

## **DECIMOQUINTA UNIDAD TEMÁTICA**

### **INDICACIONES DE LA ARCILLA EN EMERGENCIAS E INCLUSIÓN EN EL “BOTIQUÍN NATURAL”**

#### **OBJETIVOS GENERALES:**

- a. Explicar la importancia de tener siempre arcilla preparada; para las emergencias
- b. Analizar el bajo costo que conlleva su uso y la ausencia de efectos colaterales.

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- a. Explicar los beneficios en las quemaduras.
- b. Explicar su uso en cortes, heridas y contusiones.
- c. Excelente remedio para la fiebre.
- d. Beneficios de la arcilla como hemostática.
- e. Emplastos de arcilla en región hipogástrica para cólicos y diarreas. También agua arcillosa para las enterocolitis.
- f. Acción benéfica de los emplastos de arcilla para los deportes de mar; en casos de introducción de espinas de erizos, corales y roces urticantes de medusas y anémomas.
- g. Explicar el uso en fracturas y fisuras óseas.
- h. Uso de emplastos de arcilla como hemostática en hemorragias leves.

### **15. EMERGENCIAS Y BOTIQUIN NATURAL**

#### **15.1. Quemaduras**

Para quemaduras solares o insolación se debe hidratar bien la piel con una leche hidratante o un jugo de pepino recién licuado. También es muy útil el agua de azahar. Para seguir el tratamiento se aplica un poco de aceite de caléndula un par de veces al día. Si se quiere evitar la formación de ampollas se puede colocar sobre la quemadura una rodaja de pepino o un poco de hoja de aloe. El que se formen ampollas no es malo e indica la gravedad de la quemadura. Las quemaduras de mayor intensidad se deberán tratar como si fueran heridas infectadas. Tratamiento con arcilla (ver sección Dermatología).

#### **15.2. Picaduras**

Las picaduras de insectos, como abejas, avispas, suelen provocar molestias muy intensas. Sin embargo, las molestias pierden intensidad, al cabo de un

rato, a menos que se traten de picaduras de animales muy dañinos (arañas, escorpiones gigantes). Las picaduras simples se pueden tratar con una mezcla de arcilla y agua con unas gotas de amoníaco y aplicarla sobre la zona dolorida 66.

### 15.3. Cortes, heridas y contusiones.

Lo primero que se hace es limpiarlas. Si la herida no es muy aparatosa se limpia con agua corriente o con agua de tomillo; con una gasa empapada de esta decocción. Lo siguiente será hacer un apósito. Si la herida sangra mucho es conveniente hacer un vendaje compresivo, las heridas leves se tapan con una gasa ligera y encima un emplastro de arcilla.

### 15.4. Fiebre

La arcilla da excelentes resultados sea en la curación de las alteraciones funcionales, así como en accesos de fiebre. El tratamiento se inicia entonces en el bajo vientre, para empezar regulando el proceso digestivo y sus fermentaciones. La aplicación en el bajo vientre descongestiona los órganos internos, activa la circulación sanguínea y mejora el metabolismo global; al mismo tiempo la fiebre cede en pocas horas si no existe una infección seria detrás de la alteración.

Para bajar la fiebre se toma mucho líquido y se estimula la sudoración (se abriga bien y se toma alguna tisana sudorífica como, por ejemplo, la de flores de saúco u hojas de tilo). Si la fiebre persiste se prepara un enema con agua tibia y un poco de sal (siempre un poco más fría que la temperatura del cuerpo); se puede poner de medio a un litro de agua, depende de la edad (para los niños será de 500 cc mientras que para los adultos se dobla esta cantidad). Si la fiebre no sobrepasa los 39° C no es necesario utilizar productos químicos.

Siempre que haya fiebre, habrá que adoptar, de inmediato, cuatro medidas:

- 1) Dejar de tomar alimentos sólidos.
- 2) Beber mucho líquido: agua de limón, agua de arcilla, infusiones de flores de saúco o decocción de hojas de tilo. Se debe tomar caldos de verdura, zumos de frutas, al principio con mucha agua.
- 3) Asegurarse de que se haya hecho deposiciones.
- 4) Aplicar emplastos de arcilla fría o templada al Baño María sobre la parte inferior del abdomen, dos o cuatro al día, dependiendo de la temperatura. Se dejarán puestos dos horas, a menos que la arcilla se caliente con demasiada rapidez.

Complemente estas cuatro medidas básicas con baños calientes de pies con hojas de vid, dependiendo del caso. Estos baños contribuirán a relajar la cabeza, el corazón y las vías respiratorias. Si se toleran bien, sin ir acompañados de escalofríos o de sensación de frío dentro del cuerpo, se tomarán cuatro o cinco veces al día, a intervalos de dos horas, y durando cada uno de ellos unos 10

minutos. En caso de que la fiebre vaya acompañada de dolores de cabeza, aplique emplastos de arcilla fría sobre la nuca o la frente (de algo menos de 2,5 cm. de grosor para la nuca y de 12 milímetros para la frente). Los emplastos sobre la nuca deben dejarse puestos dos horas y los de la frente sólo una.

Para favorecer la transpiración que también contribuye a eliminar la fiebre, dele al paciente una decocción de hojas tilo.

El paciente deberá permanecer bien tapado y, en caso necesario, se le colocará una bolsa de agua caliente en la zona de los pies.

Después de la transpiración, y tanto si es espontánea como si es provocada, destape rápidamente al paciente, quite la ropa de la cama, dele un suave masaje con una esponja mojada en agua fría (todo ello con la mayor rapidez posible), cámbiele de ropa y tápele nuevamente con mantas calientes.

Para realizar los tratamientos indicados como es debido, deberá desechar cualquier tipo de miedo que pueda influir sobre los resultados. Como este sistema se ha utilizado ya en muchos casos, no hay por qué temer el menor daño. Todo lo que hace falta es comportarse con calma y tranquilidad. No se olvide de que la fiebre es un síntoma de que el organismo se está defendiendo de algo. Las enfermedades más graves son precisamente las incapaces de provocar fiebre.

La fiebre, las erupciones, las expectoraciones y las secreciones mucosas, indican todas que se está librando una intensa y saludable batalla 66.

### **15.5. Hemorragias**

Una hemorragia abundante se debe cortar de inmediato. En cambio, en las poco importantes se deja correr la sangre para que con el mismo fluir se limpie la herida.

Primero se lava la herida con agua y jabón neutro. Las hemorragias graves deben ser controladas por un médico. Mientras tanto, se hará un vendaje compresivo en la zona afectada.

Si es leve basta poner un emplasto de arcilla para que se produzca la hemostasia.

### **15.6. Mareos**

El más usual es el mareo del viajero que se puede reducir oliendo polvo de jengibre o kión. El mareo nos obliga a estirarnos con las piernas más elevadas que el resto del cuerpo.

No olvidarse del hígado, hacer decocciones de agracejo.

Un mareo frecuente es el que se produce periódicamente en algunas personas mayores aquejadas de artrosis en la zona cervical; o que dificulta la circulación en el cerebro. En este caso el tratamiento es más complejo, pero el mareo puede ceder pronto si se mantiene el cuello quieto (los movimientos del cuello y de las vértebras cervicales favorecen su aparición). Se puede colocar emplasto de arcilla fría o templada.

El mareo simple se puede aliviar con una bolsa de hielo en la zona de la nuca. También lo alivia con una tisana de manzanilla; con digitopuntura con las esencias florales recomendadas por el Dr. Bach 73.

### **15.7. Diarrea**

Su tratamiento es básicamente dietético (sopa de arroz, zanahoria, agua de arcilla o de arroz, jugo de limón, manzana cruda) y decocciones de culén (psoralea glandulosa): tres tazas al día.

Cuando se note una mejoría se puede empezar a tomar yogur natural para recobrar la flora intestinal. También se debe beber mucho líquido para evitar una deshidratación 62.

La diarrea habitualmente va acompañada de cólicos; se puede aliviar con emplastos de arcilla templada en la región del bajo vientre.

### **15.8. Espinas de erizos y roces urticantes de medusas y anémomas.**

Clavarse una de estas espinas es muy habitual en las zonas rocosas de la costa. Son muy frágiles y se rompen con facilidad. Tanto que a veces cuando se acude al médico ya están rotas y son muy difíciles de sacar. En este tipo de pinchazos ante todo se debe tener paciencia y después procurar, si la espina se ha clavado en los pies, no apoyarlos en el suelo ya que duele menos y se mantienen intactas las espinas.

Es conveniente coger unas pinzas de inmediato e intentar sacarlas. Cuanto más tiempo pase más metidas dentro de la piel y rotas estarán. Si no se logran sacar todas poner rápidamente el emplasto de arcilla frío o templado, cuantas veces sea necesario. Puede quedar toda la noche y, poco a poco, se dejará ver donde están las espinas 61.

También son de gran alivio los emplastos de arcilla fría, en las urticarias producidas por roces en el mar de las medusas “malaguas” y anémomas.

### **15.9. Fractura de huesos**

Si estamos en un lugar lejos de hospitales o postas médicas, no hay porque asustarse si tenemos arcilla.

Primero coloque el hueso en su sitio con la ayuda de tablillas; aunque si las distintas partes están desplazadas, como ocurre en las fracturas compuestas, habrá que llevarlo en tiempo perentorio a un departamento de traumatología. En caso de que sea inevitable escayolar, pregúntele al especialista si no puede dejar abertura a través de la cual se pueda aplicar la arcilla. Pero si la fractura no reviste seriedad, en caso de las fisuras; aplicaremos emplastos de arcilla: una capa uniforme, de 2,5 cm. de espesor, fría o ligeramente templada. Si hay herida, cambie la arcilla cada dos horas. Si no la hay, bastará con hacerlo cada 12 horas. Aféitese el vello, o ponga una gasa o trapo entre la arcilla y la piel (aunque siempre es preferible el contacto directo). Entre emplasto y emplasto, lávese la piel con agua tibia.

### 15.10. El Botiquín esencial

- Tijeras.
- Esparadrapo.
- Vendas.
- Algodón.
- Gasas estériles.
- Agua oxigenada.
- Lavativa (pera de caucho de 500 cc aproximadamente).
- Amoniaco

#### **Productos naturales:**

- Arcilla preparada.
- Arcilla en polvo.
- Aceite de caléndula.
- Aceite de alcanfor.
- Árnica.
  
- **Plantas:**
- Tomillo.
- Flores de saúco.
- Manzanilla.
- Hojas de tilo.
- Hojas de agracejo.
- Una col.
- Hojas de vid.
- Hojas de culén.
- Ajos.
- Hojas de aloe.
- Un pepino.

## **AUTOEVALUACIÓN DE DECIMOQUINTA UNIDAD TEMÁTICA**

Señale si lo que se afirma es verdadero (V) o falso (F).

- 1.- (    )    En caso de quemadura, poner una gasa entre la lesión y el emplasto de arcilla.
- 2.- (    )    En picaduras de araña y escorpiones gigantes es recomendable el emplasto de arcilla.
- 3.- (    )    En caso de cortes, heridas con sangrado leve, el emplasto de arcilla ejerce un papel hemostático, cicatrizante y desinfectante.
- 4.- (    )    Si la fiebre sobrepasa los 39° C, no será necesario el empleo de fármacos.
- 5.- (    )    Los emplastos de arcilla fría, en casos de fiebre, se aplican en el bajo vientre, frente y nuca en forma alterna.
- 6.- (    )    En las lesiones urticantes de medusas y anémonas son indicados los emplastos de arcilla fría.
- 7.- (    )    En fisuras óseas, se pueden colocar emplastos de arcilla para acelerar el proceso de solidificación.