

Pedro Ochoa / Yolanda Santiuste

**COMO LIBERARSE
DEL MERCURIO TÓXICO
CON
EL PAR BIOMAGNÉTICO[®]
Y LA ALIMENTACIÓN**



**COMO LIBERARSE
DEL MERCURIO TÓXICO
CON EL PAR BIOMAGNÉTICO®
Y
LA ALIMENTACIÓN**

Pedro Ochoa / Yolanda Santiuste

**Este trabajo está hecho para ser difundido,
por lo que tiene el consentimiento de los
autores para ser reproducido por cualquier
medio.**

1ª Edición Abril 2013

Autores: Pedro Ochoa A. y Yolanda Santiuste

Diseño portada: Empe

Imprime: Impresión Digital Gami.

El Par Biomagnético® es una marca registrada por el
Dr. Isaac Goiz Durán.

A Sara que está viniendo a este mundo al mismo tiempo que este libro se imprime. Que entre todos dejemos el mundo que se merece.

A Emi que ya lleva mucho tiempo en este mundo haciendo que los que están en él lo tengan cada vez mejor.

PRESENTACIÓN

El propósito de estas notas es el de poner al alcance de afectados e interesados unas cuantas pautas para mitigar los efectos del envenenamiento por mercurio (Hg) y devolverles un grado de salud suficiente para llevar una vida normal.

El 80% de la población española lleva o ha llevado en su boca empastes realizados con amalgama metálica, sin imaginar que esta podría ser la causante de muchos de los problemas en su salud de los que no se encontraba explicación.

En nuestra experiencia clínica nos hemos encontrado con muchos de estos pacientes a los que, al poner en su conocimiento nuestra sospecha de que sus patologías eran compatibles con la intoxicación por metales pesados, se les ha abierto un camino a la

esperanza porque, al menos ahora, ya tienen una razón justificante de sus dolencias y no es cuestión de “vete a un psicólogo” que es la frase que van escuchando en su entorno. Esta es la experiencia de uno de los coautores de esta publicación que en un escrito anterior lo describe de este modo: *“...soy, como me gusta definirlo, “un mercuriado consorte”. Llevo conviviendo con las consecuencias de la intoxicación por Hg. 35 años. La mayor parte de ellos, como le pasa a un elevadísimo porcentaje de la población, sin saber que el causante de la mayoría de las patologías que sufría mi esposa era el MERCURIO. Desde muy pequeña, en cuanto comenzaron apareciendo los primeros síntomas de las caries en sus piezas dentales, su odontólogo optó por resolver el problema con las conocidas como “amalgamas de plata”. Quiero pensar que en ese momento el odontólogo desconocía por completo las consecuencias*

que esto podía llegar a tener. Hasta doce de sus piezas dentales llegaron a estar obturadas con amalgama. A esas obturaciones debemos sumarle las manipulaciones que a lo largo de su vida sufrieron las piezas obturadas (retoques, desprendimiento de la amalgama, nuevas reconstrucciones, etc...)...en definitiva más de 30 años portando mercurio en su boca. Las innumerables patologías que padecía tenían que tener alguna explicación pero, tras deambular por toda clase de especialistas (puesto que las patologías eran muy variadas), no encontrábamos la respuesta. Por fin y de un modo entre buscado y fortuito, surgió la sospecha y después certeza de que la causa podía ser la intoxicación por el mercurio contenido en sus amalgamas dentales. Ahora ya teníamos un enemigo claro contra el que podíamos batallar. No sabíamos con seguridad si era o no el causante de los males, pero si era una

referencia clara a la que hacer frente y no dar “palos al aire”. “

Después de esta vivencia y muchas otras parecidas, hemos decidido poner por escrito lo aprendido, tanto del causante...EL MERCURIO, como de los remedios que están resultando eficaces para paliar sus daños. Tenemos la esperanza de que esta información devuelva la sonrisa y las ganas de vivir a cuantos se sientan identificados con lo que aquí se describe. Confiamos también en que estemos aportando una información válida a los profesionales de la salud (odontólogos, médicos, terapeutas...) que aún son reacios a admitir la toxicidad de las AMALGAMAS DENTALES.

Queremos agradecer sus aportaciones a todas las personas que mencionamos en este trabajo, especialmente al Dr. Isaac Goiz Durán como descubridor del Par Biomagnético®, a Servando

Pérez Domínguez por sus investigaciones y tenacidad en la lucha contra la toxicidad por metales pesados y al Prof. Hilario Pérez por su aportación con los sueros repolarizantes.

ESTRUCTURA DE ESTE TRABAJO

Para que el lector pueda seguir con la mayor claridad posible el proceso de INTOXICACIÓN-DESINTOXICACIÓN vamos a adentrarnos en primer lugar en el conocimiento del

.- MERCURIO y sus consecuencias...

con la descripción de lo que es una...

.- AMALGAMA DENTAL.

Continuaremos con una explicación del procedimiento de diagnóstico y terapéutico mediante...

.- EL PAR BIOMAGNÉTICO®

Describiremos los...

.- PROTOCOLOS DE DESINTOXICACIÓN

Y concluiremos con las explicaciones sobre ...

.- LA DIETA

CONOCIENDO EL MERCURIO

El mercurio (Hg) es un elemento químico que tiene la peculiaridad de ser un metal de color plateado que a temperatura ambiente se encuentra en estado líquido. Es un mal conductor del calor pero buen conductor de la electricidad. A partir de los 20°C. el Hg produce vapores tóxicos y corrosivos más pesados que el aire. Es un producto de los catalogados como xenobióticos (compuestos ajenos al cuerpo humano) y, como gran parte de los mismos, está sujeto a metabolismo (alteración química) en el organismo de los seres vivos.

El mineral más importante del que se extrae mercurio es el cinabrio. Desde su extracción el Hg presenta tres estados de oxidación:

- 1.- Mercurio elemental o metálico (Hg⁰)
- 2.- Mercurioso (Hg⁺)
- 3.- Mercúrico (Hg⁺⁺)

Es fundamental tener en cuenta este proceso oxidativo del Hg para poder entender sus mecanismo de actuación en las patologías a las que se le asocia y que comentaremos más adelante.

A lo largo de la historia ha sido utilizado por casi todas las sociedades que le han atribuido poderes y propiedades curativas. Aristóteles lo recomendaba para tratar enfermedades de la piel diluyéndolo con saliva. En la India se le atribuían efectos afrodisíacos. Los árabes lo integraban en otros medicamentos para tratar enfermedades de la piel. Los italianos lo usaron como tratamiento contra los piojos y la sarna (D'itri y D'itri, 1977)(Sunderman, 1988). Fue adquiriendo aparentes poderes mágicos que se aplicaron a la medicina y comenzó a utilizarse como tratamiento contra la sífilis (Sunderman, 1988).

En la Edad Media se empiezan a identificar los efectos nocivos en los trabajadores de las

minas de Cinabrio de Almadén en España que enfermaban y morían por intoxicación. En este periodo, Paracelsus intentó explicar los procesos adversos en el hombre. Creía que en su aplicación externa era dañino pero no consideraba peligroso ingerirlo puesto que suponía que el cuerpo lo excretaba. Con el paso del tiempo se fue determinando el riesgo de su utilización. En el año 1557, Jean Fernel realizó una descripción de los síntomas del envenenamiento con mercurio y consecuentemente comenzó a disminuir su uso que por ese tiempo la medicina lo utilizaba como antidiurético.

El mercurio fue la primera sustancia legislada para el control de las enfermedades que provocaba (Goldwater, 1972).

Actualmente existe mucha controversia sobre su inocuidad y muchísima literatura al respecto. En este caso vamos a tomar clara e inequívocamente partido por los detractores

en su uso por las razones que iremos viendo a lo largo del desarrollo de este trabajo.

FUENTES MERCURIALES

Dado que es abrumador el número de casos identificados en consulta, centraremos nuestra atención en las AMALGAMAS DENTALES como principal fuente de envenenamiento por mercurio aunque no podemos dejar de mencionar otras formas de contaminación que, fundamentalmente aquellas personas que ya están afectadas por el contaminante, deben prestar especial atención:

.- En el ámbito laboral. Personal de empresas de reciclaje; plantas cloro-alcálicas, incineradoras, crematorios; odontólogos y sus colaboradores que trabajan con amalgamas dentales, implantando o retirando, sin seguir el protocolo adecuado; trabajadores de minas de oro y cinabrio; joyeros que manipulan el oro en amalgama con mercurio...

.- En la alimentación pescado de profundidad y grandes pescados grasos como el emperador (pez espada), atún, bonito, tiburón, mariscos de concha.

.- Vacunas con TIOMERSAL (en EE.UU. conocido como TIMEROSAL). Desde 1930 se agrega a las vacunas como conservante. Está elaborado a base de mercurio (aprox. 49% en peso), usado como antiséptico y antifúngico. A su uso en las vacunas se le atribuyen los efectos secundarios de comportamientos autistas.

.- Aparatos de uso normalizado: termómetros, tensiómetros, lámparas de bajo consumo, tubos fluorescentes. En estos productos el riesgo está en la rotura de los mismos y el contacto o inhalación del mercurio que contienen.

.-Cosméticos: algunos blanqueantes de la piel contienen sustancias químicas tóxicas del cloruro de mercurio como ingrediente activo

LA AMALGAMA DENTAL

Para el estudio que nos ocupa, debemos considerar a la AMALGAMA DENTAL como la más grave de las formas de envenenamiento por mercurio.

En palabras de la Dra. Hulda R. Clark (bióloga y fisióloga fundadora de la clínica Century Nutrition, México):

“La era de la amalgama se conocerá pronto como la era más oscura en la historia humana. Más oscura que el canibalismo, cortar cabezas, el arrojar cristianos a los leones, quemar a los no-cristianos en un madero, o participar en dos guerras mundiales. Se perpetró el desastre de la amalgama en el muy joven y muy viejo, en el enfermo y en saludable, tanto en mujeres así como en hombres, mucho menos selectivo que atrocidades primitivas.

Los estragos perpetrados al persuadir a la gente para aceptar el chupar mezclas de

mercurio día y noche es inimaginable, iniciando así el centenario del declive descendente de nuestro sistema inmune, nuestra única defensa contra la extinción.”

En palabras del Dr. Alfred Stock (profesor de química, director del Instituto Max-Planck de Berlín):

“Nos encontramos ante el mayor delito contra la humanidad jamás llevado a cabo”

La amalgama es el material para relleno y obturación dental de utilización más común. Más del 80% de la población española lleva o ha llevado empastes de este tipo. Conocidos familiarmente como “empastes de plata”. Lo paradójico es que, en el mejor de los casos, la proporción de plata será de un 30%. La composición normal es de: entre el 45 y 55% metal de mercurio, 15 al 30% de plata y el resto otros metales como el cobre, estaño y zinc.

RECORRIDO DEL MERCURIO DESDE EL EMPASTE AL ORGANISMO

“ Siete empaste de amalgama corresponden a un peso de unos dos gramos de mercurio (Hg) puro. Tan solo un gramo de mercurio (Hg) conduciría a la muerte por inyección directa. Soportamos esta cantidad porque, en primer lugar, en la amalgama el Hg está en su forma elemental o metálica (que es relativamente poco tóxica) y, en segundo lugar, porque se disuelve y es absorbido por el cuerpo lentamente. A solo 20° centígrados se evapora el Hg y en esta forma de vapor si es altamente tóxico. Al poder darse en la boca temperaturas entre 40 y 60°, continuamente se libera vapor de Hg, que es absorbido por el cuerpo.”

*(Servando Pérez Domínguez,
www.mercuridos.org)*

Las vías a través de las cuales llega a instalarse el Hg en nuestro organismo son:

1.- A través de la cavidad buconasal. Como ya hemos visto, por efecto de la temperatura en nuestra boca, el mercurio evapora con absoluta facilidad, constante y lentamente. Estos vapores acceden al torrente sanguíneo y, a través de los nervios, al cerebro (parte del mercurio elemental al transformarse en mercúrico es capaz de atravesar la barrera hematoencefálica, introducirse en el SNC y destruir la mielina). Por efecto de la flora bucal, una parte del vapor procedente del Hg elemental o metálico de las amalgamas, se transforma en Hg metílico o metilmercurio que es mucho más peligroso que el vapor de mercurio elemental. Este vapor llega a los pulmones y de aquí pasa a la circulación sanguínea en donde sufre un proceso de oxidación hacia iones de Hg. Esta sangre que se encuentra contaminada pasa por todos aquellos puntos que actúan como filtros de

nuestro organismo y tiende a almacenarse: hígado, vesícula biliar, riñones, corazón...

2.- En los procesos de masticación, cepillado dental, accidental o mecánicamente (el odontólogo que no tome las debidas precauciones), se desprenden partículas de amalgama que llegan a nuestro sistema digestivo. Por fortuna, la absorción intestinal de Hg en su forma metálica se queda en un 10%, pero de nuevo por acción de la flora intestinal y de la propia temperatura corporal, volvemos a producir vapor de mercurio y transformación en metilmercurio que una vez más es absorbido por vía intestinal, volcado al torrente sanguíneo y de ahí a todo el organismo.

3.- La tercera vía de entrada es el Sistema Nervioso. Las encías, raíces y microligamentos permiten el acceso de los iones de Hg al Sistema Nervioso. Esto hace que sea particularmente importante prestar

atención a las caries que se forman debajo de las amalgamas y a la realización de endodoncias.

...Y UNA VEZ DENTRO DEL ORGANISMO....

Es un asunto demostrado que el mercurio se deposita en el riñón, el hígado, el tejido neurológico, en el tracto intestinal y finalmente en todos los tejidos. De igual modo son un hecho demostrado los estados y grados de oxidación del mercurio que como indicábamos son: Mercurio elemental Hg, Mercurio (I) (Hg_2^{2+}) o Mercurioso y Mercurio (II) (Hg^{2+}) o Mercúrico. Vamos a prestar especial atención al mercurioso y al mercúrico dado que probablemente sean estos estados de oxidación los que nos permitan entender mejor, desde la perspectiva del Par Biomagnético, los mecanismos de generación de patologías.

Nuestro organismo está perfectamente capacitado para defenderse de cualquier ataque de elementos ajenos al mismo pero, como en cualquier batalla, cuando el enemigo cuenta con un ejército muy numeroso o muy “peleón”, acabamos por rendirnos. Así nuestro Sistema Inmunológico cede ante el persistente ataque del Hg, puesto que lo llevamos permanentemente con nosotros (amalgama dental). Los soldados de infantería del ejército de Hg son las partículas de mercurio elemental de las que nos defendemos sin grandes problemas, el cuerpo las excreta sin dificultad, pero son ese ariete que abre el camino al segundo y tercer cuerpo de combate que son el Mercurioso y el Mercúrico. Estos batallones traen consigo armas de destrucción masiva: los cationes (iones con carga positiva)

MECANISMOS DE ACCIÓN

En diversos trabajos sobre la toxicidad del mercurio se describen tres mecanismos fundamentales de acción sobre nuestro organismo:

- 1.- Las alteraciones de las actividades enzimáticas.
- 2.- La alteración de la composición de las membranas celulares
- 3.- La acción cáustica local que ejerce sobre la barrera epitelio-endotelial del organismo.

Uno solo de estos mecanismos sería suficiente para provocar la inmensa batería de daños atribuidos a la intoxicación-envenenamiento por Hg.

Para la medicina alopática, probablemente esto ya es suficiente para intentar aliviar a los afectados mediante tratamientos sintomáticos o queriendo extraer el mercurio mediante quelantes tipo Dimecaprol (BAL), Edato (EDTA), Succímero (DMSA), Penicilamina, N-

acetilpenicilamina. Todo ellos, bien por sus principios activos a por los excipientes que los acompañan, producen una lista interminable de efectos secundarios tras la consecuente modificación del pH (potencial de hidrógeno).

Estos mecanismos enunciados, al margen de los daños estructurales que ocasionan, están contribuyendo a la alteración del pH en cualquiera de las zonas de nuestro organismo por las que transiten los compuestos mercuriales y que es la causa que permite la activación de los patógenos realmente causantes de la enfermedad...virus, bacterias, parásitos y hongos. Los detritos generados por la acción cáustica local provocan alteraciones acido-alcalinas. Elementos fundamentales de la membrana celular son el sodio, potasio y calcio. Todo ellos son elementos clasificados con Cationes frecuentes simples: Calcio (Ca^{2+}), potasio (K^{+}) y Sodio (Na^{+}) y si tenemos en cuenta

que, como decíamos, el Mercurio es Hg^{2+} , nos encontramos con que cualquiera de los elementos fundamentales de la membrana celular podría entrar en covalencia con él y en consecuencia provocando la consiguiente alteración del pH y la disfunción de la Bomba Sodio-Potasio.

Si todo esto es así, quienes practicamos el Biomagnetismo médico ya tenemos una explicación de porqué se están resolviendo muchas de las patologías que presentan los pacientes que acuden a la consulta con intoxicación-envenenamiento por mercurio.

LISTADO DE SINTOMAS Y PATOLOGÍAS

ASOCIADAS AL MERCURIALISMO

PSICOLÓGICOS

Ansiedad

Apatía

Confusión

Depresión

Ataques de pánico

Ataques de cólera

Falta de memoria

Irritabilidad

Alucinaciones visuales

Alucinaciones auditivas

Nerviosismo

Pesadillas

Tensión

Inestabilidad emocional

Llanto sin motivo aparente

Incapacidad de concentración

Perdida de autocontrol

Tiempo de atención acortado

Pérdida de memoria a corto plazo

Alteraciones del sueño

Dificultad para la toma de decisiones

Pensamientos suicidas.

Lo primero que nos puede dar por pensar cuando vemos alguna persona con varios de estos síntomas, es que lo que debe hacer es recurrir a un psiquiatra.

Quizás no sería una opción equivocada pero si mirásemos primero su boca es probable que ahí encontráramos el origen de sus males. De la consulta del psicólogo-psiquiatra saldría con algún medicamento específico que, aunque en un primer momento produzca una mejora sintomática, contribuirá a un mayor grado de intoxicación.

SISTEMA CARDIOVASCULAR

Anemia

Angina

Ataque al corazón

Taquicardia, Palpitaciones

Presión en el pecho

Arterioesclerosis

Arritmias

SISTEMA DIGESTIVO

Colitis

Úlceras

Diarrea

Estreñimiento

Pérdida de apetito

Problemas digestivos (pesadez, ardor...)

SISTEMA INMUNE

Cáncer

Candidiasis**

Asma

Enfermedad de Crohn

Mononucleosis (Epstein Barr)

Alergias – intolerancias (gluten, lactosa, polen...)

Leucemia

Rinitis

Ganglios inflamados

Sinusitis

SFC (Síndrome de fatiga crónica)

Enfermedad de Hodgkins

Inmunodeficiencia

Herpes

Frecuentes gripes, resfriados....

******Existen estudios que hacen referencia a la posibilidad de que la Candidiasis intestinal evite el paso del mercurio al cerebro por lo que quizá no sea conveniente combatirla sino esperar a que el organismo quede liberado del Hg y de este modo remita el problema por sí mismo. De cualquier modo contamos con una herramienta, la Bioenergética, que nos permitirá determinar si es o no el momento de neutralizar el hongo y su virus asociado.

EN LA BOCA

Halitosis

Sabor metálico

Sangrado de encías

Úlceras

Leucoplasia

Estomatitis

Lengua inflamada

Pérdida de dientes

Pérdida de hueso alrededor del diente

Salivación excesiva

Ardor en la boca

Enfermedad periodontal

Garganta dolorida

Tos persistente

EN LA PIEL

Acné

Dermatitis

Rubor en la piel

Picor

Arrugas

Erupciones

SISTEMA NERVIOSO CENTRAL (SNC)

Vértigos

Convulsiones

Visión débil

Epilepsia

Contracciones nerviosas faciales

Insomnio

Contracciones nerviosas

Parálisis del músculo, espasmos musculares

Falta de audición. Tinnitus (pitidos en los oídos)

EM (Esclerosis múltiple)

Dificultad para andar

Desordenes del habla

Dolores de cabeza crónicos

Tirones sin explicación

Fallos en la coordinación muscular

Estrechamiento del campo visual

Entumecimientos y hormigueo

Temblores

Demencia. Alzheimer

SQM (Sensibilidad Química Múltiple)

SFC (Síndrome de Fatiga Crónica)

Autismo

SISTEMA ENDOCRINO

Artritis

Sudores excesivos

Diabetes

Edema

Disfunción tiroidea

Osteoporosis

Calambres en las piernas

Pérdida de peso

Cálculos renales

Manos y pies fríos

Pérdida de la libido

Temperatura del cuerpo baja

Micción frecuente

SISTEMA RESPIRATORIO

Hipersensibilidad a los olores

Dolores inexplicables en el pecho

Bronquitis

Tos

Escozor de pulmones

Congestión pulmonar

ENERGÍA

Letargo

Somnolencia

Cansancio

Fatiga

Dormir demasiado

Falta de energía

Actualmente comienza a aceptarse el hecho de que haya individuos afectados por dolencias agrupadas con el término de “Electrosensibilidad” que son las relacionadas con la exposición a campos u ondas electromagnéticas ocasionadas por:

Sistemas Wifi

Teléfonos inalámbricos con tecnología DEC

Bluetooth

Antenas de telefonía

Teléfonos móviles

Proximidad a líneas de Alta Tensión

Habitar en zonas Geopatológicas.

Pues bien, todas estas circunstancias hacen que personas con una fuerte carga de **metales pesados** en su organismo, sometidos a la diferencia de potencial que se crea en el sistema nervioso, sufran una acentuación de los síntomas relacionados con los grupos “ PSICOLÓGICOS y ENERGÍA”

Por desgracia todavía hoy queda un buen grupo de odontólogos, médicos, terapeutas profesionales de la salud y la ciencia que no le prestan la debida atención a los daños causados por el envenenamiento por mercurio procedente de las amalgamas dentales. Queremos pensar que se trata de un tema de desconocimiento de los mecanismos descritos o porque consideren que todo lo dicho no tenga un fundamento avalado científicamente. Puede ser que estén en lo cierto, puesto que no tenemos más aval que el conocimiento

empírico adquirido gracias al numeroso grupo de afectados que se han atrevido a ponerse en nuestras manos y a quienes estamos enormemente agradecidos por todo lo que nos han enseñado. El uso de la Bioenergética ha permitido suplir la imposibilidad de realizar pruebas y experimentos de laboratorio que corroboren lo expuesto hasta ahora, pero gracias a ella son muchos los pacientes que tienen claro el origen de sus males y esta consciencia es el principio de la sanación.

Es muy probable que para algunos lectores haya algunos conceptos de los hasta ahora mencionados que sean difíciles de entender, por lo que intentaremos ir dejándolos más claros a medida que nos adentremos en la explicación de la teoría del Par Biomagnético®.

EL PAR BIOMAGNÉTICO.®

En 1988 el Doctor Isaac Goiz Durán, tras varios años de investigación y práctica, dio con el descubrimiento de un método de diagnóstico y terapéutico al que bautizó con el nombre de PAR BIOMAGNÉTICO®. En su convencimiento de que la mayor parte de las enfermedades tienen su origen en la acción de microorganismos (bacterias, virus, hongos y parásitos) y siguiendo los principios de que estos seres requieren de un hábitat concreto para su desarrollo y pervivencia, se dio cuenta de que puede aplicarse el principio de DUALIDAD:

Para tener la percepción de algo necesitamos tenerla también de su contrario o complementario. Sabemos que algo es blanco porque lo contrastamos con el negro. Lo que es bueno porque conocemos lo malo. Lo bonito por lo feo. Así pues, aplicado este

concepto al equilibrio físico-químico, nos encontramos que para tener algo ácido, forzosamente habrá algo alcalino. Esto es lo que ocurre en nuestro cuerpo...cuando un punto está en acidosis otro lo está en alcalosis. Estos términos están en relación con el pH (potencial de hidrógeno) que en una escala aceptada universalmente tiene unos valores entre 1 y 14, en donde 1 es el mayor grado de acidez y 14 el de alcalinidad. Nuestro organismo mantiene un nivel medio de 7,3 – 7,4, es decir, ligeramente alcalino, situación que se corresponde con lo que el Dr. Goiz denominó NEN (Nivel Energético Normal). Este es el estado óptimo de buena salud. Cualquier alteración de este pH puede provocar el desarrollo o activación de los microorganismos que dan origen a la enfermedad. Un ejemplo con el que se comprende este fenómeno de un modo más claro lo tienen todos los usuarios de piscinas

que frecuentemente hacen o han visto hacer los controles del pH del agua, con el objetivo de que esta se mantenga siempre en perfecto estado de salubridad, transparencia, sin microorganismos que son los que la enturbian.

Siguiendo con conceptos físico-químicos, sabemos que la acidosis se debe a la presencia de iones con carga positiva ($+$) llamados cationes, por lo tanto la alcalosis lo es por la presencia de iones con carga negativa ($-$) o aniones.

Vamos a continuar añadiendo ingredientes que después los meteremos en la “coctelera” y tras batirlos enérgicamente nos permitirán obtener la conclusión final. Continuamos con datos sobre magnetismo....:

.-Todos hemos tenido alguna vez en nuestras manos un par de imanes y hemos intentado juntarlos por la cara de la misma carga, positivo con positivo o negativo con negativo y

hemos comprobado que es imposible, puesto que se repelen. Mientras que ocurre lo contrario con las cargas de distinto signo.

Ahora otro elemento sobre microbiología....:

.-Los virus requieren de un hábitat ácido para su supervivencia y una acidosis prolongada da lugar a la posible aparición de hongos. Por otra parte, las bacterias necesitan un ambiente alcalino y si el estado de alcalinidad es persistente podría dar lugar al desarrollo de parásitos.

Pues bien, vamos a ir asociando conceptos:

.- La cara positiva de un imán tiene la capacidad de repeler cationes (iones con carga positiva) y consecuentemente atraer aniones (iones con carga negativa).

.- Un órgano del cuerpo que se encuentra en acidosis (pH por debajo de 7) es susceptible de alojar virus u hongos y por tanto habrá otro

órgano que se encuentre en alcalosis (pH por encima de 7) pudiendo contener bacterias o parásitos.

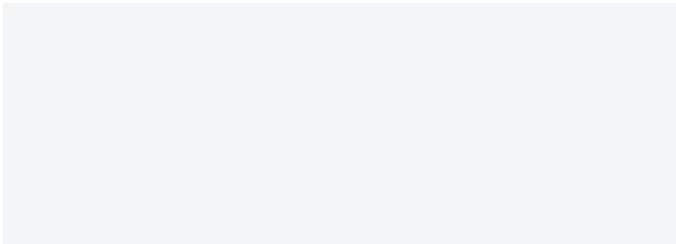
.- Si colocamos un imán con carga positiva sobre el órgano en acidosis y otro con carga negativa sobre el órgano en alcalosis estaremos desplazando los cationes hacia el lado alcalino y los aniones hacia el positivo provocando una neutralización que dará igual a un pH neutro consiguiendo así el NEN (Nivel Energético Normal).

Este es en síntesis el principio en el que se fundamenta El Par Biomagnético.

Debemos añadir ahora el procedimiento de diagnóstico que nos permite determinar la localización de puntos alterados en el pH. Un órgano en acidosis sufre un acortamiento de la materia y por tanto un decrecimiento de sus dimensiones. Mientras que en estado de alcalosis se produce el proceso contrario...la

distensión. Este es el efecto que observamos los terapeutas de Biomagnetismo Médico y que nos permite determinar la ubicación, el microorganismo y su patología. Neutralizarlo restableciendo el nivel de pH adecuado y en consecuencia, mejorar la salud.

Una vez explicados estos conceptos, llega el momento de describir el modo en el que podemos librarnos del tan temido tóxico (mercurio=Hg) por medio de los protocolos de desintoxicación.



PROTOSCOLOS DE DESINTOXICACIÓN

Aunque existen diferentes protocolos para llevar a cabo la desintoxicación de metales pesados, vamos a centrar la atención en dos porque conocemos su eficacia y porque forman parte de nuestra experiencia personal:

1.- Los Sueros quelantes y repolarizantes

2.- Par Biomagnético – Dieta – Par Biomagnético

De otros ya hemos hecho mención, por ejemplo, la utilización de quelantes (Dimecaprol (BAL), Edato (EDTA), Succímero (DMSA), Penicilamina, N-acetilpenicilamina) . Homeopáticos a base de Marbisan. Linux, Berbarin, Nasulsar y otros.

El primer paso en el proceso de curación se da en el momento que el paciente acude al terapeuta en donde recibe la noticia de que

probablemente la mayor parte de sus problemas estén causados por sus amalgamas dentales. Decimos que comienza la sanación porque habitualmente, este tipo de paciente llega a nuestras consultas en un grado de impotencia muy importante dado que llevan consigo una peregrinación interminable por toda clase de especialidades médicas sin obtener resultados y al recibir una explicación lógica que encaja con el proceso de “sus males”, se abre una luz a la esperanza que predispone al paciente a ser más receptivo con la terapia que va a recibir.

El segundo paso es “cerrar el grifo”. Solemos decir a nuestros pacientes que de poco sirve que pasemos la fregona a un suelo que está encharcado si no cerramos el grifo que produce el encharcamiento. Este “cerrar el grifo” es la retirada de las amalgamas de mercurio y su sustitución por otros materiales “biocompatibles” actualmente utilizados por

los odontólogos que ya están sensibilizados con este problema. Una pregunta muy habitual es: *¿a quién acudo?* Y la respuesta es: *“... a cualquiera que tome las debidas precauciones para que en la extracción no te haga ingerir más restos de tóxico, que te ponga y se ponga protección para no inhalar más vapores de mercurio, que en definitiva esté sensibilizado con el problema...sospecha de aquel que no le dé importancia al tema de las amalgamas y que incluso quiera hacerte ver que no existe tanto peligro como te dicen...”*

Una vez que hemos dado este paso comenzamos con el proceso de quelación y repolarización. Este es el objetivo que persiguen los dos métodos que vamos a describir, con la diferencia entre ellos de que mientras el primero se realiza con la administración de sueros intravenosos, el segundo no es invasivo ni se administran

químicos. En ambos los resultados se manifiestan al cabo de muy pocas sesiones pero es necesario completar los tratamientos para lograr la máxima eficacia.

1.-SUEROS QUELANTES Y REPOLARIZANTES

Sin tocar ni una sola frase vamos a incluir aquí el escrito que nos remitió el Prof. Hilario Pérez que explica de un modo claro y conciso este procedimiento desintoxicante:

“La importancia de los sueros de quelación y repolarizantes.”

Quelar, es igual a atrapar y/o a coger según los griegos y, en medicina, se conocen algunos agentes quelantes para los metales pesados que a su vez forman unos complejos a los que se les llama quelatos.

En el siglo pasado, que ha sido el de la revolución industrial a todos los niveles, y me refiero a que también lo ha sido para la ciencia y la tecnología,

se han podido descubrir algunas patologías importantes con síndromes desconocidos y llenos de síntomas que hacen la vida diaria bastante difícil y en nuestro ánimo suman una mueca de dolor, frustración, impotencia o un largo etc.

Ya es comúnmente conocido que el MAR es el vertedero oficial, e ilegal, de este nuestro planeta por residuos tóxicos y toda la basura no controlada que allí se deposita, y también sabemos que el fondo marino suelta de continuo los metales pesados que nos intoxican sin remedio, dado que el mar, su hábitat, su vida, tarde o temprano acabará en nuestros aparatos digestivos (los peces cuanto más adultos más intoxicados están) pero cargado de dosis de metales como el plomo, el mercurio, el arsénico, cadmio etc.

Esto ocurre de una forma similar con los vegetales, dado que la mayoría son de invernadero, no respetándose el ciclo estacionario a lo que hay que añadir el protocolo de fumigación: (hay varios tipos de fumigación, la que más se usa es la vía sistémica, es decir, el

producto mismo se pone en el agua para que la planta absorba constantemente el tóxico) la fumigación contiene metales pesados y algunos de ellos, por simpatía, se fijan en el tejido linfático,(anginas, tiroides, próstata, timo, apófisis, y u ovarios etc..), en el tejido nervioso, (como neurotoxina) en los ganglios del sistema neurovegetativo, entorpeciendo la comunicación (sinapsis) de doble vía entre nuestros órganos y en general de todo nuestro comportamiento holístico: (Léase como holístico la interrelación de todo con el todo).

Y es aquí donde entrarían los sueros de terapia de quelación, con sustancias como: cocarboxilasa estabilizada, o glutatión reducido, o N-cisteína, o entre otros, Edta o Alfa lipoico mas vitaminas etc., dado que todas ellas tienen un efecto quelante, es decir como atrapadores de metales pesados y la posible eliminación de las sustancias toxicas.

La pregunta del millón ¿Por qué el organismo no tiene capacidad por si solo de eliminar estas sustancias?. Si el organismo no tuviera armas para la eliminación de estas toxinas, posiblemente

no llegaríamos a cumplir los 20 años, o lo que es lo mismo, el organismo es un generador continuo de sustancias quelantes a partir de los micronutrientes que ingerimos en la alimentación, pero desgraciadamente no es suficiente, la saturación se produce dado que la ingesta es elevada, y esto nos lleva a otro pequeño gran problema, nuestras células se despolarizan por la sobrecarga y al mismo tiempo porque son en sí mismas sustancias despolarizadoras, esto viene a significar que el potencial celular que tiene que tener una célula sana (alrededor de 40 y 90 mili voltios) se precipita alcanzando valores de menos de 40 mV,, con la consiguiente depresión de la fuerza (potencial) para que la célula haga todas sus funciones en el tiempo para el cual ésta ha sido programada: (entre 250 a 300.0000 reacciones por segundo) bloqueando así la reacción de la bomba sodio potasio, permitiendo que el sodio este más tiempo dentro de la célula (a esto se le llama despolarización)

Lo ideal es este caso sería al contrario, para producir la energía que hiciera penetrar el potasio

en la célula expulsando al sodio. (Repolarización: reacción química similar a la que se produce cuando ponemos agua a una batería que ya contiene ácido sulfúrico, generando electricidad)

La terapia de quelación se conoce hace más de treinta años, ha tenido efectos beneficiosos sobre todo en patologías producidas por exceso de metales, pero desgraciadamente no siempre han tenido los efectos deseados, y una parte importante de ello radica en que se nos olvida que cuando hay despolarización celular, nuestro organismo no tiene energía para activar sus funciones metabólicas y con esto quiero decir que no puede activar enzimas, moléculas, así como tener un buen aprovechamiento de vitaminas y aminoácidos para generar sus propios mecanismos de defensa y de detoxificación, por ello, en estos estadios se recomienda el uso de los sueros repolarizadores y quelantes combinados que, entre otras cosas llevan potasio para una mejor reacción celular.

Con energía podemos hacer todo aquello para lo que estamos programados, tenemos que

contemplar, que el organismo siempre va a elegir mejor que nosotros, lo que más le conviene, que para eso está diseñado, y nuestra obligación, como profesionales de la salud, es facilitarle el camino quitándole si es posible los obstáculos que entorpecen su cometido.

Prof. Hilario Pérez.

2.-PAR BIOMAGNÉTICO® – DIETA – PAR BIOMAGNÉTICO®

Con este procedimiento buscamos el mismo objetivo que con el anterior:

Quelación y repolarización.

Lo dividimos en varias fases que debemos seguirlas con rigor:

PREPARACIÓN/REPOLARIZACIÓN

QUELACIÓN/DRENAJE/REPOLARIZACIÓN

ESTABILIZACIÓN/REPOLARIZACIÓN

1.- Par Biomagnético.

En la primera sesión después de la extracción ya podemos trabajar sobre todos aquellos puntos que se van detectando y restableciendo el equilibrio del pH, siendo conscientes de que aún quedan en el organismo muchos almacenes de mercurio-mercurioso-mercúrico que volverán a desestabilizar el equilibrio logrado. Prestaremos especial atención a la preparación del sistema digestivo y todos los puntos de drenaje y evacuación, estimulando el movimiento peristáltico y favoreciendo la regeneración de una flora intestinal que normalmente está muy deteriorada por el efecto de procesos digestivos, dado que en el duodeno no se establece el equilibrio adecuado del pH (7,4–7,8) entre los elementos procedentes del estómago – hígado – páncreas. La misma atención debemos prestar al sistema renal por ser vía de evacuación y al linfático porque se

encarga de recoger las moléculas de grasa absorbidas en los capilares linfáticos que se encuentran en el intestino delgado. El mercurio tiene predilección por los espacios grasos para asentarse en ellos por eso las moléculas de grasa absorbidas por el sistema linfático vuelven cargadas de $Hg^0/Hg^+/Hg^{++}$, al torrente sanguíneo y de nuevo comienza su “excursión” por todo el organismo. Para favorecer el logro de la

PREPARACIÓN/REPOLARIZACIÓN

es importante apoyarse en un plan de alimentación.

2.- DIETA.

Aún a riesgo de repetirnos, puesto que vamos a dedicar un capítulo completo al INTESTINO, haremos aquí una reseña de algunas ideas fundamentales a tener en cuenta.

En una primera fase, al igual que el Par Biomagnético, la dieta irá orientada a la

PREPARACIÓN de todos los sistemas para que pueda favorecerse el proceso de **DRENAJE/QUELACIÓN**. Se tendrá en cuenta el control sobre los hidratos de carbono y los lípidos puesto que, como ya hemos comentado, serán espacios de almacenamiento de Hg. Deberá evitarse la ingesta de:

.- Alimentos que aumenten la “resistencia a la insulina” patológica: cereales en cualquier formato.

.- Antinutrientes (lectinas y saponinas) y favorecedores de las “itis” (inflamatorios): cereales, legumbres...

.- Alimentos portadores de Hg y otros metales pesados: pescados de profundidad y grandes...

.- Alimentos cargados de conservantes, colorantes y otros aditivos “alimentarios”.

.- Lácteos. No es dejar de tomar leche como mamíferos que somos de nuestra madre (los beneficios serían mayores a los perjuicios), pero sí de otro animal como es una vaca, con todas las consecuencias inflamatorias más todas las consecuencias tóxicas.

.- Cárnicos atiborrados de antibióticos, hormonas, E-250(nitrito sódico), E-252(nitrato potásico).

.- Enlatados y envasados. Los plásticos en las tapas e incluso todo el envase pueden contener Bisfenol A y Ftalatos.

.- Productos de la tierra tratados con fitosanitarios químicos artificiales.

Todos los aditivos alimentarios actuarán como desestabilizantes del pH dado que nuestro organismo no está preparado para su asimilación.

En definitiva se trata de volver a una alimentación racional en la que puedo ingerir aquello que la naturaleza me ofrece procedente de un ámbito limpio y siguiendo el criterio de que cuanto más sofisticada deba ser la elaboración de un alimento para poder ser ingerido, peor efecto tendrá sobre mi organismo. Por ejemplo el pan, al que supuestamente se le considera un alimento de primera necesidad, ¿has pensado alguna vez en lo complejo que resulta su proceso desde el trigo hasta la mesa y la cantidad de aditivos que lleva?....pues prueba a no comerlo durante 15 días y observa los resultados sobre tu organismo.

Una vez concluido el proceso de PREPARACIÓN/REPOLARIZACIÓN, podemos comenzar con el DRENAJE/QUELACIÓN/REPOLARIZACIÓN que en la DIETA supondrá complementar lo que ya venimos haciendo con la ingesta de

quelantes naturales: alga chlorella, el cilantro y el ajo silvestre y en el Par Biomagnético estimulando todos los puntos de drenaje: hígado, riñones, nervios inguinales, todas las glándulas.... Recientemente, tras un curso de Monografías del Par Biomagnético impartido por José Jacobo Ponce, sugirió la posibilidad del drenaje del mercurio desde los Canalículos Biliares al Duodeno y, aunque es pronto para hablar de la eficacia, si debemos decir que hemos probado a testarlo en varios de nuestros pacientes y en todos los casos, al impactar sobre la parte alta del hígado con la intención de los Canalículos Biliares hemos obtenido un marcado acortamiento del hemicuerpo derecho y su restablecimiento al cerrar con el Duodeno. Esto corrobora la importancia de mantener “a punto” el sistema digestivo para una correcta digestión y evacuación puesto que si impactamos este par con el sistema digestivo en malas

condiciones, volveríamos a remover el mercurio para volcarlo de nuevo al torrente sanguíneo.

3.- PAR BIOMAGNÉTICO

Una vez lograda la quelación pasamos a la **ESTABILIZACIÓN/REPOLARIZACIÓN**. Para cuando llega este momento bastará suprimir de la dieta los quelantes que habíamos introducido y continuar con los mismos hábitos alimentarios que ya habremos adquirido. Tendremos además la agradable sorpresa de podernos mirar ante un espejo y observar cómo ha desaparecido “todo lo que sobra”, alcanzando el peso ideal. Desde la perspectiva del Par Biomagnético, dado que, como ya hemos visto, las patologías asociadas al mercurialismo son muy diversas, también será de esperar que el número de pares sea abundante, por lo que serán necesarias varias sesiones hasta que

nuestros pacientes estén totalmente estabilizados. La inmensa mayoría de las dolencias desaparecen con facilidad

A partir de este momento es importante la realización de ejercicio físico para superar la atonía muscular y recuperar la oxigenación celular que se ha visto muy mermada durante el periodo de toxicidad.

Para poder entender con más claridad la necesidad de la dieta en el camino hacia la desintoxicación de metales pesados, vamos a adentrarnos con más profundidad en el conocimiento de la parte del proceso digestivo que se desarrolla en el INTESTINO, de tal modo que quede MUY CLARA la importancia de su perfecto funcionamiento para que la quelación no se convierta en un nuevo proceso de intoxicación.

EL INTESTINO

Una de las vías de desintoxicación más importantes del cuerpo es el intestino. Después de procesos digestivos y de depuración, vía heces es la forma de poder eliminar restos tóxicos que no nos interesa mantener en el cuerpo.

Ahora, dicho de forma teórica debería de funcionar bien para todos, ya que es algo biológico y preparado para ello. La realidad es otra. Nos encontramos con demasiada frecuencia en la población, problemas con la movilidad y funcionamiento intestinal para eliminar toxinas. Cada vez más se asume como algo normal, pero no es así. Se ha convertido en un problema demasiado común. Pero ni es normal, ni es biológica y fisiológicamente correcto.

Cuando se buscan causas para estreñimientos, diarreas, alternancia, nada de

ritmo en las evacuaciones, heces que no son de calidad (no se trata sólo de ir al baño, sino de qué es lo que estamos evacuando), flatulencias....son múltiples y variadas las causas. El intestino es clave para mantener la homeostasis de la salud. Es clave para: conseguir buena absorción de nutrientes, evacuación de residuos, barrera inmunológica, regulador del sistema nervioso autónomo, centro que alberga emociones, conexión dual con cerebro y otros órganos que determinan comportamientos, conectando directamente con el sistema nervioso central.

Una de las causas influyente es la intoxicación por mercurio como se trata en este libro. Hay muchas causas más cruzadas: medicamentos, otros tóxicos, infecciones y algo muy importante: lo que comemos.

No es suficiente el concepto de comer de todo y pensar que así vamos a estar saludable. La

pregunta podría ser: y ¿qué es exactamente comer de todo? ¿Cuáles son los ingredientes más repetidos? Igual no hay que comer de todo, sino mucha o bastante cantidad de ciertos alimentos y poco o nada de otros. Aunque en cada persona se debe dar una adaptación nutricional personalizada, no quita el poder hablar en términos generales de salud para todos los humanos con determinada forma de comer, ya que todos somos la misma especie, homo sapiens y nos afectarán de forma común las mismas cosas, con grados diferenciales de cada uno.

Una evidencia de salud, es mantener sana, equilibrada y podríamos decir contenta a nuestra flora bacteriana. Vamos a utilizar el término flora, aunque en realidad son del reino “animal”: bacterias, levaduras simbióticas que están para darnos mejoras, complacernos, ayudarnos y mantenernos sanos. Si nosotros no hacemos lo mismo con estos biontes

saprofíticos, pues se irán muriendo. Y en su lugar, ahora será más fácil que colonicen malas bacterias que nos darán malestar y síntomas de disbiosis, desequilibrio.

Las bacterias simbióticas modulan nuestro sistema inmune, modulan la información que llega a nuestros sentidos y por lo tanto son moduladoras de comportamiento, fábricas de vitaminas, degradan sustancias, ayudan a fermentar y por lo tanto poder digerir la fibra vegetal hidrosoluble. Nosotros tenemos poca capacidad de fermentación al tener un intestino bastante acortado en el proceso evolutivo hasta ser los omnívoros que somos y necesitamos de estas bacterias para metabolizar los productos vegetales, frutas y verduras.

El proceso digestivo está muy influenciado por los diferentes pH que se necesitan en cada tramo de intestino y en cada órgano.

Cada bacteria es especialista en un pH determinado. Si este pH se ve alterado, se pueden convertir en patógenas, por proliferar en lugares que no les corresponde o facilitarse la infestación de otros patógenos. Si esto ocurre y el cuerpo no es capaz de solventar, estaremos en desequilibrio y afectará a toda la salud del individuo.

Los patógenos también inducirán en nosotros un comportamiento. No el saludable por supuesto, sino el de enfermo. Sin darnos cuenta, antes de llegar a tener síntomas de enfermedad, han ido cambiando cosas como: gusto por determinados alimentos, necesidad cada vez mayor de azúcares, fácil comportamiento irritable... hasta el punto, que pasado el tiempo podemos pensar que “somos así”. No es correcto, estamos comportándonos según una inducción. No es fisiológico, es patológico.

De ahí tan importante, por todas las relaciones con nuestro ser, cuidar, mimar y renovar nuestras buenas bacterias.

La flora intestinal está compuesta por infinidad de bacterias. Podemos hablar de 2 grupos grandes: Bacteroidetes y Firmicutes. Del primer grupo, son los interesantes, los simbiotes que nos ayudan. De estos, para estar sanos, deberíamos tener entre el 70% y el 80%. En la actualidad, nos encontramos con una flora totalmente cambiada, donde esta flora ocupa con suerte un 30% y el resto son Firmicutes dañinos.

¿Qué ha pasado? ¿Por qué ha cambiado nuestra flora? ¿Por qué en concreto estas bacterias que son dañinas? Nada más lejos de la realidad. Lo que nos encontramos es un crecimiento de bacterias que se han ido desarrollando acorde a lo que hemos ido ingiriendo y viviendo: alcohol, estrés

psicoemocional permanente, sedentarismo, determinados alimentos asociados a beneficios y que están lejos de serlo, tabaco, insuficiencia de micronutrientes, intoxicaciones, exceso de hidratos de carbono de origen cereal y exceso de fibras no solubles. Y lácteos pasteurizados.

Las nuevas bacterias que ocupan en intestino, no son simbioses, aunque si se han adaptado a estar ahí, no nos proporcionan beneficios. Nos van dando síntomas. De los más evidentes y primeros, son como se comentaba al principio, la forma, cantidad, frecuencia y calidad de ir al baño.

Nos vamos a encontrar problemas con alimentos como:

- Cereales: alto contenido en hidratos de carbono que invitan a la resistencia a la insulina patológica. Alto contenido en saponinas y lectinas, bloqueadores de

enzimas digestivas dando insuficiencias pancreáticas (EPI, insuficiencia de páncreas exocrino) y altamente destructivas de barrera intestinal (intestino permeable o leaky gut). Donde no hay células, tampoco puede haber buenas bacterias y ahora se convierte el intestino en un colador de “todo” hacia la sangre. De ahí la inflamación, ya que se produce una alta activación del sistema inmune innato, que ahora tiene continuamente trabajo inmunológico que realizar, gastando entre el 25% y el 57% de la energía total del cuerpo en muchas ocasiones. Si esto lo miramos como algo que ocurre continuamente con las recomendaciones de comer 5 veces al día y por supuesto, así todos los días, tenemos una inflamación de bajo grado continua, inflamación crónica. Como no

va a haber cansancio, poca energía, patologías crónicas, incapacidad de renovación celular, cada vez más radicales libres y alteración de pH en el cuerpo, desequilibrio entre creación y muerte celular.

Gluten en concreto, destruye lactobacilos. La encima encargada de degradar gluten, di-peptidil peptidasa llega a un momento de incapacidad. Entonces lo que se genera en el intestino es gliadomorfina, compuesto como su nombre indica morfínico y tóxico, que deja a un intestino que ni siente ni padece. Días sin ir al baño y no sentir ni molestias. Los lactobacilos mantienen en equilibrio a cándida, que ahora puede proliferar y convertirse en patógeno, estableciéndose como hongo que empieza a extender hifas que pueden llegar muy lejos.

Lo mismo pasaría con la caseína de la leche de vaca, que tiene que ser degradada por esta enzima, y que a falta de ésta, se generaría caseinomorfina.

- Legumbres. Llenas de lectinas y saponinas, inhibidores de proteasas como se ha indicado arriba en el apartado de cereales.
- Patata. También llena de saponinas sobre todo. altamente inflamatoria, además de poseer otros compuestos como las atropinas, que nos hacen más sensibles frente al dolor, lo activarían.

Todo ello hace que se vea afectado el tránsito de heces, que putrefactan formando sustancias altamente tóxicas, produciendo muerte bacteriana y celular, falta de absorción sobre todo de micronutrientes, falta de barrera

inmunitaria y sí de activación inflamatoria continua (sistema inmune innato altamente alterado, producción mayor de histamina, alto gasto energético, más fabricación de IgE (inflamación) y que nos inducen a seguir buscando la energía que no obtenemos. De ahí la fácil inducción de comportamiento a buscar fuentes de energía rápida y altamente endorfinica, en formato de azúcares. Y la rueda de destrucción se retroalimenta.

Cuando a todo este cuadro de intoxicación intestinal le añadimos el mercurio, aumentan las posibilidades de: autoinmunidad, decrece la función de las células inmunes, apoptosis (muerte celular programada) de monocitos y linfocitos, decrece la fagocitosis, incrementa la relación entre adrenocorticotropa (ACTH), hormona para la regulación de ejes de estrés e inflamación, conectando ejes nerviosos y

endocrinos. Estamos por lo tanto desprotegidos inmunitariamente, inflamados, con comportamientos de enfermo inducidos.

Es clave poder “evacuar” correctamente antes de iniciar un proceso de quelación de mercurio en el organismo. Si no, volvería a intoxicar y ahora, al remover los lugares donde se haya almacenado, puede viajar vía sanguínea y llegar a sitios y tejidos que hasta el momento estaban bien. Es necesario primero sanar el intestino. Se puede hacer en paralelo, dependiendo de cada persona de que punto partamos.

Y es clave para ello, ir cambiando la flora intestinal. Los buenos simbiotes, se obtienen comiendo fibra vegetal hidrosoluble: verduras, frutas. Algunas de estas fibras son peptinas, quercitinas... permiten mejorar las bacterias necesarias, absorber buenos minerales,

mejorar el estatus de vitaminas. Además son anticancerígenas.

La fibra cereal, lectinas y saponinas, matan nuestros buenos simbioses y hacen proliferar firmicutes. Hacen proliferar bacterias gram negativas, que son patógenos. Actualmente lo que más nos encontramos es la proliferación de Tuberculosis, Salmonela, Escherichia Colli..... ¿Vendrá la enfermedad de fuera, o está ya dentro?

Lo que sí es importante, es saber que la flora no se puede cambiar rápidamente. Cada persona tiene un ritmo, pero en cualquier caso será un proceso. Cuando se llega al extremo donde comer ensaladas y comer frutas, ya que son los vegetales que nos comemos en crudo, producen gases, fermentaciones en exceso, mal estar en general.... es que hemos llegado a una flora simbiótica destruida en un importante tanto por ciento. Si lo único que

sienta bien es comer harinas, el pan por ejemplo, es que sólo tenemos ya bacterias que nos darán enfermedad, inflamación y una alta insuficiencia pancreática.

El proceso pasa por ir cambiando la alimentación, a la par que podemos ir introduciendo probióticos y prebióticos adecuados para repoblar nuestros biontes. Se aconseja que todo el seguimiento lo haga un especialista, para ver nuestro ritmo de cambio y valorar en cada momento lo que nos va pasando.

Tener buena flora supone entre otras: inmunidad, facilidad de limpieza del organismo, buena conexión intestino cerebro no induciendo a comportamientos sujetos de adictivos, evitar enfermar, adelgazar quien tenga obesidad, mejorar la resistencia a la insulina patológica, no estar en estado de

cansancio sino recuperar energía, poder absorber ahora minerales necesarios para la salud y vida, poder mejorar nuestro estatus de vitaminas. Tendremos un comportamiento de felicidad en nuestra vida.

Resumen para cuidar y regenerar la buena flora intestinal:

Lo que se recomienda:

- Fruta. Ayudan las frutas tropicales tipo piña por la cantidad de enzimas digestivas que tiene como por ejemplo en este caso la bromelaína. El resto de frutas también, por supuesto.
- Vegetales, verduras. Nabos, rábanos, lechugas rizadas, zanahorias, canónigos, achicoria, rúcula, alcachofas, diente de león, mostaza, acedera, berro, cardo, apio, remolacha, perejil, puerro, escarola y endivias, nabos, pepino, ajo, ajetes, aceitunas, cebollas, cebolletas, rábanos, espárragos, algas, zanahoria, calabaza,

calabacín, setas, cebollas, puerros, cebollinos, ajos, etc.

Si tanto fruta como verdura dieran gases, es por falta de la buena flora. Hay que tomarlas poco a poco y que en un principio nada sea crudo. Las frutas pueden hacerse al horno y las verduras siempre con golpe de calor. Al principio evitar crudos como la ensalada. Después se irán reintroduciendo.

- Pescados. Cuanto más mejor, evitando aquellos que no sean salvajes y los que sean de tamaño grande tipo emperador o atún, ya que acumulan más mercurio, es cuestión de tamaño corporal. En cada lugar donde vivamos, mirar bien en las pescaderías aquellos pescados que vienen de piscifactoría (suele venir con la denominación acuicultura), ya que serían los peces a evitar por su tipo

de crianza con piensos y otros añadidos en muchas ocasiones.

- Carnes. Buscando aquellas lo más salvajes posible. Que hayan comido pasto en el caso de carne roja y gusanos, caracoles por ejemplo en el caso de aves. Al igual que con los pescados, nos aseguraremos buen omega 3, buenas proteínas con aminoácidos necesarios y buena fuente de vitaminas.
- Huevos. Aquellos donde las gallinas o cualquier otra ave, pueda obtener su alimento ancestral, moviéndose. Que coman pienso es casi inevitable en el mercado actual, pero sí podemos optar a encontrar aquellas que hacen un mixto y que además viven en suelo, en recintos que puede moverse en el exterior y con hierba.

Cuando no está bien la flora y no funcionan bien las enzimas digestivas del páncreas, es fácil que se produzcan putrefacciones dentro del intestino al consumir estos productos. Junto con las fermentaciones que pueden producir los vegetales, al final es un coctel de desequilibrio que aumentará aún más la disbiosis existente. Aquí conviene, igual que con el apartado anterior, comer proteínas cárnicas con moderación, hasta que poco a poco se recupere el estado natural y correcto del intestino. Aun así, en la generalidad, se aconseja comer menos carne que pescado.

Si lo que consumimos está lleno de pesticidas, hormonas, vacunas, antinutrientes que ya se han explicado, difícilmente veamos la evidencia del cambio. Es importante la procedencia y crianza de lo que comemos.

A evitar o cuanto menos, reducir:

- Cereales. Lo ideal es no consumirlos, por el tipo de fibra que hemos comentado, altamente destructiva de la flora intestinal y bloqueadora de la función enzimática. Cuanto más integral sea, más fibras antinutrientes tendrá y mayor será la destrucción de buena flora intestinal.
- Legumbres. Son tóxicas, unas más que otras. Son veneradas en nuestra alimentación y junto con los cereales han salvado muchas vidas de la inanición cuando no hay alimentos para todos. Si ahora podemos elegir otros productos para mejorar la salud, conviene dejarlas de lado. No quita tomar algo de vez en cuando que nos guste. Pero no son ni mucho menos

necesarias para estar sanos, sino todo lo contrario.

- Lácteos. Menos la lactancia materna, evidentemente. El consumir estos productos de otros animales, tiene sus consecuencias negativas y pocas evidencias científicas de la necesidad de ellos en el día a día. Actualmente en nuestros países, tenemos la posibilidad de elegir alimentos. En otros momentos históricos no ha quedado más remedio que optar a consumir alimentos que nos hacen daño y no habríamos elegido si no hubiera habido una carencia importante para la población. Culturas como la oriental, no consumen ni han consumido lácteos. Para ellos es una aberración. Cuando actualmente en oriente van incorporando estos productos, terminan padeciendo las

mismas patologías que nosotros, que se relacionan con este consumo.

Todo lo expuesto tiene una explicación desde la Medicina Evolutiva. Si vas a cambiar hábitos, se recomienda que lo hagas con el seguimiento de un profesional en esta materia.

Direcciones de interés

Queremos dejar ***muy claro*** que la información proporcionada en esta página no supone ninguna responsabilidad por nuestra parte en lo referente a la cualificación ni profesionalidad de los terapeutas con los que se pueda contactar. Solamente lo facilitamos como posible referencia para tener acceso a los mismos. Es fundamental que al contactar con ellos percibamos su grado de sensibilización con el problema de la toxicidad por el mercurio. Que ante la más mínima duda o titubeo por su parte lo desestimemos y que nos garanticen que practican una terapéutica holística.

1º ASOCIACIÓN MERCURIADOS:www.mercuriados.org

2º ANUNA. Para la localización de terapeutas del Par Biomagnético@.:

c/Deportista Juan Matos 4 03016 Alicante

Tlf 965 159 837

info@anuna.es

3º SEKMO. Para la localización de odontólogos.
Sociedad Española de Kinesiología Médica y
Odontológica.

4º PSICONEUROINMUNOLOGÍA CLÍNICA. Especialistas
para el seguimiento de la alimentación. Medicina Evolutiva.

5º Para cualquier duda, comentario o aportación sobre
lo expuesto en este libro: empesalud@gmail.com



El siglo XXI es el de las “especialidades” y por eso resulta extraño encontrarse con un personaje como el coautor de este trabajo más propio del Renacimiento. Polifacético e Inquieto en su época de joven universitario simultaneó los estudios de filosofía / teología con electricidad y electrónica.....posteriormente magisterio y música. Su vida profesional ha transcurrido en el mundo de las artes gráficas y el diseño gráfico y por efecto de las causalidades llega al ámbito de la salud formándose en Biomagnetismo Médico. En este campo dedica todo su tiempo y esfuerzo a investigar las consecuencias del envenenamiento por mercurio, específicamente por el mercurio contenido en las amalgamas dentales y sus efectos sobre la salud. El contenido en esta publicación es el resultado de estas investigaciones que se presentaron como colofón a la formación para la obtención de la diplomatura en Biomagnetismo Médico y que aquí se complementan con la inestimable colaboración de... :

Yolanda Santiuste, bióloga, Máster en Psiconeuroinmunología clínica y Máster en Nutrición Humana y Calidad de los Alimentos, lleva trabajando en educación y salud desde hace 24 años en programas de Prevención de drogodependencias en adolescentes con ocio saludable como alternativa. En el ámbito de salud ha desarrollado proyectos relacionados con la salud ambiental y deportiva, dedicándose los últimos años a la salud biológica e integral de la persona.

La disciplina desarrollada es la medicina evolucionaria con la Psiconeuroinmunología como ciencia, en clínica y en formación que complementa con sus conocimientos en Naturopatía.

Tiene publicaciones como el libro “Juegos en el Medio Natura” y artículos en la revista Psicología práctica.

Amante de la naturaleza y del deporte al aire libre, combina el desarrollo de la salud y el entender de las patologías desde un lado evolutivo y biológico con la práctica deportiva.



