



## La medicina natural y tradicional en el tratamiento de enfermedades respiratorias en el adulto mayor

*Natural and traditional medicine in the treatment of respiratory diseases in the elderly*

Oxalys Roxana Aller Lahera<sup>1</sup> [oxalysroxana@gmail.com](mailto:oxalysroxana@gmail.com)  
<https://orcid.org/0000-0002-1388-201X>

Mirulaidés Lahera Basulto<sup>2</sup> [mirulaideslahera@gmail.com](mailto:mirulaideslahera@gmail.com)  
<https://orcid.org/0000-0002-3439-2458>

<sup>1</sup>Estudiante de 2do año de Medicina. Facultad de Ciencias Médicas. Universidad de Ciencias Médicas de Camagüey. Camagüey, Cuba.

<sup>2</sup>Licenciada en Enfermería, Máster en Longevidad Satisfactoria, Profesor Asistente, Aspirante a investigador, Facultad Tecnológica. Universidad de Ciencias Médicas de Camagüey. Camagüey, Cuba.

\* Correspondencia. Correo electrónico: [oxalysroxana@gmail.com](mailto:oxalysroxana@gmail.com)

---

### RESUMEN

**Introducción:** La medicina natural y tradicional forma parte del acervo cultural de los pueblos, y se ha desarrollado en cada región del mundo con características propias, tomando la idiosincrasia de sus habitantes.

**Objetivo:** Describir las técnicas de la medicina natural y tradicional utilizadas en el tratamiento de las enfermedades respiratorias en el adulto mayor.

**Métodos:** se realizó una revisión de 28 bibliografías, en el período comprendido entre enero y abril de 2022, en diferentes bases de datos como Hinary, SciELO, Ebsco y PubMed, además de consultar libros de Medicina Natural y Tradicional que se encuentran disponibles en la biblioteca del centro.

**Resultados:** El uso de la medicina natural y tradicional constituye una alternativa válida y habitual para aliviar multitud de patologías, de acuerdo a la eficacia y las acciones farmacológicas demostradas siendo una de las bases de la medicina alternativa.

**Conclusiones:** La Medicina Natural y Tradicional muestra ser una poderosa herramienta para el tratamiento de diversas enfermedades y constituye un pilar fundamental para el ejercicio de la práctica clínica, en ella se utilizan procedimientos curativos milenarios que han soportado el paso de varias generaciones y mantienen su vigencia para el bien de todos los que la consideran un recurso más dentro del quehacer médico.

**Palabras claves:** medicina natural y tradicional, envejecimiento, fitoterapia, tratamiento.

---

## ABSTRACT

**Introduction:** Natural and traditional medicine is part of the cultural heritage of the peoples, and has been developed in each region of the world with its own characteristics, taking the idiosyncrasy of its inhabitants.

**Objective:** To describe the techniques of natural and traditional medicine used in the treatment of respiratory diseases in the elderly.

**Methods:** a review of 28 bibliographies was carried out, in the period between January and April 2022, in different databases such as Hinary, SciELO, Ebsco and PubMed, in addition to consulting Natural and Traditional Medicine books that are available in the center library.

**Results:** The use of natural and traditional medicine constitutes a valid and habitual alternative to alleviate a multitude of pathologies, according to the efficacy and pharmacological actions demonstrated, being one of the bases of alternative medicine.

**Conclusions:** Natural and Traditional Medicine proves to be a powerful tool for the treatment of various diseases and constitutes a fundamental pillar for the exercise of clinical practice, in which ancient healing procedures are used that have endured the passage of several generations and maintain their validity. for the good of all those who consider it another resource within the medical field.

**Keywords:** natural and traditional medicine, aging, phytotherapy, treatment.

---

## INTRODUCCIÓN

El envejecimiento de la población se considera uno de los logros más importantes de la humanidad, éste se produce de forma paulatina y en él intervienen la fecundidad, mortalidad y las migraciones, variables que en acción combinada en el tiempo determinan el crecimiento y la estructura por edades de la población.

Según cálculos de las Naciones Unidas, hoy existen 600 millones de personas mayores de 60 años en el mundo, cifra que se duplicará para el 2025; se estima que para el 2050 se contará con más personas mayores de 60 años que con niños menores de 15 años. Este mismo comportamiento se evidenciará en todos los países de la región.<sup>1</sup> Se estima que Cuba sea la nación más envejecida de América Latina para el 2025; actualmente posee 15,8 % de personas de 60 y más años en el total de su población, lo cual denota aumento en la expectativa de vida y el envejecimiento poblacional.<sup>2</sup> Este aumento de adultos mayores establece, una indiscutible relevancia de enfermedades que son características de la llamada tercera edad, las más frecuentes son enfermedades neurodegenerativas, traumáticas, coronarias y respiratorias.<sup>3</sup> Los cambios fisiológicos que ocurren con el envejecimiento afectan al sistema respiratorio, expuesto constantemente a contaminantes y agresores del ambiente, desarrollando grandes cambios a nivel estructural y funcional. Estos cambios predisponen a las enfermedades respiratorias que se encuentran dentro de las primeras causas de mortalidad en adultos mayores.<sup>4</sup> Las enfermedades respiratorias son las principales causas de muerte y discapacidad en el mundo y se encuentran además, entre las razones más frecuentes para consulta médica o de ingreso a un establecimiento sanitario. El Foro de las Sociedades Respiratorias Internacionales en el informe del 2017, cataloga a las infecciones respiratorias agudas de las vías inferiores y la neumonía, como una de las principales causas de muerte en el mundo, con más de 4 millones de muertes al año.<sup>5</sup> Según Morocho Arias y Orellana Bermeo, el asma bronquial, la neumonía y la bronquitis son las enfermedades respiratorias más frecuentes en los ancianos.<sup>6</sup> La medicina natural y tradicional forma parte del acervo cultural de los pueblos, y se ha desarrollado en cada región del mundo con características propias, tomando la idiosincrasia de sus habitantes; por tanto, el resultado es una evolución lenta, pero avalada por la experiencia práctica.<sup>7</sup>

El origen de la medicina natural y tradicional está íntimamente unido al de la humanidad y a la historia del hombre en su lucha por la supervivencia. Está considerada como la especialidad que incluye un conjunto de métodos y técnicas terapéuticas que consisten en restablecer el equilibrio en el individuo y entre él y el universo.<sup>8</sup>

Tratar las afecciones respiratorias mediante las diferentes técnicas de la Medicina Natural y Tradicional tiene una gran importancia, al igual que constituye una herramienta útil en el quehacer diario de los profesionales de salud. Debido a la importancia que engloba este tema el objetivo de la presente investigación es Describir las técnicas de la medicina natural y tradicional utilizadas en el tratamiento de las enfermedades respiratorias en el adulto mayor.

## **MÉTODOS**

Se realizó una revisión de 28 bibliografías, en el período comprendido entre enero y abril de 2022, en diferentes bases de datos como Hinary, SciELO, Ebsco, ClinicalKey y PubMed, además de consultar libros de Medicina Natural y Tradicional que se encuentran disponibles en la biblioteca del centro.

## DESARROLLO

La medicina natural y tradicional constituye una concepción holística que ubica al individuo en su relación con otros hombres y con la naturaleza. Son variados los métodos y recursos de esta forma terapéutica.<sup>9</sup> Entre las ramas de la medicina natural y tradicional figuran: Homeopatía, Medicina física, Dietoterapia o tratamiento dietético, Acupuntura, Terapia floral y Fitoterapia.<sup>10</sup> Estas tienen como objetivo realizar acciones de promoción, prevención, curación y rehabilitación con el propósito de contribuir a mejorar el estado de salud de la población.<sup>9</sup> La acupuntura es parte de la Medicina Tradicional China y de los países del extremo oriente, y se extendió desde hace más de un siglo a todo el mundo occidental. Es la medicina más antigua de todos los tiempos. Nació y se desarrolló en China hace más de 3000 años, en el Valle del Huang-Ho o Río Amarillo. Otros países asiáticos en donde se desarrolló la acupuntura fueron Corea y Vietnam.

En Occidente, los jesuitas misioneros de la corte de Luis XIV de Francia visitaron China y acuñaron el nombre acupuntura (acus: aguja y puntura: punción). En 1809, Berlioz coloca la primera aguja, se extiende la práctica por toda Europa y actualmente se practica en Alemania, Austria, Rumania, Checoslovaquia, Suecia, Bélgica, Inglaterra, Italia y Rusia.<sup>11</sup> La Organización Mundial de la Salud conceptualiza la Medicina tradicional y medicina complementaria o alternativa: como un término general que abarca diversas formas de medicina autóctona y los sistemas de medicina tradicional como la medicina tradicional china, la medicina ayurvédica de la India y la medicina unani árabe. La medicina tradicional puede basarse principalmente en la medicación, administración de medicamentos herbarios, partes de animales o minerales o en intervenciones, sin recurrir a la medicación, como sucede con la acupuntura.

En los países donde predomina la medicina alopática o donde la medicina tradicional no se ha incorporado en el sistema nacional de asistencia sanitaria, suele llamársele medicina “complementaria”, “alternativa” o “no convencional”.<sup>12</sup>

La acupuntura y la homeopatía, junto a la fitoterapia, apiterapia, terapia floral, ozonoterapia, entre otras, son considerados tratamientos alternativos, naturales o tradicionales. Estas modalidades asocian la dolencia con el desbalance o la desarmonía energética del ser humano y su finalidad es contribuir a restaurar la armonía en este. Aunque desde diferentes enfoques, actúan en todos los niveles de organización del organismo para repararlo o lograr la adaptación a nuevas condiciones de vida y salud.<sup>13</sup>

La Medicina Tradicional y Natural en Cuba es una disciplina de perfil amplio integrada al Sistema Nacional de Salud que ha incorporado de manera conveniente un grupo de modalidades terapéuticas. En el año 1992 el MINSAP publicó la Guía Terapéutica Dispensarial de Fitofármacos y Apifármacos, que fue perfeccionada en el año 2010, la que establece oficialmente las bases técnicas para la producción y los usos de dichos medicamentos. En 1993 se promulgó la Directiva 8, que constituyó la primera regulación para la implementación de la medicina natural y tradicional en el país.<sup>14</sup> La medicina cubana incorporó la

fitoterapia al Programa Nacional de Medicamentos como una alternativa dentro de la terapéutica. Promoviendo el uso racional de este tipo de medicamentos.<sup>15</sup>

En Cuba, el Ministerio de Salud Pública ha desarrollado un grupo de tareas encaminadas a lograr potenciar el Programa Nacional de Desarrollo de la medicina natural y tradicional, el cual involucra además a otros organismos de la Administración Central del Estado, así como otras instituciones y organizaciones políticas y de masas. Un elemento prioritario ha sido el de la producción, comercialización y uso racional de los productos naturales.<sup>16</sup>

La Medicina Natural y Tradicional constituye un pilar fundamental para el ejercicio de la práctica clínica, en ella se utilizan procedimientos curativos milenarios que han soportado el paso de varias generaciones y mantienen su vigencia para el bien de todos los que la consideran un recurso más dentro del quehacer médico.<sup>9</sup>

La integración de los recursos terapéuticos de la Medicina Tradicional y Natural para la prevención, tratamiento y rehabilitación de un importante número de patologías, se ha desarrollado de forma sostenida y sistemática en nuestro país, desde su incorporación en el Sistema Nacional de Salud.<sup>17</sup> La medicina tradicional es una realidad presente en todo el mundo. Como su nombre indica, forma parte del patrimonio cultural de cada país y emplea prácticas que se han transmitido de una generación a otra desde centenares de años antes del desarrollo de nuestra medicina actual.<sup>18</sup> El empleo de la medicina natural y tradicional incluye la utilización de plantas, animales y/o minerales, terapias espirituales, técnicas manuales y/o ejercicios que pueden ser aplicados de forma individual, o en combinación para el tratamiento y prevención de enfermedades.<sup>19</sup>

### **Medicina natural y tradicional en las enfermedades respiratorias**

La medicina herbolaria acompaña al hombre desde la antigüedad. El uso de productos naturales para la cura de enfermedades tiene antecedentes en casi todas las culturas conocidas.<sup>19</sup>

El incremento de las terapias naturales y en especial de los medicamentos herbarios debe ir acompañado de la seguridad y la calidad requerida en su confección, así como de uso racional de tales productos. Algunas plantas han sido utilizadas en el control y prevención de enfermedades respiratorias. Es importante el rescate de nuestras tradiciones étnicas para el logro de una salud integral y donde las plantas medicinales sin duda alguna constituyen una alternativa de vida al alcance de todos. La atención primaria de salud es la encargada de estimular la utilidad potencial de estas, como uno de los pilares básicos sobre los que debe sustentarse esta atención. Por cuanto es posible generalizar el uso de fitofármacos por su fácil adquisición, su poco costo y su disponibilidad al alcance de todos. También constituye una herramienta de trabajo para el médico de la familia.<sup>20</sup> La Medicina Natural y Tradicional reafirma la integralidad del enfoque médico, incorpora enfoques preventivos de las enfermedades y ofrece herramientas terapéuticas y de rehabilitación para muchos problemas de salud, tanto agudos como crónicos.<sup>8</sup> El uso de las plantas

medicinales se remonta a la antigüedad y son la fuente de muchos de los medicamentos de uso actual, éstas han probado su eficacia en múltiples enfermedades.<sup>21</sup>

## **Fitoterapia**

La fitoterapia es el tratamiento médico para curar o prevenir enfermedades con el uso de las plantas en sus diversos preparados. Como vertiente de la medicina natural y tradicional, es la más universal, pues aparece en todas las culturas aunque con sus particularidades, ya que cada zona geográfica tiene su flora autóctona. Asimismo, el empleo de los fitofármacos es muy económico y no requiere de un profesional especializado en el momento de su administración.<sup>18</sup> La Fitoterapia, conocida también como medicina verde o medicina natural, es la ciencia que estudia la utilización de los productos de origen vegetal con fines terapéuticos. Es la encargada del estudio de las propiedades y las aplicaciones medicinales de las plantas y sus extractos. 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.<sup>22</sup> Los fitofármacos son utilizados e indicados con frecuencia y las afecciones respiratorias son las enfermedades más tratadas con estos medicamentos, siendo los jarabes los más utilizados e indicados.<sup>22</sup>

Los fitofármacos son los más conocidos y usados por los ancianos y la población en general, dentro de las plantas más utilizadas en Cuba se encuentran .El plantago mayor y plantago menor conocido como llantén se utilizan las hojas, espiga de flores y semillas en decocción y sirve para la tos en la bronquitis y otras enfermedades de las vías respiratorias altas por sus efectos antiinflamatorios. El zingiber officinale o comúnmente jengibre se usa la raíz por sus propiedades antivirales, expectorantes, antitusivas, antiinflamatorias y antibióticas que ayudan a combatir los resfriados, gripes y tos con flemas. El ajo es un antibiótico natural que refuerza el sistema inmunológico contra los virus. Se puede utilizar en infusión que ayuda a calmar la tos, despejar los bronquios y descongestionar. Las gárgaras de infusiones de plantas antisépticas como salvia, manzanilla, limón, menta y tomillo tibias pueden aliviar la irritación de la garganta. El aloe vera en jarabe tiene acción antiinflamatoria sobre los bronquios dados por el efecto modulador de la inflamación aguda al disminuir la vascularización y la cantidad de células cebadas en los tejidos dañados.<sup>4</sup>

## **Apiterapia**

La apiterapia también es una de las modalidades de la medicina natural y tradicional 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.<sup>23</sup> Su empleo como sustancia terapéutica ha sido

retomada 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.<sup>24</sup>

## **Homeopatía**

La homeopatía es una medicina alternativa que pretende la curación por lo similar, en vez de atacar la causa de una enfermedad mediante un producto antagonista. Cuba ha sido uno de los países que ha puesto en alto el nombre de la misma, a través del PrevengHo@Vir. Este preparado homeopático, creado en Cuba y aprobado por el Centro para el Control Estatal de Medicamentos, Equipos y Dispositivos Médicos, se presentó 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.<sup>25</sup>

## **Ozonoterapia**

La ozonoterapia es la terapia realizada con ozono. Su empleo mejora la calidad de vida y normaliza las funciones básicas de nuestro ecosistema, puede ser aplicada en forma individual o complementario con otras terapias, actuando de forma sinérgica. El ozono posee propiedades antivíricas, antiinfecciosas, antimicóticas, antibacterianas y antiinflamatorias. Su aplicación tiene efectos beneficiosos en el organismo. Dentro de sus indicaciones está el empleo en infecciones virales, bacterianas y micóticas por su acción germicida. Podemos resumir que la ozonoterapia hace que los procesos fisiológicos normales del organismo trabajen con eficiencia, optimizándolos y retardando el deterioro que se produce con el envejecimiento. Gracias a estas propiedades, el ozono puede aplicarse en varias enfermedades y es un gran aliado para conseguir resultados más rápidos, duraderos y mejores.<sup>26</sup>

## **Hidroterapia**

Es bien conocido que el agua es el mejor expectorante que existe y por eso es recomendado en la mayoría de las afecciones respiratorias, incrementar el consumo de esta para fluidificar las secreciones.<sup>26</sup>

## **Acupuntura**

Es una técnica milenaria de la Medicina Tradicional China que forma parte del grupo de las estrategias no farmacológicas y ha sido propuesta como una terapia complementaria para el control de las enfermedades crónicas no transmisibles por la Organización Mundial de la Salud. La Acupuntura es una modalidad terapéutica de la medicina natural y tradicional que, a través de la estimulación de puntos específicos del cuerpo, llamados puntos de acupuntura, promueve la autorregulación orgánica para combatir las varias condiciones de salud/enfermedades.<sup>9</sup>Dentro de sus efectos beneficiosos, se describe la neutralización de la fiebre, regula la temperatura del organismo, sirve para tratar

el estreñimiento, las diarreas, la pérdida de la conciencia, el insomnio, actúa en la remisión del dolor, influye en las funciones respiratorias, cardíacas y renales, estimula la acción de las glándulas endocrinas y del sistema inmunológico.<sup>26</sup>

## **CONSEJOS**

### **Para hacer una infusión o cocimiento es necesario**

- Hervir el agua.
- Utilizar utensilios de acero inoxidable o de barro.
- Evite utilizar vasija de aluminio, ya que este metal puede reaccionar en forma tóxica al entrar con los compuestos químicos de ciertas plantas al entrar en calor.
- Cuando se utilizan tejidos más duros o resistentes como madera, corteza, raíz o semilla deben prepararse como cocimiento (té hervido), mientras que las preparaciones a partir de órganos más frágiles como hojas y flores se recomiendan en forma de infusión.
  - Las partes no resistentes de las plantas como: hojas, flores al ser utilizadas y los vegetales y frutas, deben lavarse con agua y si es posible con jabón.
  - Las partes más resistentes como tallos, raíces, corteza deben lavarse con jabón y frotarse con un cepillo, pues en la mayoría de los materiales se encuentran residuos contaminantes de animales, como materia fecales y otras sustancias.<sup>27</sup>

### **Recomendaciones para la aplicación de la fitoterapia.<sup>28</sup>**

Entre las recomendaciones para la aplicación de la fitoterapia en sus diferentes formas se orienta:

- Tener conocimientos de las plantas.
- Apoyarse en personas que tengan experiencias.
- Su uso no debe ser indiscriminado.
- El personal de la salud debe tener en cuenta la divulgación de algunos productos para su uso. Serán utilizados aquellos productos naturales orientados por el Minsap y que ya fueron sometidos a un proceso de investigación y se conocen sus acciones farmacológicas y toxicidad, contraindicaciones, vía de administración, dosificación, formulación y almacenamiento.

Escoger plantas medicinales que no estén contaminadas (sanas, limpias) y que no tengan sustancias extrañas.

- Lavar las plantas para eliminar polvo, tierra.
- Conocer época de recolección y grado de maduración de la misma, si son plantas secas o adquiridas en almacenes.
- Que estén identificadas y rotuladas.
- Protegerlas en frascos de cristal con tapa o nailon para que no sean tocadas por insectos y roedores.

## CONCLUSIONES

Las técnicas de la Medicina Natural y Tradicional son muy diversas. La Medicina Natural y Tradicional muestra ser una poderosa herramienta para el tratamiento de diversas enfermedades y son utilizadas en el tratamiento de las patologías respiratorias en el adulto mayor con grandes beneficios. La Medicina Natural y Tradicional constituye un pilar fundamental para el ejercicio de la práctica clínica, en ella se utilizan procedimientos curativos milenarios que han soportado el paso de varias generaciones y mantienen su vigencia para el bien de todos los que la consideran un recurso más dentro del quehacer médico.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1 Roig-Hechavarría C, Ávila-Fernández E, Mac Donal Bron D, Ávil -Fernández B. La atención al Adulto mayor: un reto para la medicina contemporánea. Rev Cubana Med Gen Integr [Internet]. 2015 [citado 04 Mar 2022]; 31(3): [aprox. 7 p.]. Disponible en: [http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S086421252015000300009&lng=es](http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086421252015000300009&lng=es).
- 2 Valdés-Gómez Y, Irizar-Hernández JL, Jiménez-Salazar D, Delgado-Guerra A. Influencia del proyecto bioenergético Ne Jigo Zen Do en adultos mayores. MEDISAN [Internet]. 2016 [citado 04 Mar 2022]; 20(1): [aprox. 11 p.]. Disponible en: [http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S102930192016000100009&lng=es](http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S102930192016000100009&lng=es).
- 3 Nieto-Gutiérrez W, Téllez- WA. Pacheco NV, Aguirre -Tipismana L, Zevallos-Morales A, Taype- Rondan A. Características de patentes de dispositivos para rehabilitación física registradas en los Estados Unidos. Rev haban cienc méd [Internet]. 2019 [citado 16 mar 2022]; 18(2):346-356. Disponible en: <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/2416>
- 4 Morocho-Arias-MD, Orellana-Bermeo RV. Uso de plantas medicinales como tratamiento de soporte para los problemas respiratorios en adultos mayores. [Internet]. 2019 [citado 16 mar 2022]; Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/34163>
- 5 Hechavarría -Torres-M, García-Céspedes ME, Tosar-Pérez-MA. Referentes históricos de la medicina natural y tradicional para la formación del residente de medicina interna. MEDISAN [Internet]. 2021 Abr [citado 22 Mar 2022 ]; 25(2): 489-506. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30192021000200489&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192021000200489&lng=es)
- 6 Ministerio de Salud Pública. AliviHo-Asma. En: Guía para la prescripción de productos naturales. La Habana: ECIMED; 2014. p. 13-4.
- 7 Barbán -Cordovi-M, Paneque- Ferrer Y, Ledea- Capote E. Efectividad del tratamiento con acupuntura en la Hipertensión Arterial. MULTIMED [Internet].2019 [citado 2 mar 2022]; 23(6): [aprox. 10 p.]. Disponible en: <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/1423>

- 8 Betancourt-Pulsan A, García-Collado M, Fernández-Ortega M, Torres-Quiala M, Sánchez-García A. Fitoterapia y apiterapia en la obra de José Martí. Revista Información Científica [Internet]. 2015 [citado 29 Mar 2022]; 92(4): [aprox. 10 p.]. Disponible en: <http://www.revinfcientifica.sld.cu/index.php/ric/article/view/212/1384>
- 9 Vitón-Castillo A, Lazo-Herrera L, Fundora-González C, Báez-Pérez O. Aplicación de la Medicina Natural y Tradicional en el tratamiento de la hipertensión arterial. Progaleno [Internet]. 2019 [citado 29 Mar 2022]; 2 (3) : (aprox. 12 p.). Disponible en: <http://www.revprogaleno.sld.cu/index.hph/progaleno/article/view/1>
- 10 Horta-Rivero E, Galindo-Rivero Y, Espinosa-Téllez Z, Llanes-Mesa L. Homeopatía: aplicaciones a la medicina. Progaleno [Internet]. 2021 [citado 29 Mar 2022]; 4 (2) : (aprox. 19 p.). Disponible en: <http://www.revprogaleno.sld.cu/index.hph/progaleno/article/view/2>
- 11 Alonso-Méndez HC, Acosta-Buergo JA. Algunas reflexiones sobre la ética de la Medicina Tradicional China en la Medicina Tradicional y Natural en Cuba. Revista Cubana de Medicina Natural y Tradicional. [Internet]. 2018 [citado 29 Mar 2022]; 2(1). Disponible en: <http://revmnt.sld.cu/index.php/rmnt/article/view/40/45>
- 12 Gallegos-Zurita M, Castro-Posligua A, Mazacon-Mora M, Salazar-Carranza L, Zambrano-Bacuso M. Plantas medicinales, su uso en afecciones respiratorias en comunidades rurales, provincia Los Ríos –Ecuador. JSR [Internet]. 2021 [citado 1 de mar de 2022]; 6(2). Disponible en: <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/sr/article/view//1186>
- 13 García- Millian A, López -Puig P, Alonso- Carbonell L, Perdomo-Delgado J, Segredo -Pérez A. Integración de la medicina natural y tradicional cubana en el sistema de salud. Revista Cubana de Salud Pública [Internet]. 2019 [citado 25 Mar 2022] ; 45( 2 ) Disponible en: <http://www.revsaludpublica.sld.cu/index.php/spu/article/view/1168>
- 14 Benítez- Azahares, GD. La integración física, química, biológica y geográfica en el uso de la Medicina Natural y Tradicional. Ciencia Futuro. [Internet]. 2020 [citado 2022 Mar 25] ; 10(4) Disponible en: <http://revista.ismm.edu/index.php/revistaestudiantil/article/view/2005>
- 15 Bell-Badell I, Agüero-Sánchez O, Cisse A, Mohltsane M. Conocimientos y percepciones sobre fitoterapia en profesores y estudiantes de la Escuela Latinoamericana de Medicina. Panorama. Cuba y Salud [Internet]. 2017 [citado 29 Mar 2022]; 12 (3): [aprox. 7 p.]. Disponible en: <http://www.revpanorama.sld.cu/index.php/panorama/article/view/6447>
- 16 Ministerio de Salud Pública. Guía para la prescripción de productos naturales. ECIMED: La Habana; 2014.
- 17 Roca Goderich, R. Principios de la medicina natural y tradicional. En Temas de Medicina Interna. La Habana: Editorial Ciencias Médicas. 2017.
- 18 Martínez-García M. Medicina natural y tradicional en la Atención Primaria de Salud. Medisur [Internet]. 2018 [citado 30 mar 2022]; 16(5): [aprox. 2 p.]. Disponible en: <http://medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/3916>
- 19 García- Milian AJ, Ruiz -Salvador AK, Alonso -Carbonell L. Perfil de seguridad de fitofármacos en Cuba. HS [Internet]. 2015 [citado 27 mar 2022]; 14(3):80-6. Disponible en: <https://revistas.ujat.mx/index.php/horizonte/article/view/969>
- 20 González- Hernández R. Fitofármacos: una alternativa de salud durante la COVID-19. Revista Cubana de Plantas Medicinales [Internet]. 2021 [citado 1

- Abr 2022];25(4) Disponible en: <http://www.revplantasmedicinales.sld.cu/index.php/pla/article/view>
- 21 Martínez -Pérez J, Bermúdez- Cordoví L, Cruz- Paz Z, Falcón -Diéguez Y. Efectividad de la combinación medicamentos/auriculoterapia/ fitoterapia en el tratamiento de pacientes con hipertensión arterial. Revista Electrónica Dr. Zoilo E. Marinello Vidarrueta [Internet]. 2015 [citado 2 Abr 2022]; 40(11): [aprox. 15 p.]. Disponible en: <http://revzoilomarinello.sld.cu/index.php/zmv/article/view/349>
  - 22 Álvarez Díaz TA, Tosar Pérez MA, Echemendía Sálix C. Medicina Tradicional China. Acupuntura, moxibustión y medicina herbolaria. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2017.
  - 23 Martínez -Sánchez LM, Martínez -Domínguez GI, Molina -Valencia JL, Vallejo -Agudelo 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. 2014. Rev.Soc.Esp.Dolor [Internet]. 2016 [citado 2 Abr 2022];23(6):280-286.Disponible en: <http://dx.doi.org/10.20986/resed.2016.3451/2016>
  - 24 Barrera -Miclín R, Kindelán- Barrera R. Utilización de la Medicina Natural y Tradicional en pacientes tratados por Ortodoncia con afecciones de la mucosa oral. Rev haban cienc méd. [Internet]. 2014[citado 2 Abr 2022]; 13(3): [aprox. 0 p.]. Disponible en: <http://revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/401>
  - 25 Rojas-Silva O, Pavón-Rojas A, Cisnero-Reyes L, Escalona-González S, Pérez-Gutiérrez G. La Medicina Natural y Tradicional en la prevención y el tratamiento de la COVID-19. Revista Médica Electrónica [Internet]. 2022 [citado 25 Mar 2022]; 44 (1): [aprox. 10 p.]. Disponible en: <http://www.revmedicaelectronica.sld.cu/index.php/rme/article/view/4357>
  - 26 Plaín-Pazos C, Pérez-de-Alejo-Plain A, Rivero-Viera Y. La Medicina Natural y Tradicional como tratamiento alternativo de múltiples enfermedades. Revista Cubana de Medicina General Integral [Internet]. 2019 [citado 25 Mar 2022]; 35 (2) Disponible en: <http://www.revmgj.sld.cu/index.php/mgj/article/view/754>
  - 27 Varela- López A, Alvares- Mesías J, Argüello- Bravo A, Banda- Córdova B, Gutiérrez Pallo D, Moreno- Villareal CE, et al. VIII Congreso Nacional de Apicultura. Ars Pharm. [Internet]. 2016 [citado 2 abril 2022]; 57(2): Disponible en: <http://revistaseug.ugr.es/index.php/ars>
  - 28 Colectivo de autores. Enfermería familiar y social. La Habana, Cuba. Editorial Ciencias Médicas;2004