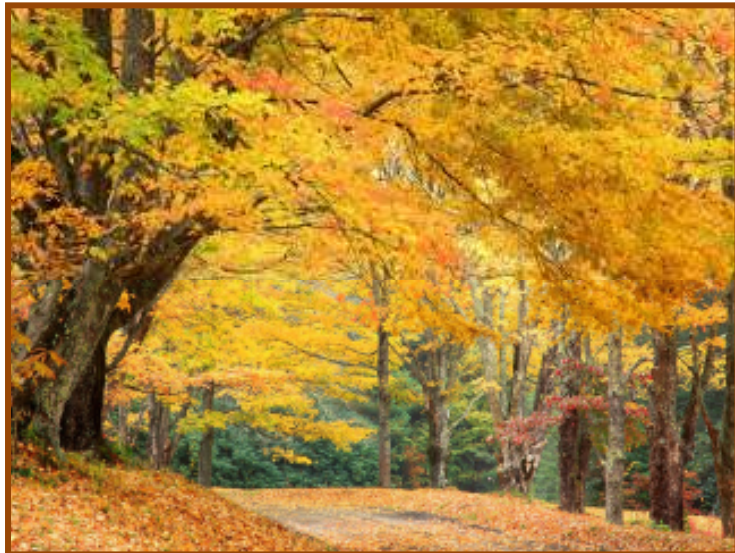


16 de Noviembre de 2012 - BOLETIN INFORMATIVO Nº 3

*El cuerpo de la Tierra,  
que aspira en pos del espíritu,  
palpita en el marchitar.  
Los duendes de las semillas,  
en las sustancias contraídos,  
van cobrando pujanza.  
Y del calor, los frutos  
desde las lejanías del espacio,  
vitalizan la existencia  
terrestre.  
Los terrenales sentidos,  
que en lo profundo penetran,  
contemplan lo porvenir,  
en la creación de las formas.  
Las entidades del espacio,  
que alientan en lo eterno,  
dirigen su mirada,  
sosegadamente,  
al tejer de la tierra.*



*R.Steiner*

## EL PULMÓN

---

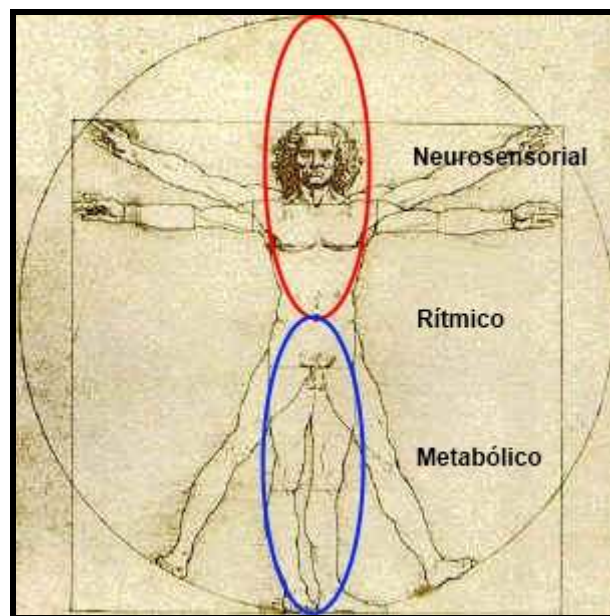
En la medicina Antroposófica el órgano **Pulmón** junto con el órgano corazón componen el sistema rítmico, encargado de mediar y regular las dos tendencias opuestas representadas en el polo neurosensorial y el polo metabólico. Mantiene el equilibrio y la alternancia (el ritmo) entre el sistema metabólico-motor y el sistema neurosensorial.

El estudio del desarrollo del órgano pulmonar indica que el **pulmón** es un órgano muy representativo del ciclo vida-muerte. Con la primera inspiración empieza a funcionar, contactamos con el mundo extrauterino e incorporamos el mundo exterior dentro de nosotros. Con la última espiración (la expiración), cesa su función, abandonamos el mundo terrenal y con ello el cuerpo. Se trata de un órgano vinculado a nuestro ciclo terrestre. Al periodo biográfico comprendido entre el nacimiento y la muerte.

## CLÍNICA ONCOLÓGICA BASADA EN LA MEDICINA ANTROPOSÓFICA

A otro nivel, se observa la siguiente cualidad: el **pulmón** es el único órgano del cuerpo que está en contacto directo con el mundo físico exterior. En base a ésto, se concluye que la forma en que respiramos también tiene bastante que ver con la manera de percibir el mundo externo. De aquí que las patologías respiratorias estén relacionadas con la vida anímica, cómo se “respira” la realidad interiormente, o sea una respiración interior-exterior. Cómo intercambiamos con el entorno; ¿ Retenemos excesivamente el mundo dentro de nosotros (inspiración)? o bien por el contrario ¿ Exhalamos exageradamente y estamos mas pendientes del mundo exterior sin percibir el mundo interior?

La imagen de la Salud es la imagen rítmica de la respiración. Inspirar y expirar rítmicamente tanto el aire como las vivencias anímicas. Una adecuada relación anímica del mundo exterior con el interior, nos lleva a una higiene del órgano **Pulmón**, órgano de la vida terrenal.



### Cuidados Externos para el Pulmón

Las aplicaciones externas sobre la superficie corporal van dirigidas a un órgano en particular: hígado, corazón, riñón o **pulmón**.

Se actúa a través del calor y de sustancias aplicadas localmente. El calor favorece la función adecuada del órgano y actúa sobre el Calor del organismo.

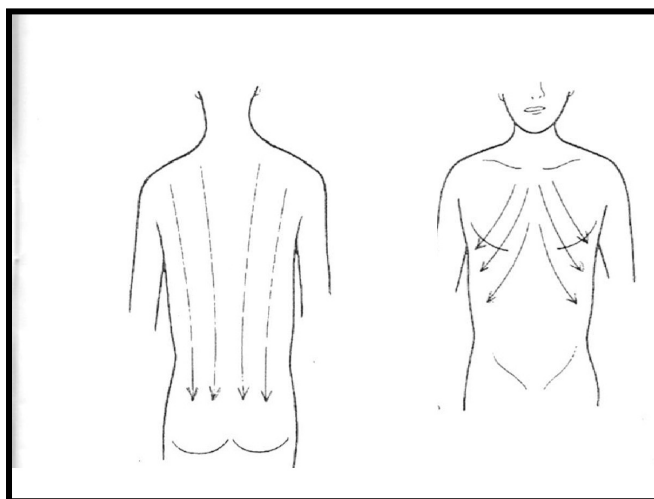
## CLÍNICA ONCOLÓGICA BASADA EN LA MEDICINA ANTROPOSÓFICA

Expandir el calor en el organismo es fundamental para la recuperación de la salud en general y en particular sobre el **pulmón**, ya que es el órgano mas expuesto al exterior, y a las condiciones ambientales del otoño y el invierno.

- **Fricciones en el pecho y en espalda**

Se realizan en un ambiente tranquilo y cálido. Utilizando aceite de lavanda, eucalipto y tomillo.

Con las manos calientes, se inicia el movimiento por la **espalda**, a la derecha y a la izquierda de la columna vertebral desde arriba hacia abajo .Y en el **pecho** desde el esternón hacia fuera , tal y como indican las flechas del dibujo.



- **Envoltura de pecho con harina de mostaza**

**Material necesario:**

- Paño de lana
- Paño de algodón
- Paño de algodón para la compresa
- Aceite de eucalipto
- Fuente o bol de cristal
- Harina de mostaza

**CLÍNICA ONCOLÓGICA BASADA EN LA MEDICINA ANTROPOSÓFICA**

- Jersey
- Manta

**¿Cómo realizar la envoltura ?**

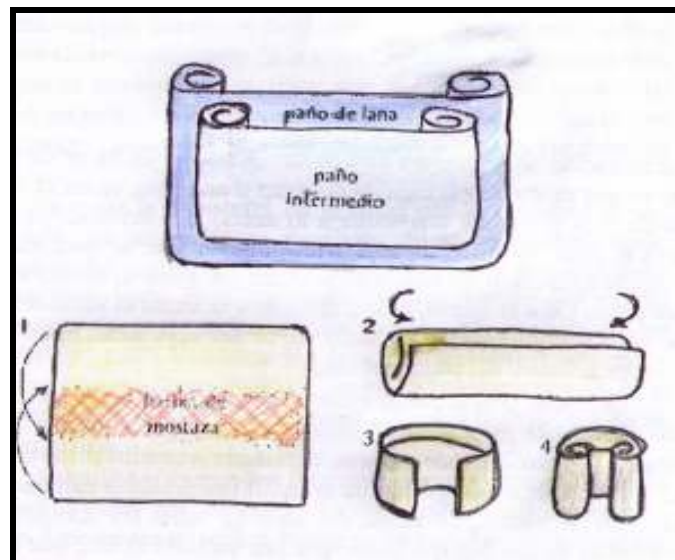
Se realizará en una habitación cálida, sin ningún tipo de estímulo externo (música, TV, libro,...)

En el lugar de la cama en que se ubicará nuestra espalda, se colocará a lo ancho un paño de lana y encima una toalla o paño de algodón.

Nos sentamos en la cama, dejando detrás los paños estirados a lo ancho.

Sobre una mesa se estira el paño de algodón para la compresa, cuyo ancho debe ser aproximadamente tres veces la altura de nuestro tórax.

Paralelamente tendremos preparada una fuente o bol de cristal con agua tibia. Sobre el tercio medio del paño para la compresa esparcimos harina de mostaza con unos 2mm de espesor, cubriéndola con los otros dos tercios de tela, de modo que ahora la envoltura presenta el mismo ancho que la altura de nuestro tórax



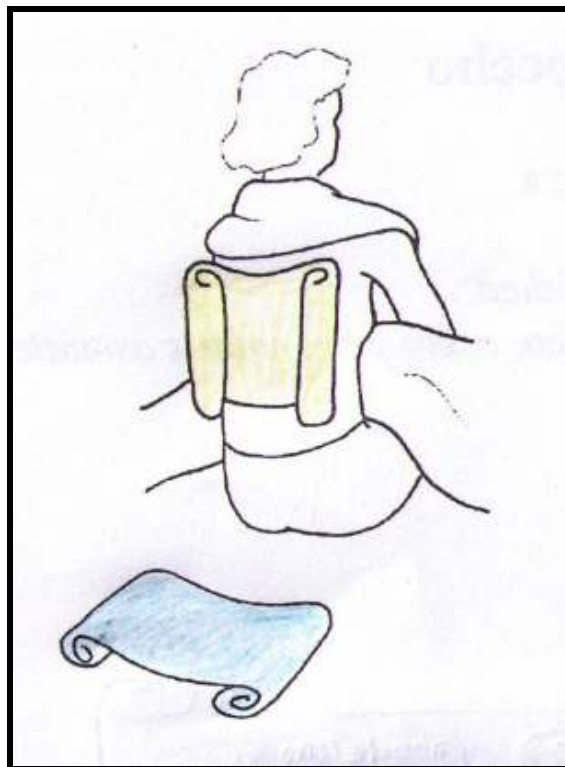
Enrollamos el paño hasta que sea un rollo doble. Se sumerge en agua tibia, se aprieta ligeramente y entonces se procede a desenrollarlo desde la espalda hacia los costados, sin arrugas y sobre el tórax hacia delante.

### **CLÍNICA ONCOLÓGICA BASADA EN LA MEDICINA ANTROPOSÓFICA**

Nos acostamos sobre los paños preparados. Éstos se colocan encima de la compresa, se estiran bien hacia delante y se sujetan . A continuación nos colocamos un jersey.

Finalmente nos envolvemos con una manta y nos acercamos a la ventana de la habitación, para que con el fuerte estímulo respiratorio (por la envoltura) inhalemos aire puro. Al poco tiempo se presenta una sensación de calor en el tórax y aproximadamente a los 4 minutos un manifiesto enrojecimiento. En este momento miramos una vez por debajo de la envoltura y se da por terminada al observar el enrojecimiento. Si la piel todavía no se encuentra roja, podemos prolongar por unos minutos hasta unos ocho minutos en total, y luego terminarla.

Nos quitamos la envoltura en la cama cubriendo la piel enrojecida con un aceite de eucalipto. La aplicación de aceite también permite quitar los últimos restos de harina de mostaza que quizá se haya escapado a través de la compresa . A continuación permanecemos un rato tranquilos en la cama.



#### **¿Con que periodicidad la podemos realizar?**

Si no hay ninguna otra indicación médica, la podemos realizar una vez al día, preferiblemente por la noche ya que nos ayudará a conciliar el sueño. Si al día siguiente la piel

**CLÍNICA ONCOLÓGICA BASADA EN LA MEDICINA ANTROPOSÓFICA**

tiende a formar granitos realizaremos sólo una envoltura con aceite de eucalipto y repetiremos la aplicación de harina de mostaza al día siguiente.

(nota: la harina de mostaza se utiliza para una sola envoltura)

- **Envoltura de Cuello con rodajas de limón**

**¿Qué necesitamos?**

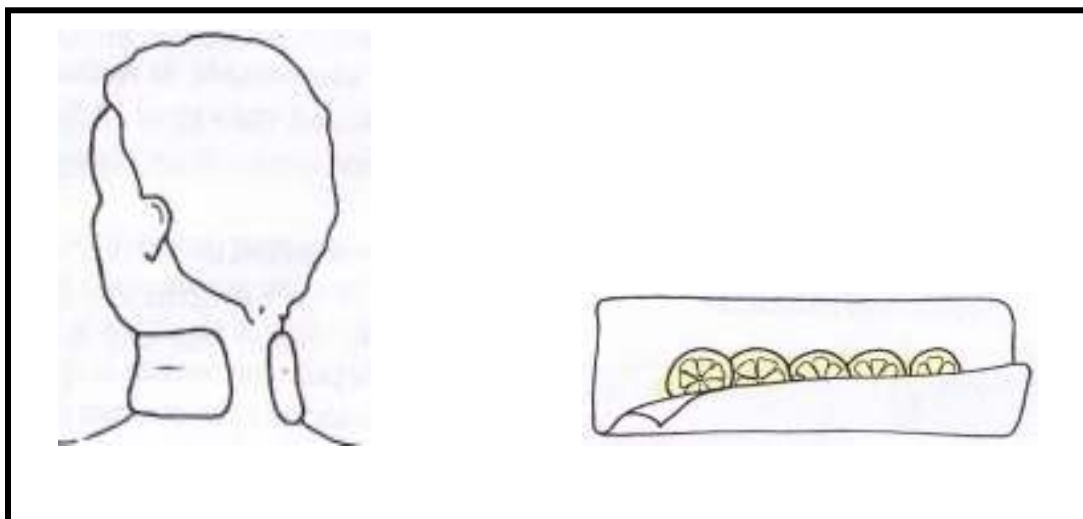
- Limón
- Un paño de algodón
- Un paño de lana



Cortar el limón en rodajas que se envolverán en un paño de algodón y se deberán exprimir con fuerza.

Colocar el paño con las rodajas de limón envueltas y colocarlas en el cuello, sujetando con un paño de lana o bufanda unos 20 minutos aproximadamente, dependiendo de la tolerancia de la piel.

La envoltura se retira cuando comienza a sentirse picor



**CLÍNICA ONCOLÓGICA BASADA EN LA MEDICINA ANTROPOSÓFICA**

***Nuestro centro médico ofrece las siguientes terapias:***

- Medicina Antroposófica
- Medicina de la Infancia y de la Adolescencia
- Tratamientos complementarios en oncología
- Psicología Antroposófica ( acompañamiento biográfico )
- Psicoterapia Oncológica
- Enfermería Antroposófica
- Ozonoterapia
- Hidroterapia de colon
- Masaje Pressel
- Euitmia Terapéutica

---

**DIRECTOR MÉDICO:**

**Dr. Juan Camilo Botero**

**Médico Oncólogo**

**Medicina Antroposófica**

Col.30259 BCN

---

***Equipo terapéutico***

***Medicina de la Infancia y de la Adolescencia:***

**- Dr. Lluís Torralba**

***Enfermería Antroposófica:***

**- Xesca Vilarrasa**

**- Sandra Mulero**

***Psicoterapia Antroposófica:***

**- Silvia Ángel**

***Masaje Pressel:***

**- Merçè Cubarsí**

***Euitmia Terapéutica:***

**- Sara Pereira**