



Universidad de Ciencias Médicas
Facultad de Ciencias Médicas de Bayamo
Granma
Evento Científico AMBIMED 2021



ARTÍCULO DE REVISIÓN

Las plantas medicinales, medicina natural y tradicional cubana en la protección del medio ambiente

Autores: Eduardo Antonio Hernández-González¹ <https://orcid.org/0000-0001-7325-6099>, Déborah Mitjans Hernández¹ <https://orcid.org/0000-0002-2539-4961>, Daniela Avila Díaz, Daniela Avila Díaz¹ <https://orcid.org/0000-0003-3007-7407>.

Tutor: Dr. Marvelia Díaz-Calzada² <https://orcid.org/0000-0002-0148-5914>

¹ Universidad de Ciencias Médicas de Pinar del Río. Facultad de Ciencias Médicas “Dr. Ernesto Che Guevara de la Serna”. Pinar del Río, Cuba. Estudiante de Primer Año de la Carrera de Medicina..

² Universidad de Ciencias Médicas de Pinar del Río. Policlínico Universitario “Luis Augusto Turcios Lima”. Pinar del Río, Cuba. Metodóloga del Policlínico Universitario “Luis Augusto Turcios Lima”. Master en Longevidad Satisfactoria.

Correo electrónico: eduardohernandezgonzalez10@gmail.com.

Teléfono: +5355628390.

RESUMEN

La Medicina Natural y Tradicional es la encargada del estudio de las propiedades y las aplicaciones medicinales de las plantas y sus extractos. Los procedimientos utilizados en la medicina natural y tradicional, tienen generalmente en común el objetivo de prevenir y tratar las enfermedades a través de la activación de las propias capacidades o de los recursos biológicos naturales con que cuenta nuestro organismo al mismo tiempo que armoniza a esta con la naturaleza de ahí la utilización de ejercicios, dietas, plantas. Constituye un cuerpo de conocimientos que aborda al ser humano y al proceso salud-enfermedad. Con el objetivo de describir el uso de las plantas medicinales en la Medicina Natural y Tradicional cubana se realizó la presente revisión bibliográfica a partir de 23 referencias. Se concluyó que la medicina verde constituye un genuino representante de las raíces de la medicina. La integración entre la Medicina Natural y Tradicional y la Medicina Convencional en el sistema de salud cubano no es solo posible sino también oportuna.

Palabras clave: Medicina Natural; Aplicaciones Medicinales; Plantas Medicinales

INTRODUCCIÓN

La concepción materialista de la historia fundamenta que la influencia de los elementos naturales en el hombre estará siempre mediatizada por las condiciones sociales por lo que el desarrollo humano sólo resulta posible con una salud basada en un estilo de vida sano, en armonía con la naturaleza, con pleno respeto al entorno y con el empleo de medios al alcance de todos. ¹

Plantas medicinales. Son aquellos vegetales que elaboran unos metabolitos secundarios, llamados “principios activos”, sustancias que ejercen una acción farmacológica, beneficiosa o perjudicial, sobre el organismo vivo. Su utilidad primordial, a veces específica, es servir como droga o medicamento que alivien las enfermedades o restablezcan la salud perdida. Desde la aprobación de la Medicina Natural y Tradicional (MNT) como especialidad médica dentro del Ministerio de Salud Pública de Cuba (MINSAP) en 1995, se estableció como principio la integración de las prácticas convencionales y no convencionales en beneficio de la Medicina, rechazándose explícitamente los términos de complementaria y de alternativa por no constituir la MNT una opción además de o en lugar de la medicina convencional, sino integrada con, de acuerdo con los postulados de la Organización Mundial de la Salud (OMS). ¹

Los procedimientos utilizados en la medicina natural y tradicional (MNT), tienen generalmente en común el objetivo de prevenir y tratar las enfermedades a través de la activación de las propias capacidades o de los recursos biológicos naturales con que cuenta nuestro organismo al mismo tiempo que armoniza a esta con la naturaleza de ahí la utilización de ejercicios, dietas, plantas. etc. ²

Entre las tendencias de la MNT se destaca su creciente incorporación a la práctica profesional, no como un método alternativo motivado por causas de índole económica o como vía para dar solución a los problemas de desabastecimiento, sino como una verdadera disciplina científica que es necesario estudiar, perfeccionar y desarrollar permanentemente sus habilidades por sus demostradas ventajas éticas y científicas.³

El proceso formativo de habilidades, como forma de asimilación de la MNT en residentes de Medicina General Integral (MGI), constituye un eje fundamental en el quehacer pedagógico contemporáneo, principalmente en la educación superior, por ser el subsistema donde se forman los egresados que deben aplicar de forma creadora la información científica en la solución de los problemas que emergen como necesidad social.³⁻⁴

Los médicos tradicionales y naturistas han explicado muchas veces la fenomenología diagnóstica a través de hipótesis no confirmadas, ya que la medicina experimental como la conocemos actualmente se ha desarrollado mayormente en los últimos 50 años. No obstante, en el proceso de diagnóstico se imbrican procedimientos científicos, empíricos y de observación con el proceso mental de razonamiento, que son interdependientes y complementarios. Resulta importante que los residentes de MGI hagan una apropiación de los conocimientos de la MNT, de manera que su práctica asistencial se encuentre enriquecida con conductas terapéuticas integrales, favorecedoras de la mejor calidad de vida en los pacientes.⁴

Para la realización de este artículo nos hemos basado en el siguiente problema ¿Cuál es el uso de las plantas medicinales en la Medicina Natural y Tradicional cubana? Por lo que el **objetivo** del presente es describir el uso de las plantas medicinales en la Medicina Natural y Tradicional cubana

DESARROLLO

La medicina natural es capaz de transformar la manera de ver la vida y el universo mismo considerando los aspectos ecológicos, sociales, mentales, físicos y espirituales humanos. En ella se realizan diferentes diagnósticos siendo el principal, el estilo de vida. Ese estilo de vida habla de cómo caminar, descansar, si se hace o no ejercicios físicos, hábitos y patrones de conducta; pero no sólo esto, también muestra, cómo manejar el estrés, los sentimientos, las relaciones con los demás, con la naturaleza y con el orden trascendente, la calidad del ambiente donde vive, si es o no saludable. ⁴

Lo que tendrá su centro en la idea de que el médico de familia pasa a ser el formador principal del residente, por lo que este último reafirmará su vocación profesional a través del desarrollo de las habilidades propias de la MNT que lo llevarán en un futuro a ser mejores profesionales. El empleo de la Fitoterapia y la Dígitopuntura como técnicas más usadas en el tratamiento aplicado por residentes de MGI, pudieran estar motivados porque constituyen la forma más fácil de adquisición por nuestra población, así como resultan las más divulgadas y de mayor referencia entre personas. ⁵

La Medicina Tradicional se utiliza ampliamente y es un sistema sanitario que está creciendo rápidamente y de gran importancia económica. En África hasta un 80% de la población utiliza la Medicina tradicional para ayudar a satisfacer sus necesidades sanitarias. En Asia y en Latinoamérica, las poblaciones siguen utilizando la Medicina tradicional como resultado de circunstancias históricas y creencias culturales. En China, la Medicina tradicional contabiliza alrededor de un 40% de la atención sanitaria. A las personas que practican la Medicina tradicional se les conoce por lo general como sanadores tradicionales, colocador de huesos, herbolarios, etc. Las personas que practican la Medicina tradicional incluyen tanto practicantes de Medicina tradicional y

profesionales de medicina alopática como a médicos, dentistas y enfermeras que proporcionan terapias a sus pacientes — es decir, doctores médicos también utilizan la acupuntura para tratar a sus pacientes. Mientras tanto, en muchos países desarrollados, se está haciendo cada vez más popular. El porcentaje de población que la utiliza al menos una vez es de un 48% en Australia, un 70% en Canadá, un 42% en EE UU, un 38% en Bélgica y un 75% en Francia. La Medicina tradicional es a veces la única fuente asequible de atención sanitaria, especialmente para los pacientes más pobres del mundo.⁶⁻⁸

Plantas medicinales

Las plantas son seres orgánicos que viven y crecen, pero que no cuentan con capacidad motora (es decir, no se pueden mudar de un lugar a otro por un impulso voluntario). Los vegetales como las hortalizas y los árboles forman parte de este grupo, que es estudiado por la botánica.¹

Antes de que existiera la medicina moderna y su farmacopea de medicamentos sintéticos, habían plantas, y las civilizaciones antiguas sabían cómo usarlas estratégicamente para tratar males comunes, e incluso, hasta enfermedades mortales.³

Para qué sirven las plantas medicinales:^{1,3-8}

Las hierbas y plantas medicinales son un recurso que nos brinda la naturaleza y su utilización se remonta a la prehistoria. Muchas tribus de diferentes partes del mundo han empleado hierbas y plantas de su territorio para curar enfermedades o romper maleficios; conocimiento y supersticiones que heredaron de sus ancestros y que fueron pasando de boca en boca por diferentes generaciones y culturas hasta el día de hoy.

Con el correr del tiempo y el avance de la ciencia se fueron elaborando distintos medicamentos utilizando extractos vegetales. Estos medicamentos se pueden encontrar de diferentes maneras y formas como cápsulas, comprimidos, cremas, infusiones, jarabes, ungüento, elixir, etc.

Cada hierba y planta tiene una propiedad específica que sirve para curar o prevenir determinadas enfermedades o problemas de salud, como el cáncer, acné, dolores estomacales, diarreas y mucho más.

Existen diferentes tipos de plantas naturales medicinales:

Plantas curativas para remediar enfermedades o tratar problemas de salud. Las plantas que ayudan a adelgazar. Las plantas para prevenir y aliviar síntomas.

Hay que tener en cuenta que muchas hierbas y plantas medicinales no han sido autorizadas por la industria farmacéutica. Estas plantas generalmente son recomendadas por curanderos, chamanes, alquimistas y para mayor precaución antes de utilizarlas hay que consultar con algún médico, ya que tal vez no obtengamos el resultado deseado, y en el peor de los casos, nuestro organismo resulte dañado. A pesar del paso del tiempo y el avance de la tecnología médica, las plantas medicinales continúan siendo la panacea “de cabecera” de muchas familias

El uso de las plantas medicinales se remonta a la época prehistórica en la mayoría de las culturas conocidas. Gracias a sus infinitos conocimientos tradicionales, esta industria ancestral persiste en el equilibrio del bienestar integral tanto de los pacientes como de los practicantes.

A pesar del paso del tiempo y el avance de la tecnología médica, las plantas medicinales continúan siendo la panacea “de cabecera” de muchas familias. Esto es posible dado que algunas plantas liberan compuestos llamados metabolitos primarios, los cuales cuentan con glúcidos y lípidos, y metabolitos secundarios. Ambos compuestos concentran extractos que optimizan el funcionamiento de varias partes del cuerpo.

Importancia de la Medicina Natural y Tradicional en el contexto de la pandemia:⁹⁻¹⁵

En la actualidad, el SARS-CoV-2, al ser un virus recientemente identificado, presenta opciones de tratamiento farmacológico limitadas, considerando estas limitaciones la

MNT tiene un buen potencial para complementar las necesidades existentes, pudiendo ser una buena opción adicional en el panorama de la pandemia.

Importancia de este servicio a los pacientes que asisten de la comunidad.

Es importante por la amplia gama de métodos disponibles para el tratamiento, es económico, con menos efectos adversos que el resto de medicamentos, se puede poner al unísono con otros tratamientos, sus efectos se logran a corto plazo por lo que el paciente mejora rápidamente, en pacientes alérgicos a medicamentos se ayuda con medicina natural y tradicional.

Dentro de los efectos positivos encontrados destacan: ¹⁰⁻¹⁵

La acupuntura la cual ha sido muy utilizada, sobre todo en China, donde ha resultado tener muy buenos efectos. Resulta efectiva en la inhibición de la activación de macrófagos y la producción de factor de necrosis tumoral y otras citocinas proinflamatorias a través de la simulación del nervio vago, efectos que muestran un alto potencial en el tratamiento de la sepsis de la nueva neumonía provocada por el coronavirus, evitando por ejemplo los efectos secundarios en los pacientes.

La homeopatía, ejemplo de ello es el uso del PrevenzHo Vir. Cuba ha sido de las que ha puesto en alto su nombre a través de este preparado homeopático, el cual ha sido presentado como una alternativa para la prevención de la influenza, enfermedades gripales, dengue e infecciones virales emergentes, recomendando su uso en condiciones de riesgo epidemiológico, sin limitar la aplicación de otros medicamentos. Este PrevenzHo Vir es un medicamento complejo, que tiene entre sus componentes diversos insumos activos, cada uno de ellos ha demostrado, por separado, efectividad en la prevención y tratamiento de enfermedades infecciosas. El sistema de salud cubano, con el consumo de este preparado, pretende elevar la capacidad de respuestas inmunológicas de las personas ante las enfermedades infecciosas en general, incluidas las virales, lo cual es de gran importancia, porque si se contrajera cualquier otra Infección Respiratoria Aguda (IRA) en medio de la actual pandemia, podría constituir un factor de riesgo.

Usos de la planta *Artemisia annua* (*A. annua*) , cuyos efectos y de sus derivados han sido examinados en varios modelos in vitro resultando ser algunos de ellos: inhibición de la proliferación celular, inhibición de la inflamación y el estrés oxidativo, y otros. La investigación de la planta es una de las más prometedoras en esta lucha contra la pandemia pues estudios apuestan por la efectividad de esta especie en el tratamiento de la Fibrosis Pulmonar observada en pacientes afectados por la infección de SARSCoV-2, contra la cual la poderosa actividad antioxidante de esta planta ofrece grandes expectativas.

La ozonoterapia: se conoce que el ozono tiene una potente acción antiviral por efecto directo sobre el germen, además mejora la circulación sanguínea y la oxigenación tisular revirtiendo la baja saturación de oxígeno y mejora la función pulmonar en pacientes con daño severo. Estudios refieren que la ozonoterapia puede ser una solución complementaria en cualquiera de los estadios del paciente con COVID-19 ya que, brinda una mejor evolución y evita que el paciente llegue a una unidad de cuidados intensivos, pues a dosis baja y a dosis media podría tener un efecto antiinflamatorio y protector endotelial a nivel de la membrana respiratoria dañada en el paciente con COVID-19, facilitándose la difusión de los gases respiratorios. El efecto de este tratamiento como profilaxis puede hacer que el paciente a través de su fortalecimiento y modulación del sistema inmune tenga una evolución favorable y sin complicaciones.

Diferentes modalidades de Medicina Natural Tradicional y su definición:¹⁶⁻²⁰

Fitoterapia: en la fitoterapia, el uso de las plantas medicinales varía en dependencia de la parte de la planta que se utiliza en la preparación del producto, las cuales pueden ser: la planta en su totalidad, los tallos, las hojas, las flores, las semillas o las raíces. También varía su uso en dependencia de la forma de indicación, como: material vegetal fresco o seco, preparaciones galénicas indicadas por el médico y confeccionadas por el propio paciente, especialidades fitoterapéuticas elaboradas por centros especializados y distribuidas a las farmacias por lotes para su venta y la extracción química de principios activos para uso de la ingeniería genética u otros procederes como es el ejemplo del PPG compuesto por principios activos (alcoholes) extraídos de la corteza de la caña de azúcar, estos últimos con gran demanda a nivel mundial.

Apiterapia: La apiterapia también es una de las modalidades de la MNT ampliamente usada en el mundo y que en los últimos tiempos ha tenido un gran auge. El uso de la miel y otros derivados apícolas como apitoxinas, polen, propóleo y jalea real, solos o asociados, demuestran gran eficacia para tratar diferentes enfermedades. La miel es un producto fabricado por las abejas a partir del néctar de las flores y se utiliza en diferentes culturas desde hace miles de años. Existen referencias sobre su uso que datan del año 3000 a.C. y tanto la Biblia como el Corán hacen mención a sus propiedades curativas. Su empleo como sustancia terapéutica ha sido retomado en la medicina profesional por su efecto como inmunobiológico, antiinflamatorio, regenerativo, expectorante, analgésico, sedativo, hipersensibilizador y como agente antimicrobiano. Uno de los usos tradicionales más arraigados en la sociedad es para aliviar el dolor de garganta y la tos, gracias a sus propiedades antiinflamatorias y demulcentes. En un informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS) se indica que un té caliente con miel y limón ayuda a paliar el dolor de garganta y la tos nocturna gracias a su efecto demulcente (incrementa la producción de saliva y tragar, interfiriendo con el reflejo de la tos). Además, puede cubrir los receptores periféricos sensoriales que inician la tos. También existen estudios que asocian su ingesta a mejoras en la sexualidad. Torres y otros, y Varela y otros demostraron su capacidad antimicrobiana frente a distintas bacterias como: *Estafilococo áureos*, *Escherichia Coli* y *Klepsiella pneumoniae*.

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

La acupuntura: su práctica para aliviar el dolor se utiliza ampliamente en muchos países del mundo. Esta consiste en la inserción de agujas en puntos específicos situados a lo largo de recorridos en la superficie del cuerpo denominados meridianos, esta técnica está basada en la teoría de canales o meridianos en los que la energía vital o Qi circula a través de estos meridianos y ellos intervienen en la regulación de las funciones orgánicas. La punción de los puntos acupunturales situados a lo largo de los meridianos pretende corregir y equilibrar el flujo de energía y por tanto restablecer la salud. Según la MTC, la enfermedad sobreviene cuando existe un desequilibrio entre estas dos fuerzas. Para sanar la patología se ha de determinar el lugar exacto de la alteración del flujo de energía para tratarlo mediante la estimulación con inserción de agujas en los puntos clave y así poder restablecer el funcionamiento del cuerpo.

La ozonoterapia: considerada una terapia complementaria que utiliza el ozono como agente terapéutico. La base de esta terapia se ubica a nivel celular y ha sido extensamente estudiada y generalizada hasta la fecha. Estudios abalan su eficacia en el tratamiento de muchos estados patológicos en el organismo humano y animal por lo que constituye un complemento terapéutico muy eficaz, que puede ayudar sin efectos indeseables registrados, ni interferencias en la evolución de enfermedades con pronóstico reservado o grave.

Hemeopatía: Los remedios homeopáticos gravitan en dosis bajísimas de determinadas sustancias, que a proporciones normales causarían, en personas sanas, un cuadro clínico similar al de la enfermedad, que se pretende curar o aliviar. Se han demostrado como beneficios de los productos homeopáticos los siguientes: pocos efectos adversos reportados, amplia tolerancia, no se asocian riesgos en embarazadas y en personas de edad avanzada, son productos de bajo costo, con producción, conservación y distribución simple, no condiciona resistencia al tratamiento convencional, su uso no favorece el desarrollo de cepas de virus y bacterias más peligrosas y la capacitación del personal de la salud para su distribución y utilización es rápida.

Dietoterapia o tratamiento dietético: es la base de la medicina natural. Cada vez son más las personas que conocen sus propiedades y consumen alimentos integrales y

suplementos dietéticos, para conservar la salud y como tratamiento coadyuvante de enfermedades.

Terapia floral de Bach: las esencias florales tienen la capacidad de curar porque "son parte de la infinita energía universal, energía positiva extraída de los capullos de flores silvestres que ayudan a desandar un camino equivocado, fortaleciendo y estimulando las cualidades positivas que tiene el ser humano dentro de sí". Alrededor del año 1930, el médico galés Edward Bach, se dedicó a estudiar las propiedades medicinales de estas flores y con ellas organizó su propuesta terapéutica.

Talasoterapia: La Talasoterapia es un método terapéutico que se basa en la utilización del medio marino (agua de mar, algas, barro y otras sustancias extraídas del mar) y del clima marino como agente terapéutico. Es totalmente natural, el agua se recoge lejos de la orilla, se depura y esteriliza para garantizar la ausencia de agentes patógenos antes de su aplicación en los distintos tratamientos. Etimológicamente proviene del griego Thalasso (Mar) y Therapeia (Terapia).

Ejercicios terapéuticos: Conjunto de métodos y técnicas que utilizan el movimiento con una finalidad terapéutica, modificables a cada sujeto o paciente, orientados de acuerdo con el diagnóstico médico tradicional asiático. Se encuentran dentro de estos los siguientes: Tai chi, Lian Gong Shi Ba Fa, Wu Shu, Qi Gong, Hatha Yoga.

Hidrología médica: La hidrología médica tiene como objetivo fundamental prestar servicios médico-asistenciales, preventivos y rehabilitatorios, principalmente en el ámbito laboral, las pero también en el de la clase pasiva y de personas mayores en general, en el de la niñez y juventud, el del deporte y otros. Visto desde un ángulo netamente económico, el tratamiento termal puede constituir un importante factor de ahorro de costos. Se hacen necesarios, en muchos casos, menos medicamentos. Reduce la dependencia o adición a ciertos fármacos como analgésicos, antiinflamatorios, sedantes y otros. Reactiva y prolonga la capacidad de trabajo posponiendo el retiro prematuro por razones de salud.

Masaje terapéutico: El término masaje terapéutico engloba toda una serie de técnicas de masaje que se utilizan en el tratamiento de trastornos neuromusculares y musculoesqueléticos, facilitando la eliminación de toxinas, activando la circulación sanguínea y linfática y mejorando el aporte de oxígeno a los tejidos.

Enfermedades que se tratan con Medicina Natural y Tradicional.

Puede tratar todas las enfermedades como: crónicas (hipertensión arterial, asma), emergencias médicas, enfermedades dolorosas (cálculos renales, hombro congelado, fibromialgia, la gota, ciática).

Contribución de la MNT a la lucha contra la fragilidad de los ecosistemas

El abuso tecnológico y terapéutico, la expansión incontrolable de gastos en recursos que pueden ser sustituidos por otros menos dañinos y la iatrogenia provocada por esta desmedida utilización de fármacos, tanto a humanos como a los ecosistemas con los que interactúan son elementos fehacientes que han suscitado preocupación y alerta en los organismos internacionales de salud, los cuales se han pronunciado al respecto.²⁰

La problemática ambiental cubana, está condicionada por una difícil situación económica, y caracterizada por un lado como una insuficiente conciencia ambiental de los actores económicos y sociales, y por otro, por una también insuficiente aplicación de una política que en la práctica integre la dimensión ambiental a los procesos de desarrollo. Es por ello que se requiere de un manejo basado en la armonía entre la conservación de las conquistas sociales alcanzadas y la protección sostenible de los recursos naturales, y para ello se necesita una población capacitada, que conscientemente incorpore a la vida cotidiana la dimensión ambiental.²¹

Los principales problemas ambientales de Cuba, debidamente identificados en la estrategia ambiental nacional son: la degradación de los suelos, el deterioro del saneamiento y de las condiciones ambientales en asentamientos humanos, contaminación de las aguas terrestres y marinas, deforestación y pérdida de la diversidad biológica y la insuficiente e ineficiente educación ambiental.²²

El principal problema para lograr una mayor incorporación de la MNT es la falta del personal especializado que facilite orientación específica propiciadora del conocimiento mínimo indispensable para su utilización en las comunidades, que es donde deben desarrollarse las acciones encaminadas a preservar y reutilizar los ecosistemas.²³

CONCLUSIONES

La medicina tradicional es reconocida hoy como un recurso fundamental para la salud de millones de seres humanos, un acervo de información, recursos y prácticas para el desarrollo y el bienestar, y un factor de identidad de numerosos pueblos del planeta. La MNT es la expresión en Cuba de sistemas médicos tradicionales y terapias que emplean productos naturales o que inducen la compensación endógena de las dolencias humanas, con un abordaje holístico y una concepción del mundo sistémica, tan basada en las ciencias contemporáneas como la biomedicina, que tiene un abordaje reduccionista y una concepción del mundo simplificada. Ambos abordajes son complementarios y válidos en sus respectivos dominios de la realidad. La integración entre la Medicina Natural y Tradicional y la Medicina Convencional en el sistema de salud cubano no es solo posible sino también oportuna.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Estrategia de la OMS Sobre Medicina Tradicional 2017. Ginebra: OMS; 2017 [citado 29 abr 2021]. Disponible en: http://new.paho.org/bra/index.php?option=com_docman&task=doc_download&gid=796&Itemid=423
2. Rojas Ochoa F, Silva Ayçaguer LC, Sansó Soberats F, Alonso Galbán P. El debate sobre la medicina natural y tradicional y sus implicaciones para la Salud Pública. Rev Cubana Salud Pública. 2019;39(1):107-23.
3. Vacca C, Vargas C, Cañas M, Reveiz L. Publicidad y promoción de medicamentos: regulaciones y grado de acatamiento en cinco países de América Latina. Rev Panam Salud Pública [Internet]. 2020 [citado 29 abr 2021];29(2). Disponible en: http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S102049892011000200002&lng=es&nrm=iso&tlng=es
4. Cabrera Cabrera C, Hernández Navarro M, Reyes Hernández HF, Morales Molina X. Acciones didácticas dirigidas a contribuir a la formación de las habilidades observar y describir en la asignatura histología I. Gac Med Espirituana [Internet]. 2017 [citado 29 abr 2021];7(3). Disponible en: [http://bvs.sld.cu/revistas/gme/pub/vol.7.\(3\)_05/p5.html](http://bvs.sld.cu/revistas/gme/pub/vol.7.(3)_05/p5.html)
5. Pérez OF. De los albores a los albores. Un recorrido por la historia de la Medicina. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2019.
6. Ilizástigui Dupuy F. El método clínico: muerte y resurrección. Educ Med Super. 2018;14(2):109-27.

7. Shannon S, Weil A, Kaplan BJ. Medical Decision Making in Integrative Medicine: Safety, Efficacy, and Patient Preference. *Alternat Complemen therapies*. 2019;17(2):84-91.
8. Galland L. A new definition of patient centered medicine. En: Kliger B, Lee R, editores. *Integrative Medicine: principles for practice*. New York: McGraw and Hill; 2017. p. 71-101.
9. Lee R, Kliger B, Shiflett S. Integrative Medicine: basic principles. En: Kliger B, Lee R, editores. *Integrative Medicine: principles for practice*. New York: McGraw and Hill; 2020. p. 3-23.
10. Montano Luna JA, Gómez Padrón EI, Rodríguez Milera JD, et al. El tutor en el proceso de formación del especialista de Medicina General Integral. *Educ Med Super* [Internet]. 2016 Jun [citado 29 abr 2021];25(2):1-16. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086421412011000200001&lng=es
11. García Mangas JA. Evaluación de la aptitud clínica en residentes de medicina familiar [Internet]. *Medigrafic*; 2019 [citado 29 abr 2021]. Disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/imss/im-2003/im036e.pdf>
12. Morón Rodríguez FJ. La medicina tradicional y natural en el sistema nacional de salud en Cuba. *Rev Cubana Plant Med* [Internet]. 2019 [citado 29 abr 2021]; 14(4). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S102847962009000400001&lng=es
13. Rojas Ochoa F. La salud pública revolucionaria cubana en su aniversario 50. *Rev Cubana Salud Pública* [Internet]. 2019 [citado 29 abr 2021];35(1). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086434662009000100003&lng=es&nrm=
14. García Rodríguez JF. El pensamiento complejo como método de estudio de la salud. García Rodríguez JF, Betancourt JA, editores. Tabasco: Dirección de Calidad y Enseñanza en Salud; 2017.
15. Zúñiga Monier B, Caballero Orduño A. La medicina tradicional y natural y los ensayos clínicos: un reto de las ciencias médicas en el siglo XXI. *MEDISAN* .

2016;20(4):578-85. [citado 29 abr 2021]. Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192016000400019&lng=es

16. Pulsan A, García Collado M, Fernández Ortega M, Torres Quiala M. Fitoterapia y apiterapia en la obra de José Martí. Revista Información Científica. 2017;92(4):945-55. [citado 29 abr 2021]. Disponible en:
<http://www.revinfoinformatica.sld.cu/index.php/ric/article/view/212/1384>

17. Ecured. Medicina Natural y Tradicional en Cuba. Ecured: Enciclopedia cubana. 2017. [citado 29 abr 2021]. Disponible en:
https://www.ecured.cu/Medicina_tradicional_y_natural_en_Cuba

18. Álvares Díaz TA, Tosar Pérez MA, Echemendía Sáliz C. Medicina Tradicional China. Acupuntura, moxibustión y medicina herbolaria. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2017. [citado 29 abr 2021]. Disponible en: Disponible en:
http://www.bvs.sld.cu/libros/medicina_tradicional_china/indice_p.htm

19. Martínez Sánchez LM, Martínez Domínguez GI, Molina Valencia JL, Vallejo Agudel EO, Gallego González D, Pérez Palacio MI, et al. Uso de terapias alternativas y complementarias en pacientes con dolor crónico en una institución hospitalaria, Medellín, Colombia. 2016;23(6):280-6. [citado 29 abr 2021]. Disponible en:
http://biblioteca.universia.net/html_bura/ficha/params/title/uso-terapias-alternativas-complementarias-pacientes-dolor-cronico-institucion-hospitalaria-medellin/id/69686422.html

20. OPS/OMS Cuba - Medicina Natural y Tradicional. Apiterapia. 2017. [citado 29 abr 2021]. Disponible en:
http://www.paho.org/cub/index.php?option=com_docman&task=doc_download&gid=930&Itemid=226

21. Sociedad Colombiana de Apiterapia. ¿Por qué la miel de abejas nativas de Colombia puede contribuir a mejorar y salvar vidas? Comunicados de prensa, Diabetes, Gastritis, Heridas, Hipertensión. 2017. [citado 29 abr 2021]. Disponible en:
<https://apiterapia.com.co/miel-de-abejas-nativas/>

22. Barrera Miclín R, Kindelán Barrera R. Utilización de la Medicina Natural y Tradicional en pacientes tratados por Ortodoncia con afecciones de la mucosa oral.

Revhabancienméd. 2014;13(3):466-74. [citado 29 abr 2021]. Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2014000300012&lng=es

23. Anastore. Los beneficios de la miel. Dossier Medicinal. 2017. [citado 22 Mar 2021]. Disponible en:
https://es.anastore.com/downloads/melical/dossier_melical_ES.pdf