

CURSO
FITOTERAPIA Y
HERBODIETÉTICA
ENERGÉTICA





MÓDULO 3. SISTEMAS Y TRATAMIENTO NATURAL DE LOS TRASTORNOS

RESPUESTAS TRABAJOS MÓDULO III (Temas 3.8 a 3.12)

1. ¿Cuáles son los órganos y tejidos que conforman el sistema nervioso?

A) El cerebro, las neuronas y los neurotransmisores.

B) El cerebro, la médula espinal y los nervios, cuya unidad básica son las neuronas.

C) El cerebro, el cerebelo y el bulbo raquídeo.

2. Los trastornos psíquicos tienen su origen en:

A) Alteraciones del cerebro con una sintomatología física principalmente.

B) Alteraciones en las funciones de la hipófisis con sintomatología física y conductual.

C) Alteraciones en los neurotransmisores con sintomatología orgánica y conductual.

3. ¿Qué papel juega en importancia la Fitoterapia dentro de los trastornos nerviosos y psíquicos.

A) Máxima importancia y eficacia en trastornos leves y como complemento en trastornos severos que irán complementados de otras terapias de apoyo y refuerzo.

B) Ninguna importancia en trastornos severos, es decir, no generan ningún efecto, y poca importancia en trastornos leves ya que es un campo difícil de tratar.

C) La Fitoterapia juega un papel de importancia en todos los casos y siempre se prescribe como una alternativa válida, eficaz, segura y suficiente en todos los casos.

4. ¿Cuál es la función primordial del sistema inmune adquirido?

A) Es la primera barrera defensiva del organismo, y gracias a las mucosas, defensas dérmicas y otras secreciones del cuerpo, establece una barrera defensiva adquirida.

B) Se trata de la barrera defensiva natural del organismo donde las células defensivas o glóbulos blancos (fagocitos y células asesinas) luchan contra los invasores patógenos y adquieren máxima importancia

C) Se trata de la última defensa del cuerpo humano, después de que las otras hayan fallado, y ocurre cuando los glóbulos blancos (linfocitos) localizan antígenos para adquirir una respuesta inmune específica, permitiendo así adaptarse a los patógenos mutantes.

5. ¿Para tratar la migraña que plantas elegirías con espectro de acción más amplio?

A) El jengibre, sauce blanco y la melisa.

B) El pino, la soja y la pimienta de cayena.

C) La matricaria, jengibre y petasites.

6. ¿Qué plantas elegiríamos para tratar una debilidad inmunitaria con propensión infecciosa consecuente?

A) Uña de gato y calaguala.

B) Umckaloabo y grosellero negro.

C) Cúrcuma y petasites.

7. ¿Para qué utilizamos del lúpulo y con qué límites?

A) Muy efectivo a dosis discontinuas y altas para provocar vómitos en casos de malestar. No administrar a niños menores de 6 años.

B) Para ayudar a combatir el insomnio y casos agitados de ansiedad, para lo que va bien administrar junto a valeriana, pasiflora y melisa.

C) Si hay agitación nerviosa en periodos de embarazo, siempre y cuando se prescriba en periodos discontinuos.

8. Para un cuadro alérgico con sintomatología cutánea y ocular, ¿Que planta/s escogerías, vía de tratamiento y que otros aspectos mejorarías en la calidad de vida del paciente?

A) La manzanilla dulce siempre va bien y la administraríamos en compresa tibia (gasa cutánea) en zona ocular. Otras hierbas buenas el hinojo y la hamamelis. Además evitaría el contacto con zonas contaminadas.

B) Si tiene alergia a las compuestas, hinojo, hamamelis, hidrastis y manzanilla dulce en forma de colirio. Evitar alimentos alergénicos y tomar plantas depuradoras del hígado.

C) Tomaría cápsulas de Reishi. Infusiones de Sol de oro y colirio de hidrastis y hamamelis. Eliminaría los productos lácteos de mi dieta, quizás reduciría la proteína animal ya que la caseína que contiene inflama zonas del organismo.

9. Para un cuadro gripal a un niño de 5 años ¿Qué plantas, preparados y dosis administrarías para alcanzar la seguridad y eficacia requeridas?

A) Tintura de equinácea siempre, 8-10 gotas 3 veces al día. Compresas de infusión fría de salvia.

B) Tintura de Umckaloabo siempre, 8-10 gotas 3 veces al día. Jarabe de hisopo siempre – 3 veces al día – para expectorar.

C) Cápsulas de primavera siempre, 150 mg – 3 veces al día. Jarabe de malva, malvavisco y anís verde para expectorar.



10. ¿Qué diferencia hay entre las plantas medicinales adaptógenas y las efectoras-estimulantes?

A) Las adaptógenas te adaptan a situaciones de cambio a medio-largo plazo y las efectoras te estimulan confiriendo energía inmediata.

B) Las efectoras ejercen un efecto inmediato sobre el sistema nervioso pero generan picos de bajada creando dependencia. Las adaptógenas son buenas siempre ya que su estimulación es suave.

C) Las adaptógenas te adaptan tanto física como psíquicamente a situaciones de estrés y todas aumentan las defensas de nuestro sistema inmune. Las efectoras son estimulantes inmediatas que en momentos puntuales nos pueden ir bien, además de ser antioxidantes.