

Tribunas

Yo también uso la homeopatía

por Iosu Cabodevilla Eraso

Sí, lo reconozco con cierto pudor, debo pertenecer a ese grupo de personas engañadas, estafadas, usuario de una metodología médica, la homeopatía, que según algunos, debe ser un cuento chino. Aunque mi experiencia me habla de soluciones, eficacia, remedio, aunque ciertamente no siempre, pero tampoco siempre un paracetamol me ha quitado el dolor de cabeza. Y en ello, no debo estar solo, ya que según la VIII Encuesta de Percepción Social de la Ciencia de 2016 del Ministerio de Economía, Industria y Competencia, el 52,7% de los españoles confía en la homeopatía y además el nivel de confianza se incrementa cuanto mayor es el nivel de estudios. Y no somos los únicos europeos, ya que la homeopatía es una terapia reconocida y probada para los pacientes en Alemania, según ha declarado la Asociación Federal de la Industria Farmacéutica, que asegura que el 70% de los pacientes alemanes están satisfechos o muy satisfechos con la eficacia y tolerabilidad de la homeopatía y, que para muchos de ellos es su primera opción.

A grandes rasgos, este método medicinal, se basa en la creencia de que el principio activo de una determinada sustancia diluida en agua 2, 4, 6 o 200 veces, mantiene el recuerdo de ese principio. La memoria del agua, que nos resuena a algunas corrientes filosóficas de pensamiento profundo. El primero que utilizó la palabra homeopatía fue el médico alemán Samuel Hahnemann (1775-1843), que suministraba a sus pacientes sustancias diluidas en agua, que en dosis mayores producirían síntomas parecidos a los de la enfermedad que estaba tratando, pero que paradójicamente lo que conseguía era su curación.

Ignoro los motivos de esta nueva campaña contra la homeopatía, que con tanto ahínco están realizando los medios de comunicación. También me resulta llamativo el entusiasmo con el que se adhieren a esta misión algunos profesionales y personas de ciencia, que con muy poco respeto, se muestran como talibanes de la ortodoxia y, se erigen, en nombre de la ciencia, como poseedores de la verdad, y que sin embargo callan cuando algunos medicamentos convencionales causan verdaderos estragos en la población. Se cifran en 197.000 las muertes al año en Europa ocasionadas por estos medicamentos de eficacia probada. Resulta inquietante que continuamente medicamentos científicamente probados se retiren del mercado por sus efectos nocivos. Sí, les decía antes, yo uso la homeopatía, y tomo habitualmente un preparado que contiene: *Nux vómica*, un árbol que en el siglo XVI se utilizaba como veneno para animales, pero que no fue hasta 1817 cuando se consiguió aislar la estricnina que contiene, un alcaloide de la nuez vómica, que se utiliza como pesticida, y en 1819 se aisló la brucina que es una neurotoxina; *Abies nigra*, una conífera de Norteamérica que la utilizaban los indios; *Carbo vegetabilis*, procedente de la combustión de la madera, que aparecía en textos de Hipócrates y Plinio (400 años a.C.) y que en el antiguo Egipto (1550 años a.C.) lo utilizaban para purificar el agua. En nuestro entorno en el siglo XVIII se empleaba para purificar, y decolorar. Hoy en día es utilizado en muchos hospitales de todo el mundo para combatir intoxicaciones y envenenamientos; y *Robinia pseudoacacia*, árbol ornamental, que en nuestra plaza de recoletas de la vieja Iruña tenemos un bello ejemplar. Este preparado me ayuda en mi sistema digestivo, y me ha permitido evitar el omeprazol, que me produce más desconfianza.

También utilizo la homeopatía, de manera

El 52,7% de los españoles confía en la homeopatía y además el nivel de confianza se incrementa cuanto mayor es el nivel de estudios

Si, utilizo la homeopatía, porque mi experiencia es positiva. Y también me resulta positivo, el zumo de limón ('citrus médica') con agua y miel cuando me noto resfriado

esporádica, en esos días que me siento estresado, desasossegado, presa de una inquietud interior, a través de un preparado que contiene: *Belladonna*, que sería una de las reinas dentro de la farmacopea de las llamadas "hierbas de las brujas", que con su poder narcótico puede causar la muerte; *Aconitum napellus* que ralentiza el corazón; *Chelidonium majus*, con capacidad sedante, narcótica, perteneciente a la misma familia que las amapolas, de la que se extrae el opio; *Abrus precatorius*, cuyas semillas son de gran belleza, negras y rojas que semejan a las mariquitas y que resultan extremadamente tóxicas pudiendo producir la muerte; y *Viburnum opulus* utilizado como sedante.

Todos los inviernos, desde hace ya varios años, me protejo de la gripe con *Anas barbariae*, y puedo decir, que a pesar de haber pertenecido a un grupo de riesgo por trabajar en un centro hospitalario, ya ni me acuerdo cuando contraje la última gripe. Casi todos los días tomo una infusión de jengibre, y puedo decir que, en general, tengo una buena salud.

Sí, utilizo la homeopatía, porque mi experiencia es positiva. Y también me resulta positivo, el zumo de limón (*citrus médica*) con agua y miel cuando me noto resfriado, y a mis hijas e hijo, cuando eran pequeñas, les ponía un plato de cebolla (*Allium cepa*) en las noches de tos; y lavo mis ojos con manzanilla (*chamaemelum nobile*) cuando enrojecen y se quejan de lo que ven. Y cuando es necesario, también acudo al centro de salud, e incluso me ha tocado tener que ir a Urgencias.

Sí, debo pertenecer a ese grupo de ton-tos/as, que acude a una de las 10.000 licenciadas/os en medicina, que ejercen su profesión desde esta metodología respetuosa con la persona. ●

El autor es psicólogo clínico

Presa de Santa Engracia. Un problema

por Mikel Sánchez

Voy leyendo cada artículo y postura relacionada con este problema que nos concierne a todos los vecinos de Pamplona. Soy vecino de Arrotxapea de toda la vida, y remero desde hace 17 años. Veo muy positivo que, en nuestra ciudad, los vecinos se posicionen y muestren sus opiniones sobre este tema, y actúen de forma crítica. 4.800 firmas de vecinos a favor de su reparación, posturas muy argumentadas de técnicos ambientales y biólogos, manifestaciones muy legítimas de un colectivo de deportistas a punto de extinguirse en Pamplona y Navarra, opiniones de otros vecinos a favor de un caudal sin retenciones; son diversas las posiciones...

He de decir que he practicado el remo "viviendo" en el tramo de río desde Santa Engracia a Curtidores la mayor parte de los días. Durante este tiempo hemos cuidado del Arga, tanto por interés propio como por compromiso ético y ecológico. Estamos viendo que parte de la problemática de la presa viene por la gestión humana de la naturaleza. Peces gato, tortugas exóticas, especies invasoras de peces, y suciedad... Todo esto y más es posible encontrar en el río solo por culpa de la acción humana. En el club de remo hemos llegado a encontrar en este tiempo desde un ternero muerto a la deriva, hasta una urna funeraria con las cenizas de un difunto. Hemos encontrado vallas de policía municipal para cercar el barrio entero, y hemos chocado con las botellitas de vidrio y plástico de fiesteros irresponsables en San Fermín.

Todo esto lo hemos llegado a retirar, molestase o no para la práctica deportiva. Hemos cuidado del río como de nuestra propia casa (que no deja de serlo). Vuelvo a agradecer la acción vecinal y aplaudo la polémica por lo antes explicado, pero me entristece la respuesta de los políticos. Estas personas con el poder para solucionar este problema están utilizando este asunto como herramienta política. Parece un tópico de rebeldía, pero nos preocupa quedarnos sin deporte, y al observar la nula respuesta por parte de nuestros políticos, nos da pena. Apelo a nuestros políticos a acordar una solución, para nuestro río y para el deporte. Si la presa se va a quedar rota, vacíen de escombros y de basura su cauce, repueblen las orillas con vegetación autóctona dañadas por el descenso del caudal, gestio-

nen los malos olores y residuos procedentes de las tuberías a la altura del Plazaola, reubiquen al club de remo y hagan posible la práctica de este, no dejen perder esta opción deportiva, permitan su promoción y continuidad. Si la presa se repara, háganlo, por favor, de la mejor manera para que el río salga perjudicado lo menos posible. De cualquier manera, reclamo la acción de nuestros gobernantes, que son quienes deben tomar decisiones en función de nuestro beneficio como ciudadanos, y no en función de sus estrategias políticas. Por mi parte como ciudadano, seguiré cuidando del río y luchando por un deporte muy enriquecedor. ●

El autor es ciudadano, Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, y comprometido con el medio ambiente