

VIVIR AL

# natural

salud y bienestar

OTOÑO - INVIERNO

2014/15 - nº30

energía para todos!

**HOMEOPATIA**  
y enfermedades invernales

**MICRONUTRIENTES**  
indispensables para el correcto  
funcionamiento del cuerpo

**HOMEOSOR**  
SOLUCIONES INTEGRADAS DE BIENESTAR

KIDS

# cuida la salud de tus peques

100% vegetales  
sin azúcar  
de muy agradable sabor



jarabes  
infantiles



[www.homeosor.es](http://www.homeosor.es)



## sumario

- 04 **en portada**  
**¡energía para todos!**
- 08 **micronutrientes**  
**indispensables para el correcto funcionamiento del cuerpo**
- 10 **lucha contra el sobrepeso y la obesidad**
- 12 **infusiones de plantas un hábito muy saludable**
- 14 **La homeopatía y las enfermedades invernales**
- 16 **visita de oficinas de farmacia**  
**más de 400 profesionales visitan las instalaciones de Homeosor**
- 18 **sus productos**  
**preparados para el cambio de estación**
- 22 **noticias**

## nuestra reflexión

Sin duda es tiempo de lo natural. Hay un cambio en los hábitos generales de consumo. Cada vez son más las personas conscientes de la necesidad de proteger el medio ambiente y protegerse ellos mismos, y hacerlo con productos naturales, de buena calidad, con alimentos sanos. Cada día hay un mayor grado de sensibilización hacia los efectos secundarios que los componentes químicos de los medicamentos tienen en nuestro organismo. Esa tendencia, unida a la ardua situación que están viviendo las oficinas de farmacia derivada de los problemas con el Sistema Nacional de Salud, está haciendo que la Fitoterapia y la Homeopatía cada vez estén más presentes en dichos establecimientos. Ante el nuevo escenario, desde Homeosor renovamos nuestro compromiso para seguir aportando soluciones naturales y seguir ofreciendo una amplia gama de medicamentos que combinen las leyes de la Medicina Natural con los últimos avances de la ciencia médica convencional.

Rafael Esteban

Director General de Homeosor

### DIRECTOR

Rafael Esteban

### DIRECTOR GERENTE

Carlos Gonzalo

### DIRECTOR DE ARTE

Javier Caballero

### REDACCIÓN

Mónica Calvo

### DISÑO Y MAQUETACIÓN

Antonio López, Ana Belén González, Beatriz Alonso

### MARKETING

Gonzalo Irigoyen, Ana Tarancón,  
Carolina Yagüe, Isabel González

### RESPONSABLE HOMEOSOR

Sergio Sanz

### COLABORADORES Y ASESORES

Isabel Molinero, Juan Pedro Ramírez, Estrella Gascón,  
Jessica Lamy y Manuel Llorio

**EDITA** Grupo Soria Natural - Telf. 975 25 20 22

**IMPRIME** Gráficas Jomagar S.L.

**Tirada** 100.000 ejemplares

**Dep. Legal** SO-27/2014



[www.homeosor.es](http://www.homeosor.es)



# ¡energía para todos!

Estrella Gascón. Dpto. Médico de Homeosor

**La energía se puede definir como la capacidad para realizar un trabajo. El organismo obtiene la energía a partir de dos fuentes: del metabolismo de los alimentos que ingerimos o de las reservas corporales. El cuerpo la emplea para llevar a cabo todas sus funciones: muscular, digestiva, nerviosa, construcción y mantenimiento de los tejidos, producción de calor y mantenimiento de la temperatura corporal, etc. Esto le va a permitir llevar a cabo la actividad cotidiana: estudiar, trabajar, hacer deporte, etc. En determinados momentos, y dependiendo de la edad, el tipo de trabajo, las actividades extra que se realizan, la práctica de deporte, etc., el organismo puede sentir que le falta energía para trabajar adecuadamente. Se encuentra cansado, fatigado, y con falta de vitalidad, lo que le impide realizar las tareas más sencillas.**

## La falta de energía puede deberse a múltiples causas:

Algunas personas, al finalizar el verano, con la vuelta a la rutina, experimentan astenia post-vacacional, en la que se nota ese cansancio y falta de vitalidad. Esta situación suele remitir en pocos días, y se debe a la dificultad del organismo para adaptarse a los cambios climáticos (temperatura, luz, humedad, etc.) que se presentan en esta época del año. Otras veces, la falta de energía se debe a alguna enfermedad orgánica (cardíaca, pulmonar, infecciones, etc.), o una depresión. Tampoco hay que olvidar que una alimentación deficitaria en la que se consumen muchos productos refinados y procesados también puede

ser causa de astenia y cansancio ya que se agotan las reservas de ciertos nutrientes que solo están en las frutas y hortalizas frescas.

## Energía para todos

Para mejorar esta falta de energía, además de corregir la causa si la hay, es conveniente llevar una alimentación equilibrada en la que, junto con las proteínas, hidratos de carbono y grasas, se incluyan vegetales que aportan las vitaminas y minerales que no se obtienen con alimentos más elaborados. El consumo de algunos energizantes naturales, siempre como complemento de esa alimentación equilibrada, pueden hacer más llevadera esta situación.

# ¿Sabes cuál es tu necesidad?

## en niños

● Los niños suelen gozar de buena salud. Están en una etapa de rápido crecimiento y desarrollo, y les gusta jugar y hacer deporte. Esto, unido a la actividad intelectual, hace que consuman gran cantidad de calorías y nutrientes que deben ser repuestos mediante una alimentación equilibrada.

En determinadas circunstancias puede ser útil algún complemento natural a base de jalea real, miel, propóleo, polen, vitaminas y minerales que proporcionan algunos beneficios.

### ¿Qué les aportan?

- Mejorar el rendimiento físico cuando realizan una actividad deportiva intensa.
- Mejorar la capacidad de concentración y el rendimiento escolar.
- Facilitar un adecuado crecimiento óseo y desarrollo intelectual.
- Aumentar la capacidad defensiva del organismo haciéndolo más resistente a cualquier agente agresivo.

## en adultos

● La sociedad actual nos impone un ritmo de vida frenético y competitivo que en determinadas situaciones puede llegar a agotarnos tanto física como mentalmente: horarios prolongados de trabajo con comidas rápidas, dificultad para atender las tareas domésticas, familiares y laborales, trabajos físicos extenuantes, consumo excesivo de excitantes (tabaco, café, alcohol)... Nos puede venir bien una ayuda en forma de suplemento que nos proporcione la energía extra que necesitamos.

## en mayores

● Con el paso de los años, el organismo se va deteriorando y al llegar a esta edad, se hacen más perceptibles ciertos cambios que hacen que la persona no pueda rendir igual. Los problemas de masticación, la disminución del sentido del gusto, en algunos casos los problemas de movilidad que dificultan tareas como la compra o la preparación de las comidas, la soledad, el aburrimiento, etc. son factores que hacen que estas personas no se alimenten bien y que no tengan los nutrientes necesarios que les proporcionen la energía suficiente.

## en deportistas

● La práctica habitual de deporte, y más si éste es de competición, requiere algunos suplementos que además de aumentar la fuerza y la resistencia muscular, ayuden luego a una recuperación mejor. La glutamina, la inosina y el ácido pangámico o vitamina B15, conocido como la vitamina antifatiga de los deportistas, son algunas de las sustancias que contribuyen a optimizar el rendimiento muscular.

Otros nutrientes especialmente beneficiosos para los deportistas son, las vitaminas del grupo B y el magnesio, que son necesarios para el funcionamiento adecuado de las vías metabólicas celulares encargadas de producir energía, y el cromo que facilita la entrada de glucosa y proteínas en la célula. Los aminoácidos ramificados como la leucina, valina, isoleucina mejoran la masa muscular.



La fitoterapia nos ofrece plantas que pueden aumentar nuestra vitalidad, como el ginseng, el eleuterococo, el romero o el té verde. La alfalfa es una planta que aporta vitaminas y minerales.



### **Eleuterococo** *(Eleutherococcus senticosus)*

Conocido como ginseng siberiano, entre sus constituyentes destacan los eleuterósidos. Aumenta el rendimiento físico e intelectual, es estimulante general y activa la capacidad defensiva del organismo.



### **Ginseng** *(Panax ginseng)*

Planta conocida desde la antigüedad por sus propiedades vigorizantes sobre el organismo. Es estimulante del sistema nervioso, aumenta la resistencia a la fatiga y al estrés.



### **Té verde** *(Camellia sinensis)*

A parte de ser una de las bebidas más consumidas, el té tiene efectos estimulantes y tonificantes. También tiene efecto adelgazante, antioxidante, diurético. Es una planta que se ha usado tradicionalmente en casos de agotamiento físico y mental, en astenia, diarrea y obesidad.



### **Romero** *(Rosmarinus officinalis)*

Planta aromática con reconocida acción revitalizante y tonificante del sistema nervioso, muy beneficiosa en casos de agotamiento nervioso, astenia y convalecencias. También es útil en alteraciones hepáticas por su acción colerética y colagoga. Se le conoce como el ginseng español.



### **Alfalfa** *(Medicago sativa)*

Es una planta muy nutritiva debido a su contenido en hidratos de carbono, lípidos, proteínas, vitaminas y minerales. Resulta de gran utilidad en caso de agotamiento físico o intelectual, en convalecencias o como suplemento vitamínico y mineral.

Los productos de la colmena: miel, jalea real, polen y propóleo, son suplementos naturales de reconocidas propiedades vigorizantes, entre otras.



### Jalea Real

Conocida como el oro blanco, es el alimento de la abeja reina durante toda su vida, y el de las crías en sus primeros días. Aumenta el tono vital, estimula el apetito, mejora la sensación de fatiga física y mental y refuerza el sistema inmunitario.

En su composición destaca su contenido en proteínas (13%) y glúcidos (14,5%), además de lípidos, vitaminas, minerales y otras sustancias que contribuyen en ese efecto tan saludable que posee la jalea real.



### Miel

Conocida también como la dulce medicina es un alimento energético por excelencia y la base de la alimentación de las abejas. Procede del néctar de las flores que las abejas recolectan y transforman.

Muy rica en azúcares (80%), también contiene minerales, proteínas, aminoácidos y vitaminas. Su uso más conocido, además de como edulcorante, es en afecciones de garganta, catarros ó gripe.



### Propóleo

Es una sustancia viscosa que las abejas elaboran a partir de la resina y savia de diversos árboles mezcladas con sus propias secreciones. Se le conoce como el antibiótico natural y entre otras acciones, destaca su capacidad para mejorar las defensas del organismo.



### Polen

Además de ser un complemento excelente de la dieta, por su composición (aporta lípidos, proteínas, minerales, vitaminas, enzimas) se recomienda su consumo para aumentar el rendimiento físico e intelectual, en caso de astenia y convalecencias. También contiene flavonoides como la quercetina de gran poder antioxidante.



PRODUCTOS  
RECOMENDADOS



# micronutrientes

indispensables para el correcto funcionamiento del cuerpo

Isabel Molinero. Dpto. Médico de Homeosor

**Las vitaminas y los minerales son sustancias nutritivas esenciales para el organismo porque intervienen en multitud de procesos vitales y reacciones químicas dentro de las células. Son imprescindibles para que nuestro cuerpo realice de forma correcta sus funciones básicas. Constituyen elementos vitales en una dieta saludable.**

## Minerales

- **Macroelementos:** son los que el organismo necesita tomar en mayor cantidad. Calcio, fósforo, sodio, potasio, magnesio, cloro y azufre.
- **Microelementos:** se requieren tomar en menor cantidad. Hierro, flúor, yodo, manganeso, cobalto, cobre y zinc.
- **Oligoelementos:** tomar en pequeñas cantidades. Silicio, níquel, cromo, litio, molibdeno y selenio.

## Vitaminas

- **Vitaminas hidrosolubles:** vitamina C y las del grupo B. El organismo no puede almacenarlas y es necesario un aporte diario. El exceso se elimina por sudor y orina.
- **Vitaminas liposolubles:** vitamina A, D, E y K. Se disuelven en grasas y se almacenan en el tejido adiposo y en el hígado. Consumirlas en exceso puede ser muy perjudicial para la salud.

Presentan múltiples funciones: intervienen en el metabolismo de los principios inmediatos (hidratos de carbono, grasas y proteínas), son necesarias para el desarrollo y crecimiento normal, participan en la formación, mantenimiento y reparación de los tejidos, regulan el flujo de los líquidos corporales, participan en la coagulación de la sangre, son necesarias para asimilar las proteínas, ayudan al sistema inmunológico a defenderse, actúan como antioxidantes, entre otras acciones.

No tienen una función energética. Es decir, no aportan energía y por tanto no implican calorías. Su cometido es ayudar a que el organismo pueda obtener la energía de los alimentos interviniendo como catalizadores (cofactores enzimáticos) en las reacciones bioquímicas que facilitan la transformación de los alimentos en nutrientes a través de diversos procesos metabólicos. Nuestro organismo no puede fabricar la mayoría, así que deben ser aportadas a través de

la alimentación requiriendo una ingesta equilibrada de los alimentos que las contengan. Por ejemplo, la vitamina D y la vitamina K pueden ser sintetizadas por el organismo, aunque en pequeñas cantidades, lo que generalmente resulta insuficiente para nuestras necesidades. A veces también es difícil obtener todos los nutrientes esenciales de la alimentación puesto que el procesado, la congelación, la exposición a la luz y al aire y sobre todo el cocinado de los alimentos destruye una gran proporción de vitaminas y minerales. Se requieren en pequeñas cantidades y por eso se conocen como micronutrientes. Es de capital importancia ingerir las cantidades óptimas de estas sustancias



nutritivas, ya que tanto la carencia como el exceso puede tener consecuencias negativas sobre la salud. Un aporte óptimo permite constituir reservas para responder a las necesidades en circunstancias desfavorables. Una dieta variada y equilibrada puede cubrir todas las necesidades del organismo.

## una necesidad para cada edad

**Escolares:** en crecimiento constante necesitan vitamina A, C, D, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, ácido fólico, hierro y calcio.

**Adolescentes:** por el crecimiento acelerado de los músculos y huesos, necesitan hierro, zinc, calcio, vitamina D, A, y las del complejo B.

**Mujeres en edad fértil:** deben mantener las reservas de hierro, vitaminas del complejo B (sobre todo ácido fólico y vitaminas B<sub>6</sub>), C y A.

**Embarazo y lactancia:** aumentan las necesidades de vitaminas del grupo B (B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>6</sub> y ácido fólico) vitamina D, C, hierro, calcio, fósforo y yodo.

**Adulto mayor:** debe suplementar las vitaminas C, E, A, D, las del grupo B (principalmente B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub> y ácido fólico), hierro, calcio, zinc, magnesio y selenio.

**Deportistas:** mayor aporte de betacarotenos, vitamina C, E, D, las del grupo B, selenio, zinc, calcio, magnesio, fósforo, hierro, sodio, potasio y cromo.

**Fumadores:** requieren vitamina C y suplementación normal de: betacarotenos, vitamina E, ácido fólico, B<sub>1</sub> y B<sub>6</sub>.



PRODUCTOS  
RECOMENDADOS



# Lucha contra el sobrepeso y la obesidad

Jessica Lamy.  
Dpto. Nutrición y Dietética de Homeosor

El control de peso es un problema de alta prioridad en cuestión de salud. Su incremento se ha acelerado en los últimos años, con el consiguiente impacto negativo sobre la salud ya que se ha relacionado con mayor riesgo de padecer ciertas patologías cardiovasculares, incremento de la tensión arterial, ciertos tipos de cáncer, diabetes, artrosis, enfermedades digestivas, enfermedades respiratorias, etc. El tratamiento ideal del sobrepeso y de la obesidad es su prevención. A partir de ahí, una intervención terapéutica debe orientarse a conseguir cambios en los hábitos alimentarios, incrementar la actividad física y complementar con productos que ayuden al control del peso. Cuando comenzamos un tratamiento dietético, nos podemos ayudar de complementos que nos ayuden a eliminar toxinas, favorecer el drenaje y estimular el metabolismo.

Uno de los problemas más frecuentes, sobre todo en mujeres, es la retención de líquidos causada por una acumulación de toxinas (aumento de la cantidad de agua y otras sustancias en los tejidos) que el cuerpo no puede eliminar de forma natural. Este problema se agrava

va principalmente cuando hace calor. Entonces disminuye la capacidad de retorno venoso y se hinchan las piernas produciendo pesadez. Hay otras causas que también lo provocan como hormonas, procesos menstruales, obesidad, fármacos, problemas cardiovasculares, dieta incorrecta, falta de ejercicio, etc.

En fitoterapia existen ciertos compuestos que participan en la estimulación de la «limpieza» del organismo eliminando las toxinas acumuladas en él. El café verde o los rabos de cereza son dos complementos que ayudan a definir la silueta gracias a la acción activa de sus componentes. Pero para que todo esto tenga una buena sinergia y dé buenos resultados hay que combinarlo con dieta y ejercicio.

**PRODUCTO RECOMENDADO**





## *Prunus avium* L. rabos de cereza



- Del cerezo no solo se utilizan sus frutos, sino también los pedúnculos, es decir, los rabos de las cerezas. Estos poseen muchas sales minerales, sobre todo potasio. Además tienen flavonoides y taninos (polifenoles), que actúan como diuréticos y depurativos. Son elementos que estimulan la eliminación tanto urinaria como digestiva, limpiando el organismo

de las toxinas acumuladas. Los polifenoles son muy útiles en los tratamientos de control de peso y curas depurativas.

- Al ser diuréticos son ideales para combatir la retención de líquidos, favorecer la eliminación de los cálculos renales y ayudar a la aliviar la sensación de «piernas pesadas».



## *Coffea canephora robusta* café verde

- El grano de café verde natural descafeinado contiene un compuesto activo llamado “ácido clorogénico”. Debe su nombre a que se oxida produciendo una sustancia de color amarillo-verdoso. Esta sustancia actúa sobre el metabolismo de la glucosa, limitando su absorción, obligando así al organismo a quemar la grasa acumulada con el fin de satisfacer las necesidades de energía del cuerpo.

- El ácido clorogénico es un compuesto que se concentra en mayor proporción en algunas semillas o frutas como es el caso del café verde.

- Si el café verde sufre el proceso de tostado, el ácido clorogénico cambia su estructura molecular, pasando a ser ácido caféico y ácido quínico. Diversos estudios han reflejado una reducción

significativa de los niveles de glucosa y de insulina. Sus autores interpretan estos resultados sugiriendo que el ácido clorogénico puede tener varios efectos sobre el metabolismo de la glucosa.

- El ácido clorogénico inhibe la actividad de la glucosa-6-fosfatasa (G6P) lo que produce un retraso de la absorción de glucosa intestinal. Al inhibir esta enzima, la concentración de glucosa en sangre es menor impidiendo así la acumulación de la misma en forma de grasa. Por otro lado incrementa la utilización de grasa almacenada en el cuerpo para su metabolización. Por todo ello se ha considerado al café verde un gran aliado en la lucha para controlar el peso.



## Un hábito muy saludable

Ya no se oye en los restaurantes pedir tanto café como punto final del almuerzo o de la cena. Cada vez se demanda más una infusión de algún tipo de té, manzanilla o poleo, entre otras. También es mayor la tendencia a recurrir a ellas para aliviar determinadas molestias fisiológicas. **Más que una bebida caliente o una moda, es una auténtica fuente de salud.**

Estrella Gascón. Dpto. Médico de Homeosor

El origen de las infusiones se remonta a hace cinco mil años cuando, según la leyenda, el emperador chino Sheng Tun descubrió casualmente el Té. Este emperador sólo bebía agua hervida. Un día, en el campo, mientras descansaba debajo de un árbol, cayeron algunas hojas en el recipiente. Atraído por el olor agradable que desprendía lo probó, a pesar de que había adquirido un tono marrón. El consumo de esta nueva bebida se difundió, primero, como algo exclusivo de las clases más pudientes y, después, en el resto de China. Posteriormente, se ha popularizado en todo el mundo y además del Té, se utilizan otras plantas beneficiosas por sus propiedades medicinales.

### ¿Qué es una infusión?

Es una mezcla de plantas con agua caliente que extrae los principios activos que contiene y que son los que guardan las propiedades.

### Conservación de las infusiones

Lo más adecuado es prepararla justo antes de tomarla, pero si no, se puede preparar por la mañana la cantidad que se vaya a tomar a lo largo del día y si la temperatura ambiente es alta, guardarla en el frigorífico. Antes de consumirla, se puede calentar, pero sin que hierva.

### Tipos de infusiones

Se pueden hacer con una sola planta o con una mezcla de varias para conseguir un mayor efecto, aunque una bien utilizada puede proporcionar más beneficios que varias mal combinadas.

## ¿cómo preparar la infusión?

- Calentar agua hasta que esté a punto de hervir.
- Verter el agua sobre el recipiente en el que habremos puesto la bolsita/filtro de planta.
- Taparla para evitar que se volatilicen los principios activos. Dejar reposar entre cinco y diez minutos.

Es preferible no endulzarla. En los casos en que sea imprescindible -como en los niños o cuando el sabor no es muy agradable- lo más adecuado es la miel, ya que contiene minerales, vitaminas y otros componentes que le confieren más propiedades medicinales. También se puede utilizar azúcar moreno, melaza o sirope de Arce. Otra opción es añadir unas gotitas de zumo de limón o un trocito de su corteza.



### té verde



**Antioxidante**

### cola de caballo



**Depurativa y remineralizante**

### manzanilla



**Favorece la digestión de las grasas**

### té rojo



**Cuida la línea**

### poleo



**Actúa favorablemente sobre la sensación de pesadez e hinchazón**





# la homeopatía

## y las enfermedades invernales

Juan Pedro Ramirez. Dpto. Médico de Homeosor

La homeopatía es una terapia tradicional con más de dos siglos de antigüedad. A pesar de las continuas críticas y ataques proferidos sobre ella, el interés que despierta sigue imparabile. La homeopatía trabaja con dos tipos de herramientas; la primera son las microdosis (diluciones bajas de sustancias que actúan optimizando la respuesta inmunológica).

Los Homeosores son un ejemplo de combinación de microdosis. Las combinaciones de las microdosis pueden tener un uso “genérico”, por ejemplo para la tos, para aumentar las defensas o para reducir la inflamación. La segunda forma de presentación de la homeopatía son las dinamizaciones, diluciones supramoleculares obtenidas mediante métodos muy específicos que cambian la estructura del agua. Tanto las microdosis como las dinamizaciones permiten que el organismo ponga en marcha sus recursos curativos, estimulando los mecanismos naturales

previstos para ello. Su naturaleza se ha comparado a la de las vacunas, en este sentido. Son sustancias que a dosis altas reproducen los síntomas concretos que experimenta el paciente pero, para que adquieran su valor terapéutico, son procesadas mediante una serie de diluciones y dinamizaciones sucesivas, hasta que pierden toda su nocividad y se transforman en medicamentos tan seguros que pueden ser administrados sin temor. Los clientes más asiduos a las consultas de homeopatía suelen ser especialmente los niños, embarazadas, lactantes y pacientes polimedicados y otros que, ante todo, prefieren un



tratamiento sin efectos adversos, debido a las peculiaridades de estos tratamientos que acabamos de describir.

### Frente al frío

El frío invernal reduce la eficacia de nuestras defensas. Favorece la aparición de infecciones especialmente en aquellos lugares por donde pasa el aire frío. Estas infecciones suelen ser de naturaleza viral y no responden al uso de antibióticos. El simple estímulo de nuestros mecanismos naturales defensivos es capaz de mejorar su evolución. El uso equivocado de antibióticos en estas afecciones, no sólo no ayuda si no que debilita nuestro sistema inmunológico favoreciendo posteriores infecciones. También el uso



sistemático de antipiréticos para bajar la fiebre, puede contribuir a su deterioro, cuando no están convenientemente indicados. La elección del medicamento homeopático más conveniente para cada caso, debe ser orientada por el profesional sanitario. Los complejos homeopáticos son de indicación genérica, pero los unitarios (de un solo

## 9 principales remedios

### ✓ **Drosera rotundifolia**

En la tos seca de predominio nocturno.

### ✓ **Tartarus stibiatus**

Tos con expectoración.

### ✓ **Mercurius solubilis**

Amigdalitis pultáceas (con "puntos blancos").

### ✓ **Atropa belladonna**

Procesos inflamatorio-infecciosos que cursan con fiebre y congestión. La piel está húmeda.

### ✓ **Eupatorium perfoliatum**

En la fiebre con dolor osteomuscular.

### ✓ **Aconitum napellus**

Usado en la fiebre brusca y alta con piel caliente y seca.

### ✓ **Cefaelis ipecacuanha**

Tos y ahogo cuando se acompaña de asma.

### ✓ **Echinacea angustifolia**

Síndromes infecciosos de etiología variada.

### ✓ **Hepar sulfur**

Remedio homeopático por excelencia de los procesos supurativos agudos.

componente) se eligen en función de los síntomas específicos que manifieste el sujeto. El homeopático, siguiendo la llamada "Ley de similitud", debe ser una sustancia que a dosis altas provoque el mismo tipo de síntomas que los que padece el enfermo. El usuario habitual de la homeopatía, es capaz

de controlar los síntomas menores de sus procesos habituales con este tipo de remedios, descargando el sistema sanitario de consultas innecesarias y reduciendo el daño derivado del consumo de medicamentos alopáticos, indudablemente con toxicidad más alta.



# visita de oficinas de farmacia

## Más de 400 farmacéuticos visitan las instalaciones de Homeosor

Mónica Calvo. Dpto. Marketing y Comunicación  
Fotografía: Ana Belén González / Beatriz Alonso

Un grupo de más de 400 farmacéuticos provenientes de toda España visitaron Soria los días 12 y 13 de junio invitados por Homeosor. A lo largo de la visita, los farmacéuticos tuvieron oportunidad de recorrer las modernas instalaciones que el grupo Soria Natural tiene en Garray. El grupo conoció de primera mano el laboratorio en el que, con medios tecnológicos de vanguardia y cumpliendo los controles más estrictos, se desarrolla una gama de medicamentos de última generación, que combina las leyes de la Medicina Natural con los últimos avances en la ciencia médica convencional. También visitaron las instalaciones en las que Soria Natural elabora su línea de productos de alimentación especial y ecológica, cien por cien vegetales y aptos para personas con intolerancias alimentarias. Además pudieron recorrer los cultivos

de los que se obtiene la mayor parte de las materias primas empleadas en la elaboración de la gama de productos Homeosor. Son más de 300 hectáreas de cultivos con Certificado Ecológico. El grupo pudo comprobar cómo Homeosor apuesta en todas sus gamas de producto por un riguroso control de calidad en sus tres fases: materia prima en origen, producto en transformación y producto final. El propósito de la visita, como explicó el Director General de Homeosor, Rafael Esteban, «era que nos conocieran a fondo, conocieran nuestra filosofía y sepan cual es el grado de calidad y eficacia de nuestros medicamentos». El objetivo se consiguió, de hecho, apuntó Esteban, «podemos considerar un éxito la visita por los comentarios de nuestros clientes que nos transmitieron su satisfacción».



y si necesitas  
suplementación deportiva...

# preparados para el cambio de estación

Llega el otoño y con él dejamos atrás el sosiego y el relax del verano. El fin de la época estival trae consigo, en muchas ocasiones, el temido síndrome postvacacional que se puede manifestar en debilidad generalizada, astenia, pérdida del apetito, insomnio con somnolencia durante el día, falta de concentración, sensación de enfado o mal humor, desidia,... Homeosor nos ofrece un buen número de productos para hacer frente al cambio de estación y la vuelta a la rutina. Algunos nos aportan la energía extra que nuestro organismo necesita, otros nos ayudan a fortalecer nuestra capacidad defensiva, alivian los problemas propios de los rigores invernales...  
**¡Prepara tu botiquín para el otoño!**



Es una mezcla de nutrientes que contribuye a optimizar la producción de energía celular. Ejerce un efecto favorable en estados de agotamiento, cansancio o falta de energía, así como durante la práctica deportiva o de ejercicios de musculación. C.N. 169840.7



Complemento de aminoácidos dirigido a optimizar la fuerza y resistencia muscular, así como a fortalecer piel, uñas y cabello. Recomendado como complemento de dietas pobres en proteínas. C.N. 169836.0



Carvimin es un producto elaborado exclusivamente con aminoácidos de origen vegetal (soja y arroz), minerales y vitaminas que cuida de tus huesos y articulaciones. Aporta los nutrientes necesarios para el mantenimiento de la estructura normal del hueso, cartílago articular y otros tejidos como el pelo y las uñas. C.N. 325340.6 / 392209.8

# ¡energía para todos!

Energy y Energy Max son complementos alimenticios con vitaminas, minerales y sustancias precursoras de ATP, molécula que te proporciona al instante la energía que tu organismo necesita.



CN: 326942.1

## energy max

Con ginseng, te proporciona un mayor rendimiento intelectual y físico.



CN: 326934.6

## energy

Te aporta la energía extra que tu organismo requiere para mantener el ritmo diario.

# ¡más gama natestim!

La Gama Natestim, diseñada para ayudar a mejorar la capacidad defensiva del organismo cuando éste disminuye por los ataques externos dañinos, continúa creciendo. Homeosor incorpora a su catálogo a **partir del 1 de octubre** dos novedades:



## comprimidos chupables

Elaborado con propóleo, cuida tu garganta, aporta una agradable sensación de suavidad y frescor en boca y garganta. CN: 169750.9

## nebulizador bucal

Mezcla de extractos de varias plantas favorables en ciertos problemas leves de garganta gracias a su acción suavizante y refrescante. CN: 169749.3



## ¡vitaminas y minerales para todos!



CN: 169135.4

**Optisor** presenta un efecto favorable sobre distintos estados de ánimo devolviendo el optimismo, la vitalidad y los equilibrios perdidos.



CN: 169266.5

**Vitaforte** es una equilibrada combinación de vitaminas y minerales especialmente recomendada en ciertos estados carenciales.



CN: 169134.7

**Complejo B** contiene todas las vitaminas del grupo B, por lo que ayuda al organismo a mantener una salud óptima y una piel en buen estado.

## infusiones



**digesor**

CN: 396309.1



**cola de caballo**

CN: 171326.1



**té rojo**

CN: 171328.5



**manzanilla**

CN: 171331.5



**poleo**

CN: 171327.8



**té verde**

CN: 171329.2

Homeosor ha incorporado a su catálogo cinco nuevas infusiones en filtro monodosis herméticamente cerradas y sin grapa, que destacan por la calidad de sus materias primas. Todas ellas

proceden de plantaciones de cultivos propios de Soria Natural. A éstas se suman otras compuestas que se comercializan desde hace tiempo: **Bronpul**, **Digesor** y **Tensibén**.

Rechaza las dietas que prometan una reducción de peso drástica en poco tiempo. Opta por las que te proponen una alimentación equilibrada y complementos seguros.

## nuevo cofiline mejora el drenaje renal



CN: 161756.9

**DRENAline Max** además de poseer una elevada capacidad antioxidante, favorece la eliminación y el drenaje renal.



CN: 172375.8

**COFiline**, gracias a las propiedades drenantes y la acción sobre el metabolismo de las grasas de sus ingredientes, es el mejor aliado para eliminar líquidos y renovar el organismo.



CN: 168772.2

**CELUline** contribuye a reducir el acúmulo de grasa en determinadas zonas del cuerpo como muslos, caderas, etc. y ayuda a eliminar toxinas del organismo.



CN: 160922.9

**VIENTREline**, elaborado con concentrado de melisa, morera y ajeno, ayuda a reducir la grasa abdominal.



CN: 168679.4

**CAPTAline**, elaborado con extracto concentrado de *Opuntia ficus-indica* (Neopuntia), ayuda a combatir y bloquear parte de las grasas ingeridas en la dieta diaria, evitando así su acumulación.



CN: 166414.3

**MANGOline** ayuda a perder peso controlando el apetito, favorece la ralentización del vaciado gástrico y la disminución del índice glucémico, permitiendo además actuar sobre la grasa.

# noticias

## Asistimos a Infarma 2014

Homeosor participó el pasado mes de marzo en Infarma Madrid 2014, el Salón Europeo de Farmacia que reunió a más de 25.000 profesionales y 2.500 congresistas de toda Europa. Nuestro laboratorio estuvo presente en esta cita, que es referencia y punto de encuentro para el sector, con un stand de diseño, más amplio que en años anteriores y mejorando la ubicación. La cita, que sirvió para intercambiar experiencias, fortalecer relaciones y presentar las últimas novedades tanto en fitoterapia como en homeopatía, fue un éxito y Homeosor ya ha renovado su participación de cara a la próxima edición.

## Homeosor adquiere Laboratorios Homeolab



Homeosor, la división farmacéutica del grupo Soria Natural, ha adquirido Homeolab, laboratorio madrileño con más de veinticinco años de historia. Esta operación le va a permitir ampliar su catálogo de medicamentos homeopáticos incorporando más de 2.000 referencias, entre las que destacan la gama de inyectables y las líneas de pediatría y ginecología. De esta forma, Homeosor se convierte en uno de los laboratorios de referencia en el mercado de la homeopatía en España, reforzando su compromiso por seguir creciendo en el campo de las terapias naturales ofertadas en las oficinas de farmacia.



## Homeosor en las oficinas de farmacia



Homeosor está cada día más presente en las oficinas de farmacia de todo el país. Cada vez son más los establecimientos que apuestan por dar una imagen nueva a uno o varios de sus rincones o a su escaparate y optan por nuestro laboratorio. Un magnífico ejemplo de ello es la Farmacia Cristo-Rivas, en Madrid. Con Jesús Ramos al frente ha confiado en Homeosor para desarrollar un proyecto de decoración incluyendo el rótulo exterior y un directorio de servicios. Hasta el momento son más de medio centenar las oficinas de farmacia, mayoritariamente de la zona centro, que se han inclinado por un proyecto personalizado de decoración a medida.



CN 296996.4

# NERVIOSISMO GENERAL ESTRÉS · IRRITABILIDAD INSOMNIO OCASIONAL



VALERIANA - PASIFLORA - ESPINO BLANCO - LAVANDA



[www.homeosor.es](http://www.homeosor.es)

De venta en farmacias

# +DEFENS

ayuda a reforzar  
el sistema inmunitario

elaborado con uvas blancas, lactoferrina,  
probióticos y *Pleurotus ostreatus*

