



Índice

Introducción	7
Metodología	16
I. Opciones naturales en el tratamiento de la sintomatología vasomotora (SVM)	17
a. Isoflavonas de soja y trébol rojo.....	17
b. Cimicifuga.....	19
c. Lupulo	21
d. Polen.....	22
e. Otras plantas.....	23
II. Opciones naturales en trastornos del Deseo Sexual	25
III. Opciones naturales en el Síndrome metabólico	31
IV. Opciones naturales en alteraciones emocionales y del sueño	43
a. Ansiedad. Irritabilidad. Trastornos del sueño	43
b. Procesos depresivos	51
V. Productos naturales en el deterioro cognitivo	57
VI. Productos naturales en dermocosmética	63
VII. Opciones naturales en la artrosis y otros procesos osteoarticulares	68
VIII.Opciones naturales de interés en pacientes el cáncer	72
IX. Opciones naturales en el envejecimiento saludable	77
X. Sumario y recomendaciones	80
Referencias bibliográficas	85
Información a las pacientes	99