

HOMEOPATÍA EN EL CAMINO DE SANTIAGO

¡Hola de nuevo!

La Homeopatía sigue viajando. Según publicaba hace unos días el diario *Noticias de Navarra*, 5.000 peregrinos podrán aliviar y curar sus dolencias gracias a un botiquín homeopático que se les entregará a aquellos que recorran la Ruta Jacobea en el tramo que va desde Puente la Reina a Estella.

Un laboratorio y un centro médico se han unido para llevar a cabo esta iniciativa. El botiquín contendrá un gel de árnica, indicado para los traumatismos leves que puedan producirse en el transcurso de los kilómetros recorridos; unos comprimidos con un medicamento homeopático que impide los calambres musculares, a la vez que propicia una buena recuperación muscular, y unas pastillas para refrescar la garganta.

Según han dicho los impulsores de la iniciativa, tienen previsto distribuir gratuitamente 5.000 botiquines entre los peregrinos que visiten los albergues de Puente la Reina y Estella. Afirman que la salud, el cuidado integral de la persona y el respeto al medio ambiente han sido siempre sus máximas y de este modo pretenden ayudar a que el Xacobeo 2010 sea «más saludable».

RECOMENDACIONES PRÁCTICAS

Desde aquí queremos trasladar nuestra enhorabuena a los impulsores de la iniciativa, y hacerla también extensiva a los farmacéuticos que regentan oficinas de farmacia ubicadas en el Camino. Muchos han recibido formación específica para tratar las dolencias propias de los peregrinos a través de sus Colegios y otras instituciones, un esfuerzo digno de elogio. Para que la homeopatía se integre también en su visión integral de la salud de estas personas, vamos a recordar aquí algunos medicamentos que podemos recomendarles a aquellos que transitan otras etapas de la Ruta o no han tenido acceso a este botiquín:

- *Arnica montana* 30 CH, 3 gránulos 3 veces al día para la prevención y curación de la fatiga muscular.
- *Cuprum metallicum* 7 CH, 3 gránulos 3 veces al día, para la prevención y curación de los calambres musculares
- Pomada de caléndula, para las ampollas y las heridas de los pies.

Iniciativas de este calibre son necesarias, no sólo para dar a conocer la homeopatía, sino también para que se hable de ella y se difundan sus beneficios, vinculándola siempre a la salud, la atención médica y farmacéutica y la efectividad. Sin efectos secundarios ni reacciones adversas.

