

**Catedrático:** Dr. Sergio Jiménez Ruiz

**Materia:** Interculturalidad y Salud II

**Trabajo:** Fangoterapia

**Nombre de la alumna:** Luz Angeles Jiménez Chamec

**Licenciatura:** Medicina humana    **Semestre:** 2°

**Fecha:** 05 de marzo del 2021

# Fangoterapia

## El regreso de las medicinas alternativas

Tras la todopoderosa era científica, volvemos a confiar en las medicinas naturales actualmente definidas como medicinas alternativas.

La naturaleza nos ha creado y, además ha puesto a nuestra disposición los remedios para todos nuestros males. Su primer don ha sido la tierra que pisamos todos los días y cuyas riquezas ignoramos en gran medida. Nacida de esta tierra, la arcilla es un remedio maravilloso que nos conviene conocer bien porque, como todas las demás sustancias del planeta y aunque no se trata de ninguna panacea, posee múltiples poderes y puede curar un gran número de afecciones, enfermedades y malestares de diversa índole. Actualmente, hacemos justicia volviendo a descubrir la arcilla.

## El uso interno de la arcilla

La arcilla, esa fuerza inteligente que actúa allí donde existe el mal y lo combate respetando el equilibrio sano del organismo, ya ha demostrado desde hace tiempo sus poderes cuando se aplica por vía interna. Conocer bien cómo se ha de utilizar es la verdadera garantía de su eficacia.

La arcilla puede ser utilizada por vía interna bajo tres formas: agua arcillosa, agua de arcilla y pastillas de arcilla.

## Los comprimidos

Estas pastillas se trabajan industrialmente pero conservan casi todas las propiedades de la arcilla.

Por lo tanto, no existen motivos para destacar sistemáticamente la arcilla industrial que, por su eficacia, puede constituir por sí misma la base de una terapia.

### El agua arcillosa

El agua arcillosa se tiene que preparar unas horas antes de su empleo, por ejemplo la noche anterior, para que la arcilla pueda reposar el tiempo necesario. Normalmente, la dosis diaria es de una cucharadita de café diluida en medio vaso de agua sin hervir. Podemos utilizar indistintamente el agua mineral o la del grifo. El vaso que contenga la solución arcillosa tiene que ser bastante grueso porque las propiedades radiactivas, producirían perjudicar un cristal fino. Por el mismo motivo, tenemos que evitar dejar cucharas de metal en contacto con la arcilla.

Tenemos que mezclar la dosis necesaria de arcilla con el agua y dejarla reposar. En los casos de afecciones gastrointestinales, esta dosis se puede aumentar a 2 o 3 cucharaditas de café al día.

La arcilla tiene que reposar entre un máximo de una noche y un mínimo de media hora antes de las comidas principales, y tiene que mezclarse de nuevo antes de ser consumida. También podemos tomarla por la noche, antes de acostarnos.

### El agua de arcilla

A diferencia del agua arcillosa, de la que se beben el agua y la arcilla, del agua de arcilla se bebe solamente el agua enriquecida con la presencia de la

arcilla que ha permanecido en el agua durante varias horas; el depósito de tierra formado por la arcilla se queda en el fondo del vaso. Tenemos que dejar reposar el agua con la arcilla durante una noche y luego beber solamente el agua, sin mezclarla otra vez.

### Las posibles reacciones

Durante los primeros días de la aplicación del tratamiento puede aparecer un ligero estreñimiento. En este caso es necesario disminuir la dosis de arcilla, espaciar las tomas, aumentar cada vez la cantidad de agua y fraccionar las dosis diarias en tres o cuatro veces, siempre una media hora antes de las comidas.

### Duración del tratamiento

En general se aconseja mantener la cura durante tres semanas, suspenderla durante ocho días y volver a empezar si se cree necesario. El tratamiento se puede prolongar incluso durante un largo periodo de tiempo, pero se tiene que respetar siempre el periodo de interrupción de una semana.

### Cómo actúa la arcilla

La arcilla tomada por vía interna actúa directamente sobre el organismo que la absorbe. La arcilla purifica, cicatriza, pero sobre todo estimula las defensas propias del organismo, como si independientemente de sus componentes, que solos no podrían producir estos efectos, se verificase una acción inexplicable, una dinámica misteriosa y al mismo tiempo irrefutable, creada e impulsada por la arcilla.

## Qué arcilla escoger

La arcilla es una tierra grasa que se encuentra aproximadamente a un metro de profundidad de la corteza terrestre. Se trata de la creta que utilizan los alfareros. Se presentan en muchos colores y es necesario encontrar el tipo que más se adapta a nuestro organismo. Los expertos opinan que la arcilla verde es la más activa. Es necesario que entre la persona y la arcilla, además de las reacciones psicológicas y biológicas, se establezca una especie de contacto que, a fin de cuentas, representa el lazo de unión entre la naturaleza y el hombre.

## Cómo encontrar la arcilla y cómo prepararla

Existen dos posibilidades: extraer la arcilla directamente de un terreno o comprarla en los comercios de dietética o en las herboristerías. En estas tiendas, después de secarla y triturarla, se venden en bolsas de uno a tres kilos lista para utilizarla.

Si preferimos prepararla nosotros mismos, es necesario que, en primer lugar, la dejemos secar y preferiblemente al sol, porque de este modo las pequeñas partículas que la componen absorberán mucha energía. Cuanto más tiempo permanezca expuesta al sol, más aumentará la eficacia de la arcilla. Si no nos es posible secarla al sol, podemos hacerlo cerca de una fuente de calor, pero evitando siempre el contacto directo. Cuando ya esté completamente seca (el tiempo necesario depende del grado de humedad de la tierra), bastará romperla con un objeto pesado (martillos, pesas etc.) hasta obtener pedazos del tamaño de un albano coque.

## Referencias bibliográficas:

- La arcilla como tratamiento médico. Recuperado el 05 de marzo de 2021 de [El extraordinario poder curativo de la arcilla - Pierre Bourgeois - Google Libros](#)