

Dr. MARIA ENRICA QUIRICO

# Remedii naturiste pentru mamă și copil

Cure homeopatice și remedii florale Bach,  
din timpul sarcinii până în prima copilărie

Traducere din limba italiană de  
Mihaela Nicoletta Tudose

Editura Paralela 45

Redactare: Mihaela Cosma  
Corectură: Dana-Ioana Chiriță  
Tehnoredactare și design copertă: Mihail Vlad  
Pregătire de tipar: Marius Badea

Coperta: © Evgeny Atamanenko, Vilor | Shutterstock

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

**QUIRICO, MARIA ENRICA**

**Remedii naturiste pentru mamă și copil : Cure homeopatice și remedii florale Bach, din timpul sarcinii până în prima copilărie** / Maria Enrica Quirico ; trad. din lb. italiană de Mihaela Nicoletta Tudose. - Pitești : Paralela 45, 2023

ISBN 978-973-47-3859-5

I. Tudose, Mihaela Nicoletta (trad.)

615

633

#### NOTĂ IMPORTANTĂ

Toate îndrumările și recomandările din această carte au fost verificate cu rigurozitate, profesionalism și bună-credință de către autoare. Fiecare cititor este responsabil pentru propriile acțiuni, fiind în măsură să hotărască dacă aplică metodele, sfaturile și prescripțiile incluse în carte. Autoarea și editorul nu sunt responsabili pentru eventualele tulburări sau prejudicii apărute, din neglijență sau în alt fel, în urma aplicării sugestiilor, recomandărilor, procedurilor, metodelor sau produselor descrise în această lucrare.

*Rimedi naturali per la mamma e il suo bambino | Cure omeopatiche e fiori di Bach dalla gravidanza alla prima infanzia*  
Maria Enrica Quirico

© 2021 Edizioni LSWR – Tutti i diritti riservati

Edizioni LSWR è un marchio di La Tribuna Srl. La Tribuna Srl fa parte di LSWR GROUP.

This edition of **Rimedi naturali per la mamma e il suo bambino** by **Maria Enrica Quirico** is published by arrangement with LSWR.

Copyright © Editura Paralela 45, 2023

Prezenta lucrare folosește denumiri ce constituie mărci înregistrate, iar conținutul este protejat de legislația privind dreptul de proprietate intelectuală.

www.edituraparelela45.ro

# Cuprins

<b>Introducere</b>	<b>VII</b>
<b>PARTEA ÎNTÂI – Considerații generale</b>	
<b>Capitolul 1. Să fim bine informați, pentru a putea decide</b>	<b>3</b>
<b>Capitolul 2. Prima noastră întâlnire</b>	<b>5</b>
Prima întâlnire copil–pediatru .....	5
Prima întâlnire a pediatrului cu voi, părinții .....	7
<b>Capitolul 3. Copilul care se îmbolnăvește</b>	<b>11</b>
Importanța simptomelor .....	11
De ce apare febra .....	12
De ce apare tusea .....	14
<b>Capitolul 4. Virusuri și bacterii – doi inamici diferiți</b>	<b>17</b>
Folosirea corectă a antibioticelor .....	17
Învățați să vă observați copilul .....	19
<b>Capitolul 5. Copilul vostru este unic</b>	<b>21</b>
Dragostea pentru homeopatie .....	22
<b>Capitolul 6. Homeopatia clasică și cea modernă</b>	<b>29</b>
<b>Capitolul 7. Legi farmaceutice și cercetări științifice</b>	<b>33</b>
Principiul similitudinii .....	33
Principiul diluției sau legea <i>low dose medicine</i> .....	35
Principiul dinamizării .....	35
<b>Capitolul 8. Date istorice despre apariția homeopatiei</b>	<b>37</b>
<b>PARTEA A DOUA – Mamă în devenire</b>	
<b>Capitolul 9. Importanța primelor o mie de zile de viață</b>	<b>41</b>
Sarcina – mari schimbări .....	44
Dieta în timpul sarcinii .....	45
<b>Capitolul 10. Oboseala în timpul sarcinii</b>	<b>49</b>
<b>Capitolul 11. Greuța și vărsăturile</b>	<b>51</b>

<b>Capitolul 12. Tulburările gastrointestinale</b>	<b>55</b>
Constipația .....	55
Hemoroizii .....	56
Diareea .....	58
<b>Capitolul 13. Simptomele de gripă</b>	<b>61</b>
Febra.....	61
Tusea.....	62
Guturaiul .....	62
Durerea în gât .....	64
<b>Capitolul 14. Durerile dentare</b>	<b>65</b>
<b>Capitolul 15. Afecțiunile nevralgice</b>	<b>67</b>
Sciatica .....	67
Durerea de spate.....	67
Durerea în zona gâtului.....	69
„Lovitura de bici” a coloanei cervicale.....	69
Durerea cervicală .....	69
Durerea provocată de anumite situații particulare.....	69
Durerea cauzată de un traumatism.....	70
<b>Capitolul 16. Tulburările urogenitale și circulatorii</b>	<b>71</b>
Cistita .....	71
Mici probleme de incontinență.....	71
Micoze vaginale cauzate de candida.....	72
Varice la membrele inferioare.....	72
<b>Capitolul 17. Nașterea – a venit momentul să vă pregătiți</b>	<b>73</b>
Ultima lună de sarcină .....	73
Travaliul.....	75
<b>Capitolul 18. Sănătatea mamei după naștere</b>	<b>77</b>
Revenirea acasă – mici probleme noi .....	77
Remedii pentru minte și corp .....	78
Remedii pentru recăpătarea energiei.....	79
<b>Capitolul 19. Hrănirea la sân – o mare bucurie, dar și puțină durere</b>	<b>81</b>
Alăptarea .....	81
Angorjarea sânilor.....	83
Mastita acută.....	84
Crăpăturile la sân .....	85

**PARTEA A TREIA – Nou-născutul și sugarul**

<b>Capitolul 20. Primul an de viață – cele mai frecvente tulburări</b>	<b>89</b>
Cum abordăm și rezolvăm primele tulburări.....	89
Colici.....	89
Vărsături și regurgități.....	91
Refluxul gastroesofagian.....	93
Inflamațiile oculare.....	95
Candidoza bucală.....	96
Dermatita seboreică neonatală (crusta de lapte).....	97
Dermatita de scutece.....	98
Erupecia dentară cu probleme.....	99

**PARTEA A PATRA – Copilul care crește**

<b>Capitolul 21. Febra, durerile de urechi și bolile respiratorii</b>	<b>103</b>
Nasul înfundat și primele răceli.....	103
Febra.....	106
Durerea de urechi: otita sugarului și a copilului.....	111
Durerea în gât – faringite și amigdalite.....	116
Tusea.....	118
Aftele bucale.....	125

<b>Capitolul 22. Tulburările gastrointestinale – constipația, vărsăturile și diareea</b>	<b>127</b>
Constipația și cauzele sale.....	127
Diareea și vărsăturile.....	134

<b>Capitolul 23. Înțărirea</b>	<b>139</b>
Prima masă solidă, la momentul potrivit!.....	139
Cum să facem să fie plăcut momentul mesei.....	140
Ajutor din partea remediilor naturiste.....	141
Rețeta primei mese solide.....	142

<b>Capitolul 24. Tulburările somnului – metode, soluții și remedii florale Bach</b>	<b>145</b>
Rețetă pentru nani.....	146
Importanța unui somn bun.....	146
De ce mulți copii nu dorm bine?.....	147
„Ritualul magic“.....	147
Când se trezește în timpul nopții?.....	150
Remedii naturiste pentru nani.....	150

<b>Capitolul 25. Primul ajutor pediatric</b>	<b>159</b>
Traumatisme și mici accidente.....	159
<b>Capitolul 26. Primele vacanțe împreună</b>	<b>165</b>
La mare.....	166
La munte.....	167
În călătorie.....	168
Înțepăturile de țânțar.....	169
Trusa de prim ajutor pentru vacanță.....	171
<b>Capitolul 27. Să întărim sistemul imunitar</b>	<b>175</b>
Cum întărim imunitatea copilului.....	175
<b>Capitolul 28. Să înfruntăm cu seninătate primele despărțiri</b>	<b>177</b>
Cum abordăm școala.....	177
<b>CONCLUZII</b>	<b>183</b>
<b>ANEXĂ. Remedii din natură</b>	<b>185</b>
Aconitum Napellus.....	185
Arnica Montana.....	185
Belladonna.....	185
Bryonia.....	186
Calendula (Gălbenele).....	186
Chamomilla (Mușețel).....	186
Drosera.....	187
Dulcamara.....	187
Echinacea.....	187
Euphrasia.....	188
Gelsemium.....	188
Nux vomica.....	188
Phytolacca.....	189
Pulsatilla.....	189
Rhus Toxicodendron.....	189
Sambucus (Soc).....	190
<b>MULȚUMIRI</b>	<b>191</b>
<b>DESPRE AUTOARE</b>	<b>191</b>

# Introducere

Am scris cartea de față pentru toți copiii pe care i-am întâlnit, i-am iubit și „urmărit” de la naștere până la vârsta adultă, pentru toți acei mici pacienți care vin zilnic la cabinetul meu și care cresc odată cu mine, dar și pentru toți cei care vor veni, zi după zi, lună după lună, an după an, încrezători în mine.



Vreau să le-o dedic tuturor mamelor și taților pe care i-am cunoscut de-a lungul carierei mele, pe care am avut șansa să-i învăț multe și datorită cărora am putut să învăț, la rândul meu, o mulțime de lucruri! Dar și tuturor părinților pe care nu-i cunosc, pe care nu i-am întâlnit niciodată, dar care, interesați de cartea mea, vor dori să aibă grijă de copilul lor cu tratamente „dulci” și remedii naturiste, reducând cât se poate de mult terapiile medicamentoase și terapiile invazive.

Sper să poată găsi în aceste pagini sugestii și sfaturi de specialitate, care să-i ajute să înfrunte sarcina dificilă de a crește un copil cu seninătate, fără grija, neliniștea sau frica excesivă că acesta se va îmbolnăvi.

În cartea mea vor găsi sfaturi, răsfățuri și tratamente „speciale” și specifice, pe care să le folosească, la nevoie, pentru copiii lor.

Copiii sunt fantastici! Fiecare copil are în el ceva „magic”, care transmite empatie, și de fiecare dată când se întâmplă să vizitez un nou-născut, mă îndrăgostesc literalmente de el, iar asta se întâmplă de mai multe ori pe zi.

Este o senzație minunată!

„Este miracolul vieții”, se spune de obicei. Iar eu le sunt recunoscătoare pentru că, datorită lor, am o muncă atât de plăcută!

### Cum să folosiți această carte

Volumul este structurat în patru părți.

1. O primă parte, pe care aș numi-o a „de ce-urilor”, în care explic importanța informării atunci când alegem calea tratamentelor naturiste, când se pot utiliza și când nu, de ce apare o stare de rău, de ce este fundamental studiul simptomelor, de ce și când să folosim un remediu mai degrabă decât un altul și de ce, pentru mine, copilul dumneavoastră este unic și special.
2. Partea a doua, care se ocupă de mamă, din prima zi a concepției până după naștere și pe toată perioada alăptării, cu remedii specifice pentru fiecare situație.
3. Partea a treia, care se ocupă de nou-născut și de sugar în primul an de viață, cu afecțiunile și tratamentele blânde cele mai adecvate.
4. O a patra parte se ocupă de copilul care crește, cu problemele legate de alimentație, somn, traumatisme și mici accidente, precum și de primele desprinderi de părinți.



Partea întâi

# Considerații generale

EDITURA PARALELA 45

EDITURA PARALELA 45



## Capitolul 1

# Să fim bine informați, pentru a putea decide

Pentru a putea decide cu seninătate și în cunoștință de cauză cum și când să vă îngrijiți copiii cu ajutorul medicinei naturiste, este esențial să dați importanță, ca viitori părinți, tuturor lucrurilor care se petrec în timpul sarcinii și în primii ani de viață ai copilului și să fiți corect informați.

Ar trebui să știți cum funcționează un organism sănătos și unul bolnav, pentru că o informare sanitară adecvată vă poate ajuta să înfrunțați cu mai mult calm simptomele prezente atunci când copilul se îmbolnăvește.

Cunoașterea modului în care funcționează sistemul imunitar, care se formează și se dezvoltă gradual, de la naștere până în primii ani de viață ai copilului, vă va ajuta să țineți cont de specificul organismului său și să-l întăriți, evitând abuzul de medicamente.

Ar trebui să știți clar ce sunt medicamentele, cum funcționează la copii și când este nevoie de ele: ce este un antibiotic, când este util, chiar indispensabil uneori, și când este inutil, chiar dăunător; ce sunt antiinflamatoarele, sedativele pentru tuse, analgezicele și așa mai departe.

În același mod ar trebui să cunoașteți remediile naturiste, să înțelegeți ce sunt, cum sunt produse, din ce substanțe

sunt compuse, cum și de ce funcționează, când și cum trebuie utilizate.

Citind această carte, rând cu rând, pagină după pagină, vă veți da seama că, la urma urmei, nu este chiar atât de greu să vă cunoașteți copilul, să înțelegeți simptomele pe care le prezintă când se îmbolnăvește, să i le comunicați pediatrului homeopat pentru o corectă prescriere a remediului și să observați ameliorarea stării celui mic pe măsură ce se vindecă.

Prin cunoașterea unei alte realități în afara celei prezentate de medicina tradițională, fiecare dintre dumneavoastră va putea așadar decide mai ușor cărui specialist pediatru să-i încredințeze tratarea propriului copil. O informare adecvată va evita fie riscul de a vă adresa unui medic care prescrie multe medicamente (pe bază de cortizon, de antibiotice etc.), fie riscul de a apela la un pediatru naturopat „integralist”, care va pretinde că tratează orice boală exclusiv prin remedii naturiste.

## Capitolul 2

# Prima noastră întâlnire

### Prima întâlnire copil-pediatru

Este un copil superb, de 3 anișori. Unul dintre acei copii care știe să atragă simpatia chiar de la prima întâlnire.

Doi ochi verzi imenși mă privesc atent, cu un amestec de curiozitate și neîncredere, de cealaltă parte a biroului: mă studiază, hotărăște dacă sunt bună sau rea, simpatică sau anti-patică ori dacă pur și simplu poate să aibă încredere în mine.

Mă observă de pe o poziție de siguranță: stă așezat pe picioarele mamei, dar știe deja, căci i s-a explicat de cel puțin zece ori înainte să fie adus, că în curând va trebui să rămână singur cu mine.

Iar eu știu foarte bine că în aceste ultime momente ale primei noastre întâlniri pun totul în joc. De ce îi voi spune, de felul în care îi voi vorbi și voi veni către el va depinde relația noastră viitoare.

Da, pentru că așa sunt copiii! Pentru ei nu există jumătăți de măsură, ei nu fac compromisuri: ori e albă, ori e neagră, ori îi placi, ori nu, ori ești frumoasă și bună, ori urâtă și rea. Ca să ajungi la o înțelegere și să empatizezi cu ei, trebuie să păstrezi mereu vie acea parte a copilului din tine și să le-o arăți în mod firesc, printr-o atitudine pozitivă și zâmbitoare, care să le respecte și să le înțeleagă fricile.



Și mai ales cu ei nu trebuie niciodată să te prefaci! Nu trebuie să încerci să-i tragi pe sfoară!

Din fericire, toate acestea îmi ies, simplu și instinctiv!

Firească și fără dificultate, am păstrat vie, chiar cu propriii mei copii, acea parte a „copilului” din mine care îmi permite să trăiesc situațiile de zi cu zi cu curiozitate, entuziasm și optimism, iubind simplitatea, consecvența și spontaneitatea celor mici.

Ador să am de-a face cu copii în fiecare zi, îmi place să relaționez cu ei, îndrăgesc puritatea lor, simplitatea cu care își exprimă gândurile; mă distrează replicile lor, devin curioasă la trucurile lor pentru a obține favoruri și mă emoționează afecțiunea pe care reușesc să o arate.

Mă numesc Maria Enrica și sunt medic pediatru într-un oraș de provincie.

Cred că aparțin acelei categorii de persoane pe cale de dispariție, care a reușit să aibă, când s-a făcut mare, chiar meseria la care a visat din copilărie! Să ai grijă de cei mici este pentru mine profesia sau poate ar trebui să spun „misiunea” cea mai frumoasă din lume! Atunci când m-am îndrăgostit

de pediatrie, m-am îndrăgostit instantaneu de fiecare copil, și din acel moment am decis să-i îngrijesc și să le urmăresc creșterea, în mod complet și personal, de la cel mai mic la cel mai mare, de la cel mai timid la cel mai îndrăzneț, de la cel mai blând la cel mai capricios.

Lumea copilăriei m-a fascinat încă de când eram o tânără pe cale să se specializeze ca medic, însă, după ce am devenit mama a doi copii minunați, dragostea mea pentru cei mici și pentru cunoașterea „planetei lor speciale” a ajuns la apogeu. Așa am decis să renunț la munca în spital pentru a-i putea urmări pe parcursul creșterii, ajungând astfel să fac parte – o mică parte – din familia fiecăruia dintre ei.

Fiecare mic pacient al meu este diferit de altul, așadar special nu numai în ochii părinților săi, ci și pentru mine! Chiar dacă văd atâția copii în fiecare zi și de mulți ani, pentru mine fiecare copil pe care îl îngrijesc este unic și minunat!

Fiecare copil are o poveste scrisă în el și un mod diferit de a ne-o spune nouă, celor care suntem prin preajmă, pentru a-l vedea cum crește.

Fiecare copil este diferit: fizic, prin felul în care se îmbracă, vorbește, mănâncă, prin modul în care gândește și reacționează în situații care-i produc bucurie, frică, stres, disconfort.

## Prima întâlnire a pediatrului cu voi, părinții

### Părinți de nou-născuți

Abia așteptați să veniți la mine pentru prima vizită! Erați nerăbdători să-mi faceți cunoștință cu „micuțul” și să mă cunoașteți! Aveți atâtea întrebări să-mi puneți și, pentru a nu risca să uitați vreuna, le-ați salvat în smartphone.

Sunteți fericiți, mândri, plini de așteptări și de curiozitate, dar și de îndoieli și de temeri.

Sunteți părinții noului meu mic pacient.

Poate chiar de la prima noastră întâlnire, din comportamentele noastre, din felul de a ne raporta unii la alții ne vom da seama dacă între noi se va putea crea acel *feeling* special care ne va lega pentru mulți ani! Să vindec un copil înseamnă pentru mine să ajung, foarte discret, în proporție infinitezimală, să fac parte din familia voastră. Întrebările pe care vi le voi pune vor fi importante tocmai pentru a ne cunoaște mai bine.



Mai întâi de toate, ce faceți? Cum vă simțiți în acest nou rol de părinți? Cum ați trăit lungile luni de așteptare? A fost o sarcină programată, „căutată” sau „întâmplătoare”? V-ați dorit-o mult? Ați întâmpinat dificultăți în concepere? Cum a fost nașterea? Cum merge alăptatul? Copilului îi e foame des? Vă descurcați sau vă este greu? Reușiți să vă odihniți și să vă recuperați?

Reușiți „să faceți echipă” ajutându-vă reciproc în îngrijirea micuțului, dar menținându-vă totuși relația de cuplu? Sau ești



o mamă celibatară și, brusc, toată lumea îți sare în ajutor, ție și bebelușului tău?

Fiecare nou nucleu familial este diferit și ascunde în interior o lume secretă, de multe ori rezultatul trăirilor trecute, care reapar imediat ce devenim mame sau tați. Experiențele, amintirile, emoțiile se reflectă activ în viața de familie atât de „schimbată” acum, condiționând la rândul lor senzații, emoții și reacții ale nou-născutului. Dacă legătura mea cu fiecare copil este diferită și specială, la fel trebuie să fie și cu fiecare dintre voi.

Am decis, în consecință, să leg relații mai „personale”, rezervând mai mult timp pentru a vorbi, dând o mai mare atenție problemelor sau situațiilor trăite, momentelor dedicate „formării” și „informării” sanitare individuale și în grupuri mici.

Într-o eră ca a noastră, în care site-urile web și rețelele sociale sunt consultate pentru orice lucru, și, fără o pregătire medicală adecvată, vă pot da informații false și incorecte, este foarte ușor ca acestea să vă sperie și să vă provoace „crize”.

Asta nu se va întâmpla dacă veți fi informați înainte despre cum să faceți față primelor accese de febră și primelor boli ale copilului vostru. Să știți dinainte ce se poate întâmpla și de ce se întâmplă este singurul mod de a reuși să înfrunți o situație nouă cu cel mai mare calm și cu siguranța de a o avea sub control.