



## C A P Í T U L O 5

# LA MEDICINA NATURAL Y ALTERNATIVA EN LA PRESERVACIÓN DE LA SALUD HUMANA DURANTE EL PERÍODO 2012-2022 EN LA CIUDAD DE TUNJA, DEPARTAMENTO DE BOYACÁ<sup>1</sup>

Sonia Leonor Castro Quiroga

Docente Co-investigadora SGI 3399, integrante grupo de investigación GIGAS

<https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/EnRecursoHumano/inicio.do>

<https://orcid.org/0000-0002-3799-7364>

## PRESENTACIÓN

En la era actual, caracterizada por la velocidad y el cambio, la innovación se ha convertido en un punto clave para el desarrollo y la sostenibilidad en diferentes áreas, por ello, el estudio y el análisis de sus resultados constituyen una actividad relevante para el mundo académico (Jiménez, 2019) motivo por el cual, un grupo de docentes de la Escuela de Ciencias Administrativas y Económicas de la Facultad de Estudios a Distancia de la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia, toman la iniciativa de trabajar de manera colaborativa e interdisciplinaria en un proyecto de investigación titulado “Recopilación de experiencias de innovación en la prestación de servicios de salud durante el siglo XXI en la ciudad de Tunja”. El cual fue presentado al Centro de Gestión de Investigación y Extensión de la Facultad con el fin de obtener el aval de la universidad con su respectivo SGI 3399, adscrito a la línea de Innovación, Tecnología e Información en salud del grupo de investigación GRIGES.

Los objetivos logrados en esta investigación dentro del eje temático la medicina natural y alternativa, consistieron en: La revisión documental desde diversas fuentes bibliográficas, insumo indispensable para la construcción del estado del arte, por medio del cual se identifican los campos de los servicios de salud ofrecidos en Tunja dentro de los procesos de innovación y experimentación. Además, con la aplicación de cuestionarios se recopilaron experiencias testimoniales primarias acerca de las prácticas innovadoras de la medicina natural y alternativa, referentes determinantes del proceso de investigación sobre las experiencias significativas en la prevención, el diagnóstico y el tratamiento de la enfermedad desde la medicina natural.

<sup>1</sup> Texto resultado del proyecto de investigación SGI 3399

La investigación es de tipo descriptivo, evidenciando los avances significativos a través de las experiencias, vivencias que como investigador exploro, apoyado con las técnicas de nuevo conocimiento e innovación para aportar en el campo de la salud. Como instrumento se seleccionó el cuestionario para entrevistas a personas que venden plantas curativas en la plaza de mercado en la ciudad de Tunja, lo mismo que a promotores con sus tiendas naturistas y médicos que trabajan con la medicina natural y alternativa.

Siendo investigador de este proyecto es muy grato poder compartir a través de este escrito, la experiencia maravillosa y los resultados obtenidos en esta investigación, como un aporte al reconocimiento del desarrollo de la medicina natural y alternativa.

## UNA MIRADA A LA MEDICINA NATURAL Y ALTERNATIVA

Tunja es una de las ciudades más antiguas de Colombia, fundada el 6 de agosto de 1539 por Gonzalo Suárez Rendón, tiene una interesante y amplia historia perteneciente a la época precolombina, pues antes de la llegada de los españoles era un importante centro de la cultura Muisca. En consecuencia, la medicina natural en Tunja tiene raíces que se remontan a las prácticas ancestrales de las comunidades indígenas de la región, con la utilización de plantas medicinales y prácticas curativas con fundamento en el conocimiento que se tenía de la naturaleza.

En este sentido, la comunidad muisca desarrolló un amplio conocimiento sobre el uso de las plantas medicinales para tratar enfermedades comunes y utilizaban rituales y ceremonias entorno a la sanación. Luego con el proceso de a culturización española, se presenta un sincretismo entre la medicina ancestral muisca y las prácticas de raigambre europeo, prevaleciendo el conocimiento ancestral en el tratamiento de las enfermedades, pues las comunidades indígenas utilizaban la oralidad como transmisión del conocimiento de generación en generación. Las parteras, los curanderos y los hierbateros fueron figuras clave en la preservación y transmisión del conocimiento ancestral.

De la misma manera, las prácticas medicinales a partir de la utilización de las plantas medicinales se fueron popularizando y fortaleciendo a partir de la expedición botánica en Colombia conocida como la “Real Expedición Botánica del Nuevo Reino de Granada,” (Díaz Piedrahita 2008), que se llevó a cabo entre los años de 1783 y 1816 bajo la dirección de José Celestino Mutis, la cual tuvo un impacto significativo en la botánica, la medicina y la zoología. Ahora con el resurgimiento del interés por la medicina natural y las prácticas ancestrales frente a los efectos secundarios nocivos de los medicamentos modernos, se viene incrementando y desarrollando la investigación en torno a las posibilidades de la preservación, la conservación, la promoción de la salud, la prevención y el tratamiento de la enfermedad.

Es ampliamente conocido, el que la vida humana en cuanto a la salud se refiere, presenta abruptos cambios que fluctúan entre bienestar y malestar, estos son más notorios en relación a la etapa que se este viviendo, una de las cuales comprende bienestar y condiciones óptimas de salud, esta es la que se da en los comienzos de la vida adulta, edad o fase que permite dar el mejor rendimiento en los diferentes campos de desempeño personal, familiar y laboral. Por otro lado, los seres humanos en la primera infancia son extremadamente dependientes y susceptibles a enfermedades debido a su sistema inmunológico en desarrollo, finalmente en la edad experimentada o tercera edad, se viene afrontando múltiples dolencias como consecuencia de la contaminación, los malos hábitos alimenticios, las inadecuadas posiciones posturales y la vida sedentaria, que conducen al deterioro corporal a nivel estructural y funcional, situación que genera dificultades en la dinámica corporal y en la mayoría de los casos presencia de dolores que los inhabilitan para dar rendimiento laboral y llevan en ocasiones a vivir postrados hasta encontrarse con el desenlace fatal de la muerte (Sanchez, 2019).

Por lo anterior, la encrucijada de la vida ha llevado al ser humano a buscar mecanismos para afrontar el dolor y la enfermedad, acudiendo a los recursos inmediatos que encuentra en el entorno como son las plantas medicinales, en consecuencia en el devenir histórico de la humanidad, han aparecido individuos dedicados al descubrimiento de las bondades de las plantas para la preservación y conservación de la salud, Prueba de ello son los curanderos existentes en los diferentes grupos étnicos, aplicando diversas técnicas en las prácticas de curación ancestrales, quienes a su vez han generado las bases de la medicina alternativa y natural, la cual ha evolucionado hasta encontrarse con un desarrollo cultural y tecnológico que permite contribuir al crecimiento de la farmacología natural y producción de estos medicamentos bajo la dirección de profesionales en química farmacéutica.

Vale la pena mencionar que este tipo de producción va en aumento gracias a los grandes avances tecnológicos y la facilidad que comprende la sustracción de los diferentes componentes biológicos presentes en cada una de las partes de las plantas: raíz, tallo, hojas, flores y frutos, elementos que con determinado proceso de fermentación, evaporación, solidificación y combinación van generando las bases para la producción de la medicina natural (Hobert, 1999).

Interesante resulta mencionar la gran cantidad de prácticas que se derivan de la medicina natural y alternativa, cada una de ellas buscando mejorar el estado físico y emocional de cada uno de los pacientes ya sea a través de terapias físicas, energéticas, espirituales o herbales como notara a continuación: La acupuntura se utiliza para el diagnóstico y tratamiento de las enfermedades por medio de la estimulación de determinados puntos del cuerpo con agujas. La homeopatía es un método terapéutico que consiste en dar al enfermo dosis controladas del medicamento.

La reflexología estimula el organismo para favorecer las redes electromagnéticas del cuerpo humano, controlando el estrés y posibles ataxias. La iriología permite diagnosticar las enfermedades que se manifiestan en la morfología del iris. La medicina Ortomolecular diagnostica la enfermedad a partir de la deficiencia de vitaminas en el organismo y la trata logrando el equilibrio de las mismas (Lezaeta Acharan, 2018).

Igualmente, la medicina natural utiliza algunos instrumentos tecnológicos para diagnosticar y tratar la enfermedad, uno de ellos es el Dermatrón, herramienta que permite identificar el estado de los diferentes órganos corporales. El Bioplasm NLS (según el manual del usuario-Bioplasm-NLS), es un instrumento para analizar la salud de paciente sin ser invasivo, hace un escáner completo del cuerpo evaluando el estado bioenergético de los órganos corporales.

Actualmente en las plazas de mercado de la ciudad de Tunja se encuentran módulos en donde se ofrecen múltiples plantas medicinales, las cuales son promocionadas en el mercado por personas con cierta experiencia y conocimiento de las bondades medicinales de las mismas. En un sondeo de información realizado en las plazas de mercado del sur y del norte de la ciudad, mediante la aplicación de un cuestionario para identificar el nombre de las hierbas medicinales y el conocimiento sobre la función de cada una de ellas en el tratamiento de dolencias y/o enfermedades, se encontró lo siguiente:

Tabla 1. Plantas medicinales y sus bondades

No	PLANTA MEDICINAL	BONDADES
1	Toronjil	Control de los nervios y facilitar el sueño
2	Valeriana	Conciliar el sueño
3	Mata de Ratón	Control de la fiebre y brote de cuerpo
4	Hoja de Nopal	Control de diabetes, colesterol, triglicéridos y colon
5	Flor de Captus	Cura la tos, y afecciones pulmonares
6	Pata de Vaca	Controla la diabetes
7	Hojaracín o kalanchoe	Útil para el manejo del cáncer
8	Orégano	antioxidante, antimicrobiana, desinflamante
9	Sábila	Manejo de la tos, quemaduras y hemorroides
10	Linaza	Control del estreñimiento, la diabetes y salud visual
11	Ajonjolí	Control de estreñimiento, control presión arterial
12	Zarzaparrilla	Favorece la circulación de la sangre
13	Limonaria	Mejora el funcionamiento de sistema circulatorio
14	Lavanda	Facilita el sueño tranquilo, es relajante

15	Canela	Control de diabetes, adelgaza la sangre
16	Boldo	Limpieza del hígado, antiparasitaria
17	Paico	Se utiliza para purgas antiparasitarias
18	Albaca	Controla el dolor de cabeza y tranquiliza
19	Yerbabuena	Útil para manejar la fiebre
20	Verdolaga	Regula el azúcar, infecciones urinarias
21	Ruda	Fortalecer la matriz
22	Caléndula	Control de gastritis, inflamaciones, acné
23	Romero	Desinflamante, manejo de colesterol y triglicéridos
24	Tomillo	Se utiliza para expectorar
25	Cola de Caballo	Control de problemas renales
26	Diente de León	Es un excelente diurético
27	Altamisa	Se utiliza para limpiar y purificar el organismo
28	Mirto	Se utiliza para los baños corporales
29	Laurel	Regula la tensión arterial
30	Pimpinela	Útil para afecciones del corazón
31	Confrey	Control del ácido úrico y triglicéridos
32	Pino	Control de la gota, balsámico, emoliente
33	Eucalipto	Afecciones a la garganta, tratamiento menopausia
34	Cidrón	Controla flatulencia, ansiedad y desinfectante.
35	Borraja	Disminuye fiebre y tos. Favorece producción de leche
36	Naranjo	Tónico, sedante y control de infecciones
37	Tinto	Antioxidante, anti-inflamatorio
38	Hinojo	Control mal aliento, impotencia y anemia
39	Arrayan	Anti-diarreico, y parasitario, descongestión nasal
40	Poleo	Manejo de bronquitis, cólicos ovulación e indigestión
41	Menta	Antiséptico, aperitivo y expectorante
42	Uchuva	Antioxidante y manejo diabetes
43	Hierba Mora	Cuidado de la piel, gastritis y problema biliar
44	Cola de Caballo	Manejo de artritis, problemas renales y tuberculosis
45	Tilo	Control de hipertensión, dolor de cabeza
46	Curuba	Digestiva, control de peso y desinflamación
47	Ortiga	Combate el acné, la caída de pelo y antialérgica
48	Jengibre	Manejo de náuseas, gases y dolor de cabeza
49	Ajo	Antibiótico natural, digestivo y diurético
50	Cebolla	Control de artritis, asma y anticancerígeno
51	Col	Protege el hígado, pérdida de peso y colesterol

52	Cilantro	Regula el azúcar, el colesterol y la digestión
53	Geranio	Cicatrizante, diurético y dolores musculares
54	Guaba	Manejo de hipertensión, diabetes y diarrea
55	Hiedra	Manejo de bronquitis, expectorante y tos ferina
56	Sauco	Manejo de inflamaciones, quemaduras y laxante

Fuente: Elaboración propia, con base en las entrevistas realizadas a las señoras: Engell Valbuena y Angy Liliana Vega Suesca, vendedoras de hierbas den la plaza de mercado en la ciudad de Tunja el 15 de junio del 2024.

## CENTROS DE MEDICINA NATURAL Y ALTERNATIVA EN TUNJA

El auge de la medicina natural y Alternativa se viene expandiendo a nivel nacional, departamental y local; en consecuencia, en la ciudad de Tunja ya se encuentran varios consultorios médicos para diagnosticar, tratar y hacer seguimiento a pacientes con diferentes afectaciones a la salud, tratamientos que se realizan por una parte con la utilización de hierbas medicinales y por otra parte con productos industrializados a partir de los componentes de las plantas medicinales. En este sentido, Sonia Leonor Castro Quiroga (2024) encontró en Tunja los siguientes centros de atención con medicina natural, atendidos por profesionales formados en este campo de la medicina, así:

- Bionatural Center Tunja, donde se ofrecen servicios de terapia neural, electro acupuntura, homeopatía, medicinas naturales y ancestrales y terapias farmacológicas. Utilizan equipos con alto nivel de desarrollo tecnológico usados en países como Suiza y Alemania para del diagnóstico con Bio Escaner, terapia de desintoxicación lónica; además ofrecen al mercado la venta de productos naturales y homeopáticos.
- Medicina Alternativa, en el centro Médico Da Vinc, presta los servicios de diagnóstico y tratamiento de enfermedades a través de la medicina natural y alternativa.
- Centro Naturista Omníexito Tunja, ofrece al mercado la venta de productos de medicina natural y Alternativa, producida por varios laboratorios.
- Tienda Naturista la Yerbabuena Tunja, oferta la venta de productos naturales relacionados con alimentos integrales y orgánicos, complementos y suplementos nutricionales, productos de belleza natural, droga homeopática y naturista.
- Productos Naturales Girasol Tunja, oferta a la comunidad tunjana la venta de productos naturales producidos por laboratorios propios de la medicina natural y alternativa.

Foto 1: Tienda naturista “Mandala”, ubicada en la ciudad de Tunja



Fuente: Elaboración propia.

- I Mandala, La Sabiduría de lo Natural, ofrece la venta de productos naturales, medicina Ayurveda, Constelaciones Familiares, Yoga Restaurativo, Feng Shui, Terapia Floral y Gemoterapia, descripción de los diferentes productos y servicios atendidos directamente por la terapista Olga Lucía Gómez Arias, como respuesta a la entrevista realizada el día 15 de junio del 2024, en la ciudad de Tunja.
- I En este mismo sentido, en Tunja se encuentran las siguientes tiendas naturistas para comercializar productos naturistas: Centro Naturista San Antonio, Centro Naturista el Manantial, la Tienda del Cuerpo, Tienda Gourmet Punto 5, y Tienda Naturista Biosalud.

Por otra parte, las tiendas de Medicina Natural y alternativa comercializan productos relacionados con el complemento de la dieta alimentaria y la prevención y el tratamiento de enfermedades de diferente índole. En entrevistas aplicadas al Dr. Jairo Hernán González Bautista y a la enfermera Mireya Sandoval se identificaron los siguientes productos que se encuentran en el mercado así:

- I Multivitamínico, esencial para cubrir las carencias de vitaminas y minerales necesarios en la dieta diaria.
- I Omega 3, aceite de pescado, es un refuerzo antioxidante para el corazón y la energía celular
- I Miel de Manuka, la base es de la abeja que poliniza las flores de manuka, es antiviral, antiinflamatoria, antioxidante, útil para el tratamiento periodontal, caries, úlceras gástricas, dolor de garganta, colon irritable.

- | Fibra, es importante para regular el tránsito intestinal, colon irritable, evita la diarrea y el estreñimiento.
- | Semillas de Cáñamo, son ricas en magnesio, fósforo, potasio, manganeso y hierro, ayuda al organismo para mantener una cantidad adecuada de minerales para las células.
- | Cúrcuma, desintoxica el hígado, ayuda a la digestión, es un refuerzo para los huesos, cartílagos y articulaciones.
- | Hongos Maitake, populares en Japón, ayudan a reforzar el sistema inmunitario, lo mismo que el té verde, hoja de olivo y el astrágalo.
- | Hongo Shiitake en polvo, originario de Asia, son nutricionales y naturales, proteínas y enzimas digestivas, prebióticos, aminoácidos y flavonoides, beneficiosos para la salud.
- | La Raíz Ashwagandha, es una hierba adaptogénica conocida como Withania, genera tranquilidad y calma, ayuda a la concentración, antidepresiva, reduce los niveles de colesterol y azúcar en sangre.
- | Inositol, son isómeros de la glucosa, consideradas vitaminas del grupo B, es un suplemento calmante, sirve para mejorar la sensibilidad a la insulina y hormonal.
- | Colágeno, se compone de vitaminas y minerales y aminoácidos, es un conjunto de nutrientes que es difícil de obtener a través de suplementos y vegetales, provienen de pescado, sus huesos y piel.
- | Vitamina B1, Tiamina, se encuentra en la chuleta de cerdo, la trucha t el fríjol negro.
- | Vitamina B6, Piridoxina, importante para el metabolismo de estrógenos y la producción de dopamina y adrenalina, ayuda al estado de ánimo depresivo y se encuentra en los garbanzos, el hígado, el salmón, el atún y la pechuga de pollo.
- | Vitamina D, proviene del aceite del hígado del bacalao, trucha, salmón y de los rayos del sol.

## ENFERMEDADES HUMANAS VISTAS DESDE LA COSMOVISIÓN DE LA MEDICINA NATURAL

Las dolencias de los seres humanos vistas desde la cosmovisión de la Medicina natural están radicadas en la desarmonía de las estructuras y funcionamiento del cuerpo, la mente y el espíritu. En este sentido se requiere hacer un tratamiento fundamentado en las causas de la enfermedad, los síntomas manifiestos solo sirven para acercarse a realizar un diagnóstico.

Así mismo, las dolencias y enfermedades tratadas desde la medicina natural son de cierta manera universales y se ubican dentro de los siguientes campos, como lo indica Lucía Gómez Arias (Junio 20 de 2024), comercializadora de productos naturistas, así:

- | Problemas digestivos como el estreñimiento, el colon irritable, la gastritis, desequilibrio de la flora intestinal, el síndrome del intestino irritable, la dispepsia, las náuseas, el reflujo, el hígado graso, la flatulencia, infecciones intestinales, trastornos de la vesícula biliar y la desparasitación.
- | Enfermedades crónicas relacionadas con la diabetes, hipertensión, la artritis, enfermedades cardiovasculares, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica, (EPOC), el asma, la artritis, el cáncer, enfermedades renales, enfermedades hepáticas, enfermedades neurológicas degenerativas como el Alzheimer, el Parkinson, la esclerosis múltiple, la obesidad, las enfermedades autoinmunes como el lupus y la enfermedad de Crohn, entre otras.
- | Trastornos de salud mental relacionadas con el estrés, la depresión y la ansiedad
- | Desequilibrios hormonales especialmente relacionados con el hipo o hipertiroidismo y desequilibrios relacionados con la ovulación.
- | Alergias y problemas respiratorios como la bronquitis, el asma, la rinitis y algunos tipos de alergias.
- | Problemas de la piel como el acné, el eczema, la psoriasis, la rosácea, la urticaria, la dermatitis de contacto, el vitíligo, el herpes, las verrugas, el melasma, el lupus cutáneo, la alopecia, el cáncer cutáneo y la celulitis

## PROYECCIÓN DE LA MEDICINA NATURAL Y ALTERNATIVA PARA ESTE DECANIO

La medicina natural también pone un gran énfasis en la prevención y en el mantenimiento de la salud a través de una dieta equilibrada, ejercicio regular y técnicas de manejo del estrés. Por otro lado, la medicina natural propende por la medicina integrativa, enfocada hacia la medicina funcional en donde el paciente logre los cambios en el sistema alimenticio acompañado de componentes nutricionales, la práctica de la actividad física, el control del estrés, la integración social con la organización del voluntariado con gran sentimiento de altruismo y compromiso por trabajar por y con los demás, dejando de lado la concepción de la medicina como una actividad lucrativa y comercial (Fernandez, 2019).

Así mismo, la medicina natural tiene una gran tendencia a la integración con la medicina convencional en el tratamiento de enfermedades de manera holística, junto con el reconocimiento de algunas terapias alternativas con fundamento

científico, logrando un enfoque integrador, conocido como medicina integrativa, en donde se utilizan los avances más significativos de los dos enfoques medicinales en la atención a los pacientes (Pereira-Fuentes,2012).

También, se viene profundizando en los procesos de investigación en el campo de la medicina natural a fin de legitimar los diagnósticos y tratamientos de enfermedades con fundamento en los resultados de la investigación sobre el valor medicinal de las plantas. Igualmente, la medicina natural está aprovechando el desarrollo de las tecnologías de la información para hacer campañas masivas sobre la necesidad de preservar la salud con la prevención y tratamiento oportuno de las enfermedades. Son múltiples los medios de comunicación a través de los cuales se pretende educar a la comunidad en torno al cuidado corporal y al uso de suplementos alimenticios como medios para promover la salud y evitar la enfermedad.

De igual manera, la medicina natural propende por la atención personalizada de los pacientes atendiendo a las características morfológicas del paciente como consecuencia de la genética y los hábitos de vida de los pacientes. Además, las prácticas de la medicina natural se vienen utilizando para el tratamiento de enfermedades de origen mental y emocional a través de diversas técnicas y prácticas.

En general, las prácticas en el tratamiento de la enfermedad que se vienen utilizando en la medicina natural están posibilitando el reconocimiento cada vez mayor por los entes reguladores en salud, de los profesionales de la medicina y de los tratamientos utilizados en la atención a los pacientes.

Dentro de la medicina natural, en Colombia se cuenta con varios galenos que vienen investigando en el campo de la medicina natural como:

- I **Santiago Rojas Posada (1949)**, Médico especializado en medicina integrativa, fitoterapia, y terapias complementarias. El Dr. Rojas es conocido en Colombia por el enfoque holístico y natural en el tratamiento de las enfermedades. Ha escrito varios libros sobre medicina alternativa y ha sido un promotor de la salud integral, combinando la medicina convencional con terapias naturales. Ha escrito documentos sobre la manera de integrar los hábitos saludables y las terapias naturales en la vida cotidiana. Es conocido por el enfoque accesible y práctico en salud integrativa.
- I **Francisco Alberto Cañón Prieto (1947)**, Especialista en Medicina integrativa, homeopatía, y terapias alternativas. Ha combinado la medicina convencional con la homeopatía, la fitoterapia y otras terapias complementarias.
- I **Dra. Luz Adriana Osorio Giraldo (1972)**, especialista en nutrición orto molecular, medicina alternativa y natural. Es reconocida por el uso de suplementos naturales para mejorar la salud, junto con las terapias naturales. Ha sido una defensora del uso de la dieta y los suplementos nutricionales para la prevención y el tratamiento de enfermedades.

- I **Dr. Ricardo Giraldo (1963)**, tiene como especialidad la fitoterapia, homeopatía, y biodescodificación para el tratamiento de enfermedades crónicas y agudas. Ha sido promotora de la biodescodificación como herramienta para entender la relación entre emociones y enfermedades.
- I **Dr. Jorge Carvajal Posada (1948)**, con especialidad en medicina bioenergética y holística. Es pionero en la medicina bioenergética, que busca el equilibrio energético del cuerpo para mejorar la salud. Su enfoque combina elementos de la medicina tradicional, la psicología y la espiritualidad. Fundador del concepto de Sintergética, una práctica que integra diferentes disciplinas para el cuidado de la salud.
- I **Dra. Marta Gómez Zurita (1962)**, tiene especialidad en terapia con plantas medicinales y acupuntura. Es conocida por su enfoque en el equilibrio del cuerpo y la mente mediante el uso de métodos naturales. Es fundadora de un centro de salud en Cali, donde ofrece tratamientos personalizados utilizando técnicas de la medicina tradicional china y plantas medicinales.
- I **Dr. Alejandro Céspedes (1965)**, especialista en medicina antroposófica y medicina natural, promoviendo un enfoque más holístico de la salud que considera al ser humano en su totalidad. Considera los aspectos emocionales, espirituales y físicos en el tratamiento de enfermedades, incluyendo el uso de terapias artísticas y remedios naturales.
- I **Dra. Claudia Campo (1973)**, trabaja en homeopatía, fitoterapia, y medicina ayurvédica. Su enfoque abarca tanto el uso de plantas medicinales locales como la implementación de dietas y rutinas de vida saludables.
- I **Dr. Edgar Villamarín (1957)**, trabaja en medicina funcional y fitoterapia. Tiene reconocimiento por su enfoque en la medicina funcional, que busca identificar y tratar las causas subyacentes de las enfermedades a través de cambios en el estilo de vida y el uso de plantas medicinales.
- I **Dr. Pablo Enrique Pedraza Torres (1964)**, es un destacado médico colombiano conocido por su trabajo en la medicina natural, integrativa y terapias complementarias. Es reconocido por su enfoque holístico en el tratamiento de diversas condiciones de salud, integrando la medicina convencional con prácticas alternativas. También, practica la fitoterapia con el uso de plantas medicinales para el tratamiento de diversas condiciones, la homeopatía con terapias para el equilibrio corporal y emocional, la acupuntura con la aplicación de técnicas de la medicina tradicional china para aliviar el dolor y mejorar el bienestar general, la neuropatía para la promoción de la salud y la prevención de enfermedades mediante métodos naturales, la medicina orto molecular con el uso de suplementos y micronutrientes para optimizar la salud y tratar enfermedades. Su investigación se centra en demostrar la eficacia de las terapias alternativas, particularmente en el manejo del dolor crónico y enfermedades autoinmunes.

## CONCLUSIONES

En conclusión, la medicina natural y alternativa es un campo en constante evolución, ofrece una perspectiva innovadora para abordar la salud y el bienestar, importante resulta continuar investigando y validando a través de la academia sus muchos beneficios, siendo la ciudad de Tunja el lugar propicio para ello, tratándose de una comunidad de costumbres y tradición, gracias a la cual es posible resguardar mucho del conocimiento medicinal de diversas plantas y tratamientos (Doce Sánchez, 2019).

En esta era tecnológica y de masivo consumo pensar en medicamentos y el saturado sistema de salud puede ser algo frustrante, pero comprende una necesidad de primer nivel y el consultar a un profesional de la salud debe ser siempre la primera opción, aunque para aquellas personas que sufren de enfermedades crónicas o han desarrollado resistencia a distintos medicamentos, la medicina alternativa resulta ser de gran ayuda ya largo plazo tiene el poder de mitigar no solo el dolor sino los efectos adversos de muchos medicamentos ampliamente utilizados. Darle una oportunidad a la medicina natural y alternativa comprende darle una oportunidad a nuestro cuerpo de sanar o mejorar de la mano con la naturaleza.

## REFERENCIAS

- Castro Quiroga, Sonia Leonor (2024). Indagación Cámara de Comercio. Tunja
- Díaz Piedrahita, S. (2008). *Mutis y el Movimiento Ilustrado la Nueva Granada*. Ediciones Conjuntas de la Universidad de América y la Academia Colombiana de Historia. Bogotá DC.
- Doce Sánchez, L. (2019). *La Medicina Natural y Tradicional como tratamiento alternativo de múltiples enfermedades*. Revista Cubana de Medicina General Integral. Cuba.
- Gómez Arias, Lucía. (2024). Comercialización de productos naturistas. Entrevista investigadora. Tunja
- Lezaeta Acharan, M. (2018). *Medicina Natural: todas las enfermedades, todos los síntomas, todas las terapias*. Pax.Mexico. México
- Hobert, I. (1999). *Libro Completo de Medicina Natural: Todas las Enfermedades, todos los Síntomas, Todas las Terapias*. Gaia Ediciones. Alemania.
- Jiménez, A. (2019). *Los desafíos de la innovación en Latinoamérica*. Santiago Chile.
- Pereira Elias, R. y Fuentes Delgado, D. (2012). *Medicina tradicional versus medicina Científica ¿en verdad somos tan diferentes en lo esencial?* Acta Médica Peruana v.29 .2. Lima. Abril/ Junio.
- Fernández García, O. (2019). *La Biblia de la Medicina Natural*. Independently Publisshed.