso a ellas los niños o animales domésticos. Es muy importante que se haga la indicación de que es tintura para evitar su consumo directo.

- Castaño de indias (Aesculus hippocastanum).

Al tomar la Microdosis de castaño de indias (Aesculus hippocastanum) se deben levantar las piernas por lo menos diez minutos después de tomar la Microdosis. Es sumamente importante seguir esta instrucción, en caso contrario puede resultar contraproducente su consumo.

- La única tintura que se utiliza directamente, es la de la Sangre de Grado (Jatropha dioica).

Se utiliza localmente para diversos problemas de la piel y para atacar infecciones en la boca y garganta, así como para disminuir la inflamación en la garganta y partes cercanas a la piel, pues cuenta con importantes propiedades desinflamatorias, desinfectantes y cicatrizantes y prácticamente carece de toxicidad. Todas las demás, deben ser consumidas exclusivamente en forma de Microdosis.

- Las plantas no se deben lavar abundantemente al cosecharlas.

El agua utilizada para esto, pudiera llevarse numerosas sustancias medicinales y por lo tanto provocar que la tintura pierda notablemente sus propiedades.

- Las plantas no se deben lavar con jabón, ni con cloro, ni con ningún otro agente limpiador.

Tampoco deben mantenerse sumergidas en agua en proceso de "desinfección".

- Recordar, que las Microdosis preparadas, anulan toda toxicidad aun de las plantas más peligrosas, entonces los cuidados deben enfocarse en el manejo y conservación de tinturas.

5.5 Acerca de las tinturas con plantas secas

Otro error muy común que hemos encontrado, es el preparar tinturas y luego Microdosis con plantas secas. Imagina que vas al mercado de plantas secas y le pides al encargado Guayacán; él te dice que si la tiene, y te da unos trocitos de madera. Antes de que prepares la tintura y luego la Microdosis, pregúntate lo siguiente:

- ¿Cómo sabes que es el guayacán que buscas?
  En el mejor de los casos, te da corteza de guayacán, pero ¿qué tal si es otro árbol que se llama guayacán?; ya no tendría la aplicación en Microdosis que esperarías, pudieran ser totalmente contrarias. Es sumamente difícil identificar una planta seca, si no es que imposible sin conocimientos e instrumental especializados.

- ¿Tendrás todas las partes del árbol o de la planta? Difícilmente conseguirás secas todas las partes de la planta, generalmente te dan sólo hojas, o sólo corteza, o sólo flores, etc. La Microdosis no tendrá todas las aplicaciones medicinales que debería tener.

- ¿Sabes cómo fue cultivada?
  Generalmente quien vende plantas está más preocupado por el tamaño o peso que por la calidad. Entonces es muy probable que si la cultivó, haya utilizado fertilizantes químicos para que la planta creciera más y produjera mayor cantidad de follaje, lo que puede traducirse en que no haya producido las sustancias medicinales que produciría de manera natural.

- ¿Sabes si utilizó agrovenenos?
  Es imposible saber si la planta fue cultivada utilizando herbicidas, plaguicidas, etc. Restos de estas sustancias, pueden ir incluidas en las plantas secas. Una persona que se dedica a vender plantas por volumen o peso, difícilmente permitirá que una plaga lo deje sin fuente de sustento. Durante el secado de las plantas se pueden producir hongos o pueden tener otros factores contaminantes como heces de algunos insectos o roedores.

- ¿Sabes cuándo se cosechó?
  Es también imposible saber si se cosechó cuando contaba con mayor follaje o cuando contaba con mayor cantidad de sustancias medicinales.

- ¿Servirá una Microdosis de plantas secas?
  Claro que si, si sirven (siempre y cuando no tenga fertilizantes, plaguicidas, que la hayas identificado, etc.) pero de manera limitada y con menor eficacia. Imagina un té de Estafiate (Artemisia mexicana), si lo tomas en forma de infusión te ayuda a disminuir un dolor estomacal; la infusión se prepara con la planta seca, pero nada más te servirá para eso al igual que la Microdosis preparada de planta seca; en cambio, si tomas la Microdosis de Estafiate con planta fresca,

obtendrás un antibiótico de muy amplio espectro, te servirá para problemas del hígado, de la menstruación, como analgésico, etc. y por supuesto, para disminuir el dolor de estómago.

- ¿Cuántas gotas de tintura utilizaré si preparo la tintura con la planta seca o sólo con algunas partes de la planta? Ni idea.....por un lado no tienes todas las sustancias dado que muchas se evaporaron y algunas se encuentran en otras partes de la planta no incluidas en la tintura; pero por otro lado, la planta seca no contiene nada de agua, entonces tiene algunas sustancias muy concentradas; incluso, hay plantas que al secarse producen reacciones químicas que dan origen a diversas sustancias; tal vez utilizaste sólo las hojas donde se concentran las sustancias más tóxicas y entonces resulta una tintura muy fuerte. Entonces es realmente complejo determinar cuántas gotas de tintura se utilizarán para preparar una Microdosis si la tintura fue hecha con planta seca, y más aun, si no se utilizaron todas las partes de la planta.

Capítulo 6
Aplicación práctica

Ya aprendimos a preparar todo, tenemos tinturas, bases, extractos, goteros, agua, alcohol, vehículo, y ahora, ¿cómo aplicamos en la práctica todo esto?

Sumamente sencillo; ya teniendo los concentrados listos, es cuestión de segundos el preparar las Microdosis, incluso ya aprendimos como. Pero, ¿cuáles preparamos?.

6.1 Clasificar las plantas por padecimiento

El primer paso para poner en práctica todo este conocimiento, es hacer un listado de los padecimientos más comunes en la región, comunidad o en el hogar, según en donde se vaya a trabajar; conviene organizar el listado en orden alfabético y enlistar las plantas y medicamentos que se podrían usar para tratar esos padecimientos; no creemos necesario enlistar los extractos pues es sumamente sencillo determinar cual extracto se utilizará en cada padecimiento. De esta manera, tendremos a la mano, la información acerca de cuáles Microdosis se podrían sugerir según el padecimiento. Se debería tomar como ejercicio preliminar, el preparar un listado con las aplicaciones terapéuticas de las tinturas y bases con que se cuente inicialmente para aprender más sobre ellas.

Esta información ya ha sido investigada y publicada por el Dr. Eugenio Martínez Bravo y es de fácil acceso; en su libro "Vademecum para el empleo de Microdosis 2002" se presenta un listado de padecimientos y las opciones de plantas y algunos medicamentos que se podrían utilizar. Otra fuente de información muy valiosa, es el listado de "Tratamientos sugeridos con Microdosis por el Dr. Eugenio Martínez Bravo", el

cual se encuentra en el manual que entregamos en los cursos tanto presenciales como por internet que brindamos.

Hay que determinar "tratamientos base" o iniciales que se estarán utilizando.

Pensemos que alguien tiene una infección en la garganta (sin identificar el microbio específico), los niveles de colesterol altos, tos seca y que además tiene la presión arterial alta.

Hay demasiadas plantas antiinfecciosas, y tal vez el listado con que contemos contenga más de 30 plantas, pero destacan el Estafiate (Artemisa ludoviciana), el Ajo (Allium sativium), el Epazote (Chenopodium ambrosioides) y el Tomillo (Thimus vulgaris), entonces este podría ser un tratamiento base. Según los resultados que se vayan presentando, se pueden hacer ajustes al tratamiento base, agregando o sustituyendo con algunas otras plantas con excelente acción antiinfecciosa como Manzanilla (Matricaria chamomilla) o Achiote (Bixa Orellana), por mencionar sólo algunas.

Si revisamos a detalle las propiedades terapéuticas del Ajo, encontraremos que ha sido usado para tratar infecciones de diverso origen, hipertensión, colesterol alto y tos, por lo que sería básico incluirlo en este tratamiento. Por lo anterior, pudiera iniciarse el tratamiento con sólo estas cuatro Microdosis.

6.2 Contar con un diagnóstico

El segundo paso, deberá enfocarse a contar con un diagnóstico acerca del padecimiento que tiene una persona. Repetimos, si no se es médico y no se cuenta con experiencia en el diagnóstico, conviene recomendarle a la persona acudir con un profesional de la medicina para poder trabajar sobre bases correctas. Otro ejemplo, no sería indispensable contar con un

diagnóstico sumamente preciso que nos diga el patógeno exacto que está provocando alguna infección (pues con nuestro tratamiento base antiinfeccioso estaríamos abarcando prácticamente todos los virus, bacterias, hongos y parásitos), pero sería de vital importancia determinar que es un cuadro infeccioso el que se enfrenta y no otro padecimiento.

6.3 Identificar alergenos y/o posible embarazo

El tercer paso, es identificar antecedentes alergenos de la persona; y si es mujer, confirmar que no esté embarazada, pues como ya hemos mencionado, se debe evitar la administración de las Microdosis de sustancias a las que es alérgica una persona y las mujeres embarazadas nunca deben tomar Microdosis.

6.4 Preparar las Microdosis y explicar la forma de administración

El cuarto paso, es preparar entonces si las Microdosis, y asegurarse de que la persona que las tomará ha comprendido perfectamente las indicaciones en cuanto a frecuencia, forma de administración y duración del tratamiento.

6.5 Seguimiento

El quinto paso, es tratar dentro de lo posible, hacer un seguimiento con la persona, para asegurarse que ha mejorado y que continua tomando el tratamiento, o en su caso, hacer los ajustes necesarios al "tratamiento base".

Siempre será conveniente llevar un registro de todas las personas a las que se trate indicando su nombre, edad, diagnóstico, tratamiento sugerido, y seguimiento por fecha.

Preguntas frecuentes

1. Si el médico me indicó tomar media pastilla de Acido acetil-salicilico de 500mg cada noche, ¿utilizo esta cantidad para preparar una base?
   No, sin importar la cantidad diaria a tomar que el Médico indique, la base se debe preparar siempre con una dosis diaria de adulto.

2. Si a mi hija de 5 años le recetaron dos pastillas de paracetamol al día de 250mg para disminuir la fiebre, ¿utilizo esta cantidad para preparar una base?
   No, sin importar si es niño, adulto o anciano, la base siempre se prepara con una dosis diaria de ADULTO.

3. ¿Puedo tomar bebidas alcohólicas mientras estoy en tratamiento con Microdosis?.
   Si la persona toma alcohol, no tendrá ningún efecto secundario, sin embargo, retrasará y pudiera complicar su curación.

4. Si vivo en una región sumamente calurosa, ¿debo refrigerar los concentrados y Microdosis?
   No, no es necesario, mientras se encuentren en la sombra, lejos del sol; si el calor es sumamente extremoso a la sombra, se recomienda usar ventiladores pero no refrigerar.

5. ¿Puedo utilizar bebidas alcohólicas como el whisky, vodka o tequila en lugar del vehículo?
   No se recomienda, pues las bebidas destiladas han pasado por diversos procesos industriales y pudieran provocar que no funcionen las Microdosis; una alternativa cuando no es posible encontrar alcohol de 96 grados sin desnaturalizar, es el aguardiente puro de

caña el cual funcionaría tal cual como vehículo (ya no se agregaría agua), pero no sería útil para preparar concentrados (tinturas, bases o extractos) sólo Microdosis.

6. ¿Cómo puedo preparar la tintura y la Microdosis de Tabaco para dejar de fumar?
   Es un caso especial, y puede utilizarse el tabaco contenido en los cigarrillos que suele fumar la persona. La preparación es igual que cualquier tintura, con la diferencia de que en lugar de utilizar sólo alcohol, se utilizará 1/5 parte de agua por 4/5 partes de alcohol. La Microdosis se prepara igual que cualquier otra.

7. ¿Se tienen que utilizar goteros de vidrio para las Microdosis?
   No, no es necesario, goteros de plástico funcionan perfectamente.

8. ¿Cuál es el tiempo de duración de los preparados?, ¿tienen caducidad?
   Ni las tinturas, ni los extractos, ni las bases, ni las Microdosis tienen fecha de caducidad por la cantidad de alcohol que contienen la cual permite que sean conservados en perfecto estado hasta 30 años.

9. He leído en artículos de internet y en libros del Dr. Martínez Bravo el término "escopetazo", ¿qué es lo que significa?
   El Dr. Martínez Bravo utilizaba exitosamente para tratar cualquier infección ya fuera de origen bacteriano, viral, parasitario o fúngico, cuatro Microdosis como "tratamiento base"; él utilizaba dos antibióticos de origen químico y dos antibióticos de origen vegetal, generalmente, utilizaba rifampicina y metronidazol, y estafiate, tomillo o epazote (dos de estas tres de origen

vegetal), respectivamente. Este tratamiento se hizo famoso por su gran efectividad pues no es necesario hacer análisis que identifiquen al patógeno, sino que prácticamente todos los microbios son vulnerables a este tratamiento. Es importante hacer notar que como cualquier otro tratamiento en Microdosis, se debe preparar una Microdosis por sustancia, jamás mezclar en el mismo gotero.

10. ¿Cómo se prepara la Microdosis para tratar el alcoholismo?
    La Microdosis más importante para tratar el alcoholismo, es la Microdosis de vehículo; es decir, se prepara vehículo normalmente y se rellena el gotero con este.
    El tomar esta Microdosis, implica el consumir cantidades pequeñas de alcohol que le cubrirán la necesidad fisiológica de alcohol al enfermo. Se deben tomar 7 gotas en ayunas y después dos gotas cada vez que siente necesidad de tomar alcohol. Generalmente se acompaña de otras Microdosis como cerebro, pasiflora y las necesarias para tratar los síntomas de abstinencia. Ver el "Apéndice B" para mayor información.

11. ¿Se les pueden dar Microdosis a perros o gatos?
    Si, hay buenos resultados cuando los animales son tratados con Microdosis.

12. ¿Si el médico le receto antibióticos a mi esposa que se encuentra embarazada, puedo preparárselos en Microdosis?
    No, las mujeres embarazadas nunca deben tomar Microdosis.

13. Las personas que han dejado el alcoholismo, ¿pueden tomar Microdosis?
    En el aspecto fisiológico, el tomar Microdosis no le provocaría que su organismo fuera nuevamente dependiente del alcohol por la cantidad tan pequeña de alcohol que contienen las Microdosis; sin embargo, si pudieran afectar el aspecto psicológico de la persona al probar de nueva cuenta el sabor del alcohol. Depende del nivel de voluntad que tenga la persona y del nivel de superación de la enfermedad que tenga, se debe determinar en cada caso si conviene dar las Microdosis o no. Otra buena opción, es aplicarlas en alguna terminación nerviosa distinta de las papilas gustativas, de tal manera que no pruebe el alcohol.

14. En el caso del escopetazo, ¿es posible mezclar las sustancias en un mismo gotero?
    No, en ningún caso se deben mezclar las sustancias en un solo gotero.

15. ¿Se pueden preparar Microdosis de vitaminas y minerales?
    Considerando el funcionamiento normal del organismo, el cual requiere de determinada cantidad de sustancias para llevar a cabo procesos fisiológicos de diversa índole, no creemos que puedan utilizarse exitosamente Microdosis de vitaminas o minerales con fines nutricionales. A pesar de esto, tenemos reportes de que algunas personas en Cuba han observado resultados positivos al utilizar Microdosis de diversas vitaminas y minerales con fines nutricionales.

16. ¿Se pueden utilizar vehículo sin alcohol para administrar Microdosis a personas sensibles al alcohol?
    No; una de las características en las que el Dr. Eugenio Martínez Bravo hacía más énfasis, es en mantener la

proporción adecuada de alcohol y agua (una y dos partes, respectivamente) al preparar las Microdosis.

17. ¿Se pueden utilizar las Microdosis con fines preventivos?
    No; las Microdosis poseen únicamente propiedades curativas no preventivas; además, si se utilizan con fines preventivos durante bastante tiempo, se corre el riesgo de que el organismo se acostumbre a ella y no funcione adecuadamente una vez que se quiera utilizar con fines curativos.

Apéndice A
Cantidades de tintura para preparar Microdosis

Gotas de tintura para preparar Microdosis de 20 mililitros

TINTURAS:	Cantidad
Aceitilla	30
Acónito	12
Aguacate	60
Ajenjo	30
Ajo	6
Ajo japonés	6
Albahaca	60
Alcachofa	60
Almendro de la India	60
Alpiste	60
Anís	30
Anís verde	30
Anona (Matafa)	30
Apio	30
Árnica	60
Azahar	15
Belladona	15
Boldo	60
Bugambilia	30
Cacao	120
Café	30
Caléndula	60
Canela	60
Caña de Cristo	60
Castaño del indias	30
Cebolla	60
Cedrón	30
Cempasuchil	60
Cilantro	30
Ciruelo	60
Clavo	30
Coco	30
Codo de fraile	30
Cola de caballo	30
Coralillo	60
Cuachalalate	60

TINTURAS:	Cantidad
Cúrcuma	60
Chamico	15
Chaparro amargoso	60
Chaya	60
Chicozapote	60
Chile	30
Chile Piquín	30
Damiana	60
Diente de león	60
Digital	15
Epazote	60
Epazote del zorrillo	60
Estafiate	60
Estevia	60
Estramonio	15
Eucalipto	30
Flor de manila	60
Floripondio	15
Ginkgo Biloba	30
Ginseng	48
Gobernadora	15
Gordolobo	60
Grangel	60
Guaje	30
Guamuchil	30
Guanábana	30
Guarumbo	60
Guayaba	60
Guayacán	60
Haba de San Ignacio	30
Hierbabuena	60
Hierba del cáncer	60
Hierba de la gallina	30
Hierba del pollo	120
Hierba del sapo	30
Hierba del zorrillo (Anamú)	60

TINTURAS:	Cantidad
Hierba santa	60
Higuera	30
Higuerilla	12
Hinojo	120
Hojasen	30
Jengibre	60
Lavanda	30
Limón	60
Linaza	30
Madrecacao	60
Maguey	60
Maguey morado	120
Mango	60
Manrubio	60
Manzanilla	120
Maracuyá	15
Mastranzo	60
Mejorana	30
Menta	60
Mimosa	60
Muicle	60
Neem	30
Níspero	60
Noni	60
Nopal	60
Nuez	15
Ojo de Gallo	30
Orégano	60
Orégano cubano	60
Órgano	60
Palo Azul	60
Palo de Brasil	60
Papaya	60
Passiflora	60
Pelo de elote	60
Perejil	60
Pico de águila	15

TINTURAS:	Cantidad
Pimiento	60
Piña	60
Piñón blanco	60
Plátano	30
Pomarrosa	30
Quinina	60
Riñonina	60
Romero	30
Ruda	15
Salvia	60
Sangre de drago	60-120
Semillas de cítricos	60
Sosa	60
Tabaco	30
Tamarindo	30
Té limón	30
Té Verde	60
Tepezcohuite	30
Tepozán	30
Tianguis	30
Tila	60
Tomillo	30
Toronja	30
Toronjil	60
Toronjil mexicano	60
Trece óleos	20
Tronador	30
Tronadora	30
Turmalina	30
Valeriana	15
Vaporub	30
Vinca	30
Xacaloxóchitl	30
Xoconostle	60-120
Yerbanís	30
Yuca	15
Zabila	60
Zoapatle	30

Nota: 1 mililitro equivale a 30 gotas o a un centímetro cúbico.

Apéndice B
Excepciones en la toma y duración del tratamiento de diversas Microdosis

- Adicciones

Una excepción a las reglas mencionadas como dosis, se encuentra en los tratamientos para controlar las adicciones, ya sean a drogas legales (cafeína, tabaco, alcohol, etc.), medicamentos (diazepam, morfina, etc) y a drogas ilegales (thinner, marihuana). En los casos referentes a las adicciones, las dos gotas de Microdosis se deben tomar cada vez que se tenga necesidad de consumir la sustancia a la que se es adicta. Además, en el caso del alcoholismo se deben tomar 7 gotas de Microdosis en ayunas. **Es sumamente importante considerar en los tratamientos con Microdosis contra las adicciones, que se debe informar al paciente que se requiere tener fuerza de voluntad para dejar la adicción y para que el tratamiento funcione, pues ha habido casos en que inician el tratamiento con Microdosis y repentinamente aparecen náuseas, vómitos y malestar general cuando consumen la sustancia adictiva de manera normal además de tomar las Microdosis; esto se presenta en casos de adicción al alcohol, thiner, tabaco, etc.**

- Artritis

Otra excepción, se encuentra en el tratamiento para la artritis, en donde el tratamiento se debe mantener varios meses para lograr su cura (únicamente cuando la artritis es provocada por una infección oculta y que sólo manifiesta dolor en las articulaciones como síntoma).

- Gastritis y hernia hiatal

En el caso de la gastritis y de la hernia hiatal, se deben tomar 5 gotas de Microdosis de Sangre de Drago y Cuachalalate antes de cada comida.

- Obesidad

Para bajar de peso, se utiliza manrubio, codo de fraile, y placenta si es mujer o testículo si es varón. La excepción radica, en que el codo de fraile debe tomarse 5 minutos antes de cada comida y el manrubio debe tomarse 5 minutos después de cada comida. La placenta o testículo según corresponda, se toma conforme a la directriz de la regla general.

Apéndice C
Alcohol contenido en las Microdosis

Algunas veces hemos encontrado cierta renuencia a tomar las Microdosis dado que contienen alcohol. Algunas personas creen que podrían hacerse alcohólicas o bien, que podrían sufrir un daño por tomar Microdosis que contienen alcohol, especialmente si es un tratamiento extenso como el del cáncer que son casi 20 Microdosis distintas.

Vamos a analizar esta situación ahora.

Desde hace mucho tiempo se ha considerado como bueno el consumir alcohol con moderación, incluso la propia Biblia menciona a diversos personajes tomando vino en fiestas o reuniones, siempre con moderación. En palabras de la OMS, el término correcto no sería consumo moderado, sino un consumo de bajo riesgo, aunque los estudios también mencionados por la OMS indican que prácticamente no encuentran riesgo si el nivel de consumo alcohólico es bajo.

¿Pero cuánto es bueno?, y ¿a partir de cuánto es malo?, ¿cuánto alcohol consumimos con una Microdosis?, el objetivo de este escrito es resolver estas tres interrogantes.

Dentro de las bebidas alcohólicas encontramos una amplia variedad de opciones, desde las tradicionales cervezas y vinos de mesa que se consideran como "no dañinos" incluyendo a la sidra, hasta las bebidas consideradas más fuertes y dañinas como el vodka o el whisky.

La Organización Mundial de la Salud establece en su publicación "Alcohol y atención primaria de la salud, Informaciones clínicas básicas para la identificación y el manejo de riesgos y problemas" que el consumo bajo de alcohol reduce el riesgo de

contraer enfermedades cardiacas independientemente del tipo de bebida alcohólica que se consuma. ¿Cuánto se considera bajo?, pues según la propia publicación, un consumo bajo equivale a 10g de alcohol diarios, es decir, un consumo moderado o de bajo (nulo según los estudios) riesgo. Esto es, la OMS considera como consumo de riesgo el beber de 20 a 40g diarios de alcohol en las mujeres y de 40 a 60g diarios de alcohol en los hombres.

¿Pero cómo saber cuántos gramos tiene una bebida alcohólica?, se considera que una cerveza de 250ml tiene 9g de alcohol; un vaso de vino tinto de 150ml contiene 5g de alcohol; un "caballito" de whisky de 50ml contiene 16g de alcohol, etc. Esto es muy ambiguo dado que la graduación alcohólica varía según la zona en que se produzca la bebida y los procedimientos que lleve a cabo la empresa que haga la preparación.

Es bien aceptada la siguiente fórmula para calcular la cantidad de gramos de alcohol que contiene una determinada bebida:

$$\text{Gramos de alcohol} = \frac{\text{Cantidad en mililitros X Graduación alcohólica}}{100} \text{ X } 0.8$$

Con un ejemplo será más sencillo entender esto; calculemos la cantidad de gramos de alcohol contenidos en una botella de vino de un litro (o mil mililitros) de 12 grados, sustituyendo:

$$\text{Gramos de alcohol} = \frac{1{,}000 \text{ X } 12}{100} \text{ X } 0.8$$

Como resultado tendríamos 96 gramos de alcohol en una botella de un litro de un vino de 12 grados. Entonces para mantener el consumo de alcohol como "de bajo riesgo", estamos hablando que sólo se podrían tomar 100 mililitros

diarios de un vino de 12 grados para mantenernos por debajo de los 10g diarios de alcohol.

Hagamos ahora la sustitución considerando al alcohol de 96 grados (alcohol etílico), también de un litro, que utilizamos para preparar las Microdosis.

$$\text{Gramos de alcohol} = \frac{1{,}000 \times 96}{100} \times 0.8$$

Como resultado tendríamos 768 gramos de alcohol en una botella de un litro de alcohol de 96 grados, ¿es bastante no?. Entonces para mantener el consumo de alcohol como "de bajo riesgo", estamos hablando que sólo se podrían tomar 13 mililitros diarios de alcohol de 96 grados.

Hasta aquí vamos bien, ya calculamos cual es el límite permisible diario en el consumo de alcohol, pasemos a las Microdosis.

Pensemos que nuestra Microdosis viene en presentación de 20ml, esto significaría a grandes rasgos que tendría una graduación de 33 grados (valga la redundancia)....dado que utilizamos un vehículo hidroalcóholico al 33%.

¿Cuántos gramos de alcohol tendría nuestra Microdosis de 20ml entonces?, sustituyamos:

$$\text{Gramos de alcohol} = \frac{20 \times 33}{100} \times 0.8$$

Nuestra Microdosis de 20ml tendría entonces 5.28 gramos de alcohol, esto significaría que nos podríamos tomar por completo dos Microdosis de 20ml diarias y estaríamos dentro de la norma, es decir, tomando 40ml de Microdosis diarios.

Pero nosotros no vamos a tomar 20ml o 40ml de Microdosis al día, sino la dosis normal, misma que es de dos gotas cuatro veces al día, es decir, ocho gotas al día de cada Microdosis. 30 gotas equivalen a 1ml, entonces ocho gotas equivaldrían a 0.266ml. Si dividimos los 40ml "permisibles" de Microdosis al día entre los 0.266ml que tomaríamos de Microdosis al día normalmente (2 gotas cuatro veces al día) resulta que podríamos tomar 150 Microdosis distintas al día, con su dosis normal de 2 gotas cuatro veces al día de cada una, y aun así estaríamos dentro del límite permisible por la OMS en cuanto a consumo de alcohol se refiere.....

Ojo con el objetivo de este comentario, no aprobamos ni consideramos bueno el consumo de alcohol, lo que tratamos de demostrar es la inocuidad de las Microdosis en cuanto al alcohol se refiere considerando para esto los datos oficiales publicados por la OMS.

Apéndice D
Recomendaciones

- Nunca dar Microdosis a mujeres embarazadas.

- Tomar o administrar las gotas directamente en la terminación nerviosa (de preferencia en la punta de la lengua); jamás diluir con agua, té, café, etc.

- Tomar las Microdosis con la lengua limpia; asegurarse de no haber bebido café, bebidas con cafeína o haber fumado por lo menos 10 minutos antes o después de tomar las Microdosis.

- Asegurarse que en todos los procesos de preparación se utiliza alcohol de 96 grados sin desnaturalizar.

- Asegurarse de que la persona que va a tomar las Microdosis no cuenta con antecedentes de alergia respecto a la sustancia que pretende tomar en Microdosis.

- La duración del tratamiento es el tiempo en que se cure del padecimiento más otro tiempo igual; por ejemplo, si en una semana de tratamiento se eliminó la infección, deberá continuar con el tratamiento otra semana más, total dos semanas. Si el padecimiento es crónico, las Microdosis se toman de por vida.

- Se pueden tomar los tratamientos que requiera el paciente simultáneamente; se pueden administrar todas las Microdosis necesarias al mismo tiempo sin ningún problema.

- La insulina funciona bien en Microdosis pero requiere el seguimiento estricto de su Médico para evitar cualquier complicación. Si usted no es Médico y no puede controlar puntualmente los niveles de azúcar de un paciente en un hospital, le recomendamos no eliminar el suministro normal de insulina al paciente ni administrarla en forma de Microdosis. El utilizar la Insulina en Microdosis pudiera tener consecuencias fatales.

- La asimilación de sustancias varía en cada organismo por lo que en caso de que un paciente no muestre mejoría, recomendamos agregar o cambiar otra Microdosis con propiedades análogas.

- Esperar por lo menos 20 minutos entre la administración de las medicinas de patente y la administración de las Microdosis si es que se toman de manera paralela.

- Si usted no es médico, le sugerimos no recomendar al enfermo que deje de tomar sus medicamentos recetados ni tampoco que estos sean preparados en forma de Microdosis, especialmente en padecimientos delicados como la diabetes. Se sugiere que se administre de manera simultánea el tratamiento en Microdosis de origen vegetal (tinturas) y de origen animal (extractos) al tratamiento recomendado por el médico para el padecimiento en cuestión. Si el enfermo responde bien a las Microdosis, el mismo médico le irá reduciendo las dosis de medicamento e incluso, a eliminar su ingesta.

- No posponga una cirugía que un médico considera urgente al intentar solucionar el problema con

Microdosis; en muchos casos, esto pudiera tener consecuencias fatales.

Bibliografía

- ÁVILA GUETHÓN J, MÉNDEZ HERNÁNDEZ E. Experiencias en el uso de microdosis de medicamentos [Internet]. Zacatecas: alegremía.com.ar;2009. Disponible en: http:/www.altaalegremia.com.ar/contenidos/Experiencias_uso_Microdosis_Medicamentos.html
- CABRERA LUIS. Plantas curativas de México. Editores Mexicanos. 1980.
- CHAMOULEAU A.Y.J. La curación por las plantas. Instituto latinoamericano de medicina oriental. México, 2011.
- ELOISA VICTORIA PALOMINO CARMENATE, NORA LINA PÉREZ DÍAZ , ROSA MARIA GUERRA BETANCOURT, JUAN DE LA CRUZ GUERRA MIRANDA, KATERINE GUERRA BETANCOURT5, JAIME CRUZ. Microdosis de Nicotiana tabacum, L su efectividad contra el hábito de fumar. Universidad Médica Mariana Grajales Coello.
- GLOBAL EDITION. Hierbas y plantas medicinales, aromáticas y culinarias. Tikal. Madrid.
- INSTITUTO NACIONAL INDIGENISTA. Biblioteca de la Medicina Tradicional Mexicana. INI, México. 1994.
- JOMO KENYATA MORE CHANG. Efectividad terapeútica de la Microdosis de indometacina en la reducción del dolor lumbosacro.ISCM. Villa Clara, Cuba.
- MARTINEZ B. EUGENIO, MARTINEZ O. DORA. Microdosis una alternativa medicinal. Colección ciencia y técnica. UAZ.
- MARTINEZ B. EUGENIO, MARTINEZ PELLEGRINI CARLOS. Folleto Tratamiento de diversas enfermedades con Microdosis. UAZ, México.2002.
- MARTINEZ B. EUGENIO, MARTINEZ PELLEGRINI CARLOS. Vademecum para el empleo de Microdosis. México. 2002.

- MARTINEZ B. EUGENIO, VILLALTA A. MARICELA. Guía terapeútica con Microdosis, UAZ México. 1997.
- MARTINEZ BRAVO EUGENIO. Bioética y Microdosis. Cuellar.
- MARTINEZ BRAVO EUGENIO, MARTINEZ OLIVARES DORA. Farmacología, Medicina tradicional y Microdosis. HERBAL.1994.
- MARTINEZ BRAVO EUGENIO. Folleto Mecanismo de acción de la Microdosis. UAZ. 1997.
- MARTINEZ BRAVO EUGENIO. Microdosis: Medicina para un nuevo milenio. UAZ. 2000.
- MARTINEZ BRAVO EUGENIO. Reflexiones con base a la Microdosis. UAZ, México. 2002.
- MARTINEZ BRAVO EUGENIO. Vademecum terapeútico de plantas medicinales de México y Cuba. UAZ, México. 1994.
- MARTÍNEZ BRAVO, EUGENIO. Descubrimiento de una vía sensorial hipotalámica-cortical- efectores de curación. Mecanismo de acción de la microdosis. Ed. Cuellar, 1999. UAZ, México.
- MARTINEZ BRAVO, EUGENIO, MARTINEZ OLIVARES DORA. Folleto treinta plantas medicinales de Zacatecas. UAZ, México. 1987.
- MARTINEZ BRAVO, EUGENIO. Microdosis 2002. UAZ, México. 2002.
- MARTINEZ MAXIMINO. Las plantas medicinales de México Tomo I. Botas. Séptima edición, 2005. México, D.F.
- RAMOS CALA E, DÍAS GRAJALES D, QUINTERO GARCÍA J Experiencia de enfermería en la aplicación de microdosis y homeopatía contra el tabaquismo. Rev Cubana Enfermería 1999; 15(2):123-8.FormatoPDF. http://bus. Sld.cu/revistas/enf/. acceso 2 de junio del 2009

- RODRÍGUEZ PÉREZ J, SARDUY RAMOS CM,VÁZQUEZ GAMBOA A, PÉREZ CABARGOS N,FERRER MURGAS G. Uso de microdosis de aloe vera L. en el asma bronquial. Medicina naturista. 2009.
- SANTANA TELLEZ TOMAS. Microdosis de captopril: utilidad en el tratamiento de la urgencia Hipertensiva. Rev. Arch med Camagüey Vol16n(4)2012.
- SANTELLO MARCO, SAPONARO MARCELA. Microdosis. Buenos Aires. 2007.
- SUÁREZ RODRÍGUEZ B, RIVAS SUÁREZ S,ORAMAS O. Resultado del tratamiento con microdosis de naproxen en enfermos reumáticos. Revista Cubana de Reumatología [serie en Internet]. 2001. Disponible en: http://www.socreum.sld.cu/bvrmlg_revista_electronica/v3_n2_2001/cartel_01.pdf
- TORRES CARSI EDGAR. Herbolaria mexicana. Grupo Editorial Tomo. México. 2005.
- TRAVIESO BELLO E, CASTRO CASTRO ZE, PLANELLES ROQUE JM. Cefaleas tratadas con microdosis de Ginkgo Biloba. Rev méd electrón [Internet]. 2007 Disponible en: http://www.revmatanzas.sld.cu/revista%20medica/ano%202007/vol1%202007/revista%20medica%20vol1%202007.htm