

Alzheimer y Medicina Alternativa (Dr Víctor López García)

La medicina natural constituye un sistema preventivo, curativo y regenerativo que se basa en las leyes inmutables de la naturaleza. Existen unos principios básicos por los que se rige la medicina natural en sus acciones o actuaciones curativas o terapéuticas: la curación o mejoría se obtiene gracias a la “vis medicatrix naturae” o fuerza curativa propia de la naturaleza. Otro principio sería aquel del “primum non nocere”; por el que se extiende que no debemos dañar nunca al paciente en nuestras actuaciones terapéuticas o profesionales, y finalmente, contemplar el principio de tratar al paciente de forma individualizada de acuerdo con aquel dicho de Hipócrates (Padre de la medicina): “no hay enfermedades sino enfermos”.

Independientemente de esto, cualquier procedimiento médico o terapéutico ya sea de la medicina natural o convencional, debe respetar siempre la libertad plena del paciente de aceptar, seguir o abandonar el tratamiento cuando lo considere oportuno.

Basándonos en estos principios básicos, podemos entender que; confrontadas las causas primarias y secundarias que producen esta enfermedad o mal de Alzheimer frente a los efectos favorables amplios, profundos y persistentes de la medicina natural encauzada debidamente. Podemos darnos cuenta que la medicina natural científica tiene mucho que decir y hacer en prevenir, combatir y frenar el avance de esta terrible enfermedad que está originando una pandemia mundial en los países superdesarrollados y envejecidos; y que acaba con los seres humanos en un estado vegetativo lamentable, que se manifiesta por un mutismo e inmovilismo desolador y una incapacidad físico-psíquica total. Hasta llegar a este estado final irreversible; el enfermo va perdiendo la noción del tiempo, espacio y realidad; y vive como si se tratara de un eterno presente, sin pasado ni futuro.

La enfermedad del Alzheimer es un síndrome demencial caracterizado por un deterioro progresivo de las facultades mentales, afectando primeramente a la memoria; y después a la orientación, capacidad de raciocinio, afectividad, sueño, actividad motora y muchas otras facultades necesarias para el desempeño de las actividades de la vida diaria. La enfermedad, cursa de manera lenta y progresiva conduciendo irremisiblemente a la incapacidad total y a la muerte. Puede manifestarse a partir de los 50 años de edad, aunque la enfermedad pueda estar gestándose a partir de los 20. El curso evolutivo y la sintomatología que presenta es muy variable; y se puede decir que no hay enfermedades, sino enfermos de Alzheimer. La duración de la enfermedad atraviesa una serie de etapas; pudiendo vivir los enfermos entre 3 a 20 años, con un promedio de unos 7 años.

Los trastornos que estos enfermos presentan son; como se decía, muy variados y floridos y dependen del curso evolutivo, y del estadio de la enfermedad. Así, se puede observar depresión, comportamiento agresivo, agitación nocturna, insomnio, estreñimiento, incontinencia urinaria y fecal, problemas de alimentación, infecciones, deshidratación, caídas, úlceras por presión, etc.

¿Por qué ocurre esto?

Porque el cerebro va perdiendo neuronas (Se descapitaliza en neuronas), a través de una neurodegeneración y; además, se producen fallos en la neurotransmisión nerviosa afectando sobre todo, a la neurotransmisión colinérgica (Por falta o escasez de la acetilcolina), que es el neurotransmisor que está más implicado en la pérdida de memoria. Por otra parte, el tejido cerebral se va “ensuciando”, cargándose de pigmentos de la vejez; y se distinguen unas zonas deterioradas o destruidas que se conocen como placas neuríticas (Que afectan a los axones neuronales), y ovillos neurofibrilares (Afectando a los cuerpos neuronales). Dichas lesiones características de la enfermedad, están relacionadas con la presencia o depósito de ciertas proteínas anormales en las células cerebrales o en su entorno. Así, tenemos los depósitos de sustancias beta-amiloide (Sustancia cética de tipo insoluble), en el entorno de las neuronas y la proteína Tau dentro del citoesqueleto neuronal. Estas alteraciones metabólicas o de depósitos, provienen de alteraciones o mutaciones de genes sobre todo en los cromosomas 1, 14, 19 y 21. Actualmente se conocen 5 loci genéticos, potencialmente asociados a la enfermedad de Alzheimer: En el cromosoma 21 (El gen

precursor de la proteína beta-amiloide), en el cromosoma 19 (Genotipo Apo E 4), en el cromosoma 14 (Gen de la presenilina -1), y en el cromosoma 1 (Gen de la presenilina -2).

El screening genético se está convirtiendo en una técnica rutinaria en el diagnóstico del Alzheimer, en algunos centros especializados. Un hecho curioso observado, es que algunas neuronas se suicidan por mandato programado. Este fenómeno que se conoce por apoptosis, se produce por influencias aún no determinadas. Parece, que esto responde a una ley natural; por la que la naturaleza hace desaparecer las neuronas viejas o deterioradas, que no sirven.

En su conjunto, se puede decir que en la enfermedad de Alzheimer; el cerebro se va quedando sin neuronas, se va degenerando, muriendo prematuramente, lo que conduce a una atrofia cerebral que se localiza predominantemente en ciertas zonas (Corteza cerebral del área frontal, temporal, hipocampo, etc.), y de forma asimétrica. Por efecto de la atrofia y pérdida de volumen del cerebro, los surcos o hendiduras cerebrales se hacen más pronunciados y los ventrículos más anchos y dilatados. Las agresiones que puede recibir el cerebro de una persona –ya sea de forma persistente o intermitente- a lo largo de su vida como consecuencia de seguir una vida insana (Alcoholismo, nicotina, intoxicaciones diversas, estrés psicosocial y profesional, agresión por radicales libres, estrés oxidativo, hipertensión arterial, diabetes mellitus, etc.), y por accidentes inevitables, pueden originar sufrimiento, daño cerebral con muerte o pérdida progresiva de neuronas. Hasta un límite en que la actividad cerebral empieza a descompensarse haciendo acto de presencia la demencia; a veces de comienzo silencioso, solapado y otras de forma más aguda. Aunque en el caso de la enfermedad de Alzheimer, el curso será siempre progresivo; a menos que se frene o se mejore, con el debido tratamiento.

Una confirmación diagnóstica definitiva de la enfermedad de Alzheimer resulta muy difícil o imposible realizarla en vida del paciente, si no se recurre a una biopsia cerebral. Los estudios histopatológicos sobre el mal de Alzheimer efectuados hasta ahora, se han hecho con autopsias o necropsias practicadas en sujetos fallecidos; gracias a estos estudios necrópsicos o histopatológicos que comenzaron en 1907 con el neuropatólogo alemán Alois Alzheimer, al cual se debe el nombre de la enfermedad –que estudió a una paciente de 51 años con este mal-, el esclarecimiento de esta enfermedad ha avanzado muchísimo. Para el diagnóstico del mal de Alzheimer, existen también una batería de tests neuropsicológicos y psicométricos que miden o valoran las capacidades cognitivas del sujeto (Minitests cognitivo, tests de la memoria, orientación, depresión, test del reloj...), y escalas de valoración de las capacidades funcionales para el desarrollo de las actividades de la vida diaria (Tanto básicas como instrumentales).

Estas pruebas neuropsicológicas y funcionales, que afinan bastante bien en manos expertas junto a los procedimientos de neuroimagen que se utilizan en la clínica actual como son TAC (Tomografía Axial Computerizada), RMN (Resonancia Magnética Nuclear), PET (Tomografía de Emisión de Positrones) y SPECT (Tomografía de Emisión de Positrón único), etc., se puede casi confirmar (A veces con más de un 95% de fiabilidad), la existencia de un Alzheimer en un enfermo, sin recurrir a la biopsia cerebral.

También ayuda en este menester la analítica sanguínea y de los humores y fluidos orgánicos, para descartar la presencia de sífilis, SIDA, enfermedades cerebrales por virus lentos, falta de vitamina B12 y ácido fólico, casos de hipotiroidismo, etc. Y; por supuesto, el estudio genético para confirmar la alteración en los cromosomas. El hecho evidente es que las demencias son dolencias muy frecuentes en las edades avanzadas de la vida, abarcando la enfermedad de Alzheimer un 50-70% de todas ellas; y la demencia de origen vascular o multiinfarto, un 40-50%. Otras demencias seniles y preseniles, constituirían el 15%. A veces, las demencias seniles no se presentan de forma pura, sino mezcladas. Estas se llaman mixtas (Por ejemplo Alzheimer + infarto); y constituirían, otro 15%.

Se han registrado datos estadísticos y socioeconómicos precisos, sobre la enfermedad de Alzheimer. Así se conocen unos 200 millones de personas afectadas por este mal en el mundo. Unas 450.000 personas padecen el Alzheimer en España. Entre ellas, un 64% son mujeres y un 36% hombres. Un 90% de los enfermos españoles se hayan aún sin diagnosticar. Un 10% no reciben tratamiento. La

enfermedad de Alzheimer, es la cuarta causa de muerte en España. Su incidencia en nuestro país (España), es de 1 caso año por cada 100 personas. Su prevalencia es de 1'5% entre las personas de 60 a 70 años; y el 20% en los mayores, de 85 años. Hay que destacar las demencias que son transitorias (Falsas demencias) por problemas de depresión, malnutrición, traumatismos craneoencefálicos, intoxicaciones diversas, de las verdaderas demencias (Irreversibles o incurables) – aunque siempre tratables y aliviables- como el mal de Alzheimer, demencia arteriosclerótica multiinfarto, enfermedad de Nieman-Pick, Biswanger, etc. Entre otros motivos, para no asustar a la familia o al propio enfermo de algo que tiene solución.

Como hemos podido observar, la enfermedad de Alzheimer es una enfermedad compleja y multifactorial y sigue siendo aún; a pesar de los grandes avances, una gran desconocida. Su abordaje preventivo y curativo debe hacerse desde un punto de vista integrador y multidisciplinario.

La solución, está en aplicar los conocimientos y principios de la medicina natural científica como punto de apoyo básico o de fondo. Esto es lo que posibilita realmente una aptitud optimista y realista, frente a ella. La acción curativa de la naturaleza y del equilibrio psicosomático, social y ecológico, se basaría en la acción favorable de estos estímulos en función del tiempo.

Hay que entender, que el enfermo tiene toda su vida por delante para poder influir sobre su cuerpo y cerebro con estímulos naturales reiterativos; y que el tiempo hace que estos efectos vayan siendo acumulativos y potenciadores, unos frente a otros. El tiempo, es un factor a favor del paciente en este sentido.

Recordemos que la base de la acción preventiva, curativa y regenerativa de la naturaleza (*Vis medicatrix naturae*), se apoya en unos principios que, aunque son poderosos, están al alcance de cualquiera. La medicina natural es una medicina integral causal; es decir, lo que pretende es curar la enfermedad suprimiendo las causas primarias o lejanas de la misma. Este tipo de medicina, ayuda o favorece a los propios mecanismos curativos o regenerativos del cuerpo, a través de los siguientes mecanismos:

- **Derivación y excreción:** Se estimula la purificación del cuerpo y de la sangre y también del cerebro, a través de la eliminación de los malos humores, sustancias extrañas, residuos tóxicos o metabólicos, etc., por los riñones, heces, respiración, sudor, drenaje linfático, etc. Los insignes terapeutas empíricos del pasado (Kuhne, Kneipp, Priessnitz, etc.), consiguieron tan buenos resultados; incluso en casos de demencia o locura, sobre todo, por los efectos derivativos y depurativos de sus baños y dietas purificadoras.
- **Provocación:** Estimulación y activación repetida de las defensas orgánicas y los mecanismos de eliminación y regeneración. A veces, se requieren estímulos beneficiosos, repetitivos y acumulativos por el auxilio del ejercicio físico, baños derivativos y estimulantes, baños de sol, de vapor, duchas, compresas, etc. para producir crisis curativas y alcanzar finalmente la curación definitiva. En el efecto regenerativo y reparativo del cerebro, tenemos que hacer constar que ciertos nutrientes especiales (Vitamina E, vitamina C, magnesio, selenio, complejo B, ciertos aminoácidos, etc.), juegan un papel muy importante.
- **Falsa curación:** El tratamiento deberá evitar enmascarar la enfermedad y sus síntomas. Como la medicina natural, lo que persigue es la supresión de las causas primarias o verdaderas de las enfermedades, evita a su vez que se produzca, tras una curación aparente, un estado enfermizo, solapado o enmascarado; que es lo que ocurre muchas veces, tras un tratamiento sintomático de la medicina escolástica o convencional. Esto encierra, una cierta utilidad práctica en los enfermos de Alzheimer; ya que la terapéutica natural con sus efectos favorables y persistentes, suprime obstáculos para que el paciente mejore o recupere lentamente sus facultades, aún dentro del contexto de un tratamiento convencional. Los grandes avances conseguidos en los últimos tiempos; más en lo concerniente al diagnóstico que al tratamiento de esta enfermedad, aconsejan que se debe buscar el principio de la complementariedad, entre la medicina natural y la convencional. De ahí, que los enfoques que se han dado en este artículo coinciden con los de la medicina integral u

holística. De todas formas, es muy necesario establecer lo más precozmente posible el diagnóstico médico de la enfermedad y; a partir de ese momento, encauzar la terapia integral. En este abordaje integral contemplamos los siguientes apartados:

1.- Tratamiento o prevención de las causas genéticas. Hay que preguntarse hasta qué punto la medicina natural; a través de una correcta higiene de vida y de una conducta saludable, puede contrarrestar esa mutación de genes o hacer que los efectos o consecuencias de dicha mutación no se manifiesten. Y si lo hacen, que lo hagan lo más tarde posible. La influencia de una conducta saludable y de un ambiente ecológico favorable, puede resultar altamente positivo y beneficioso para cualquier enfermo. Parece; según recientes investigaciones, que la influencia de los genes y sus mutaciones se podrían contrarrestar en parte, con estas medidas correctoras naturales, lo que podría tener una repercusión positiva en los enfermos de Alzheimer. Es decir, que la conducta saludable y el medio ambiente favorable se consideran más influyentes, que el genotipo en el curso vital de las personas y sus enfermedades.

2.- Prevenir o frenar la pérdida de neuronas. Todo lo que actúa o influye como una praxis de vida equivocada e insana con todo lo que ello lleva consigo (Factores de riesgo, ambiente poco saludable, ambiciones desmedidas, intoxicaciones, estrés, herencia desfavorable...) puede contribuir a que perdamos más neuronas de la cuenta; y acabemos deficitarios de estas células nerviosas tan valiosas, para las funciones mentales. Por el contrario, todo lo que deriva de un estilo de vida saludable y de una aptitud mental relajada y positiva, es altamente protector y preventivo frente a la pérdida de neuronas desde el nacimiento hasta la muerte. Este planteamiento práctico de una vida saludable (“Mente sana en cuerpo sano”), es lo que predica y defiende la medicina natural como mandato de la naturaleza; y por supuesto, también en los enfermos de Alzheimer.

3.- Mejorar la neurotransmisión colinérgica. Ello puede conseguirse mediante el aporte o ingestión de colina, lecitina, fosfatidil-colina, fosfatil-serina, etc.; y sobre todo, con los preparados anticolinesterásicos recientemente comercializados. Los preparados del grupo de la lecitina, que se engloban dentro de la familia de los fosfolípidos, poseen efectos regenerativos de las vainas o cubiertas de miela, de los axones nerviosos y además aumentan el “pool” o reserva de la acetilcolina en las sinapsis nerviosas. Finalmente, algunos de ellos también tienen efectos hipolipemiantes. En cuanto a los preparados anticolinesterásicos que inhiben la destrucción de la acetilcolina por la acetilcolinesterasa, son fármacos muy indicados en la enfermedad de Alzheimer leve o moderada, consiguiéndose buenos resultados en los tratamientos establecidos (Terapias cognitivas, psicoestimulantes y rehabilitadoras); e incluso, pueden ralentizar o frenar la marcha de la enfermedad.

4.- Mejorar el funcionamiento de las neuronas y de la actividad cerebral. “Todo órgano que no se ejercita se atrofia” y “la función hace al órgano”. Este principio de la fisiología clásica; aún encierra todo su valor y más aún, debemos recurrir a la psicoactivación diaria en los enfermos de Alzheimer. Leer, hablar, escribir, dibujar, hacer crucigramas, ver la TV, jugar al ajedrez, ver álbum familiar, pasatiempos diversos, etc., todo ello para conseguir esa activación mental. Se ha evidenciado, que el aprendizaje diario y los ejercicios cerebrales apropiados estimulan o favorecen la neurogénesis. Se están llevando a cabo en ciertas instituciones de algunas comunidades, programas en forma de talleres para mejorar la memoria y las funciones cognitivas con buenos resultados.

5.- Estimular o promover la socioactivación. Buen trato y relaciones con la familia, vecinos, clubes de ancianos, centros cívicos, excursiones, visitas a museos, asistir a lugares de esparcimiento y convivencia, bailes, viajes, fiestas de cumpleaños, conferencias, debates, etc., son buenos medios para activar socialmente a los enfermos de Alzheimer. Claro está, habría que contemplar las capacidades y posibilidades de dichas personas, en participar en tales actividades.

6.- Activar o estimular la regeneración neuronal. Según evidencias científicas de diversas universidades norteamericanas e inglesas, el principio clásico de que las neuronas no se pueden regenerar ya no puede sostenerse científicamente. Es más, en el cerebro existen ciertos circuitos neuronales adormecidos o de reserva, que se pueden reactivar convenientemente bajo estímulos

positivos poderosos y repetitivos. Esto que se ha evidenciado en principio en animales (Sobre todo en roedores), parece que también se cumple en el hombre. La medicina natural (Que es en realidad una medicina energética), puede a través de sus mecanismos y estímulos reactivar la regeneración de las neuronas y de los circuitos adormecidos o de reserva. Esto es de particular importancia y utilidad, en los enfermos de Alzheimer.

7.- Adoptar una actitud preventiva frente al Alzheimer, desde la más tierna infancia. Hay que considerar la vida como un trayecto vital (“Un continuo”), que podrá terminar de buena o mala manera. En dicha trayectoria, hay que proteger con una atención especial al cerebro y evitar la autoagresión cerebral. Las carótidas se engruesan y se vuelven escleróticas; y el cerebro se congestiona y se vuelve deficitario en sangre, a la larga sobre todo, cuando sufrimos estrés crónico. Por otra parte, hay que evitar las intoxicaciones o cúmulo en el cerebro de metales pesados (Aluminio, plomo, zinc...). Particularmente, el depósito de aluminio en el tejido cerebral, parece guardar relación con la enfermedad de Alzheimer.

8.- Mejorar el entorno natural y ecológico del enfermo. El paciente, debe vivir en un hábitat saludable que le resulte cómodo, fácil y familiar, despejado de barreras arquitectónicas, dificultades y obstáculos. Libre de ruidos, radiaciones perjudiciales, dotado de zonas verdes o jardines, sombras para protegerse del sol, bancos para sentarse, bien señalizado, etc. Recientemente se ha evidenciado en algunas universidades (Escuela médica de Miami), que la música (Musicoterapia) puede beneficiar mucho a este tipo de enfermos. Tanto en forma de hilo musical, escuchar música por la radio, transistores, etc., individualmente o hacerles participar en grupos tocando instrumentos musicales. Dichas actividades individuales; o en grupo, mejoran el comportamiento de los enfermos, los trastornos del sueño y hacen a los pacientes más comunicativos y participativos en los programas lúdico-recreativos y de rehabilitación. Todo esto se explica, porque la música aumenta el nivel en sangre de ciertos neuro-transmisores y hormonas como la melatonina, serotonina, endorfinas, que producen gozo y bienestar. Otro intento llevado a cabo en clínicas de Escocia, ha consistido en llevar a los enfermos a jardines aromáticos, llenos de flores, plantas, colores, etc., donde han paseado, descansado o han realizado labores de jardinería, consiguiéndose también efectos positivos. Sabemos que las flores y sus aromas, tienen unos efectos muy positivos sobre la mente y el estado de ánimo y ello se conoce por la terapia de las flores de Bach.

9.- Posicionamiento de una conducta saludable. El posicionamiento de una conducta saludable dentro del contexto de las leyes biológico-naturales y del orden moral, estará siempre vigente, independientemente del enfoque que dé la medicina, que corresponde a su tiempo. Y se tendrá que seguir cumpliendo con el principio de la complementariedad; aunque lo ideal sería lograr una integración o fusión plena de todas las terapéuticas o medicinas en un sistema único, que hoy en día ya está perfilado como medicina holística o integral. Ya se están viendo indicios que esto ocurrirá algún día. Mientras tanto, habrá que seguir investigando nuevas vías integradoras y multidisciplinarias para solucionar este problema del Alzheimer que; de cara al futuro –por el envejecimiento progresivo de la población y geriatización de la medicina-, será cada vez más acuciante.

Palabras finales

El mundo de la enfermedad de Alzheimer, es a su vez trágico y fascinante. Es el precio que hay que pagar por vivir tanto tiempo e incumpliendo gran parte de nuestras vidas las leyes biológico-naturales y morales, que nos son propias. El cerebro es un órgano muy resistente, pero cuando sucumbe se produce la muerte del yo y de la personalidad. A pesar de que algunos autores dicen que las muertes producidas por las enfermedades crónicas y degenerativas no son otra cosa que el fracaso que ha traído el éxito contraído con la actual civilización posmoderna; la medicina natural, como sistema de vida saludable, estará siempre a nuestra disposición y será siempre el soporte válido para tratar cualquier enfermedad. Y por supuesto, también para prevenir, frenar o aliviar este terrible mal que es la enfermedad de Alzheimer. No obstante, sería imprudente no aprovecharnos de los medios o recursos tecnológicos, genéticos, farmacológicos, etc., que la medicina escolástica o

convencional nos va ofreciendo paso a paso; pero hay que tener cuidado de no apartarnos demasiado de las leyes de la naturaleza, de la psicología y de la moral, que son en definitiva a las que nos debemos los humanos como seres biopsicosociales.

Dr. Víctor López García. Médico gerontólogo

Señales De Alarma

- Pérdida de la memoria (Primero, de la reciente, y más adelante, de la antigua o remota), que afecta a las habilidades rutinarias y desempeño del trabajo habitual.
- Dificultad en realizar tareas familiares o comunes.
- Problemas del lenguaje (Dificultades con la expresión o entendimiento del lenguaje).
- Desorientación espacio/tiempo.
- Problemas del pensamiento abstracto.
- Colocar objetos o cosas en lugares que no le corresponden.
- Falta o dificultad de reconocimiento de objetos o personas.
- Cambios incomprensibles de conducta o del estado de ánimo de la persona.
- Cambios de la personalidad con pérdida de la iniciativa, dejadez o abandono en el cuidado personal, presencia, etc.

Las vías actuales de investigación y tratamiento de la enfermedad de Alzheimer, que resultan prometedoras son las siguientes:

*Administración de altas dosis d+e antioxidantes. En ciertas enfermedades neurodegenerativas como el Parkinson, enfermedad de Alzheimer, esclerosis múltiple, etc. parecen estar implicados los radicales libres, procedentes del estrés oxidativo, ciertas sustancias antioxidantes como vitaminas, oligoelementos, metaloenzimas (Vitamina E, vitamina C, betacaroteno, zinc, manganeso, bioflavonoides, selenio, picnogenoles, etc.) parecen barrer o suprimir los efectos deletéreos de dichos radicales sobre las neuronas. Los antioxidantes, tienen un futuro prometedor frente al envejecimiento, arteriosclerosis y las enfermedades neurodegenerativas como el Alzheimer. Habría que conseguir barrereros o moduladores de proteínas anormales (Beta-amiloide, proteína Tau, etc.); e incidiendo sobre las alteraciones genéticas y purificación, de los tejidos. Se está recurriendo a la inyección de genes codificados. Implante de neuronas en zonas deterioradas o dañadas. Esto, se está intentando en la enfermedad de Parkinson; y puede que también se consiga, en la enfermedad de Alzheimer.

* Regeneración o activación de neuronas madres o embrionarias; y activación, de circuitos neuronales o de reserva. Esto se podría conseguir con la psicoactivación referida, en otro apartado.

* Vacunas preventivas del Alzheimer. Han ensayado una vacuna para prevenir la enfermedad en ratas, al parecer con éxito. La inmunización desarrollada por Dale Schenk, en un laboratorio de California, se basa en la prevención del depósito de la proteína beta-amiloide.

* Administración de soja y derivados y del ñame mejicano, como fuente de fitoestrógenos. Los estrógenos de origen vegetal tienen una importancia especial en la mujer; ya que se ha evidenciado que la falta de protección de los estrógenos en la misma (A partir de la menopausia), guarda una cierta relación con la aparición de la enfermedad de Alzheimer.

* Efectos descubiertos en algunas plantas como el ginkgo biloba, anapsos y uña de gato.

* El ginkgo biloba, es un árbol que procede de China y es la especie más antigua entre todas las existentes del mundo. El extracto de ginkgo biloba, contribuye al mantenimiento de la dilatación de los vasos sanguíneos facilitando así, la libre circulación de la sangre que transporta el oxígeno y los nutrientes a las partes del organismo que los necesitan. Esta acción es de particular importancia para

el cerebro, donde residen las facultades de la memoria y de la concentración. Este preparado también posee propiedades antioxidantes (Contra los radicales libres).

* El anapsos (*Polipodium leucotomos*) es un helecho típico de determinadas zonas de centroamérica, siendo utilizados sus rizomas para el tratamiento de las enfermedades de la piel. Parece tener también efectos antitumorales, inmunomoduladores (Neuro-inmunomodulares en la enfermedad de Alzheimer), y es un agente potencial neurotrófico.

* La uña de gato (*Uncaria tomentosa*), es una planta liana gigantesca de la familia de las rubiáceas originaria de la Amazonia, aumenta las defensas naturales y regula los procesos inmunorreactivos. Se reconoce científicamente que en la enfermedad de Alzheimer se dan fallos en la inmunorregulación del cerebro y sistema nervioso central con posibles fenómenos de hiperreactividad y autoagresión, por lo que este tipo de plantas resulta bastante beneficioso

Facilitado : Gracias Carmen, por compartir tan interesante información acerca del Alzheimer, y distribuido por Jorge E. Morales

o por Jorge E. Morales.

[GHB - Información difundida por http://hermandadblanca.org/](http://hermandadblanca.org/)

El alcance y la fuerza integradora de la Medicina Naturista en la interpretación y curación de las enfermedades conicodegenerativas

"Los años de vida, ganados subyugando a las enfermedades infecciosas, los hemos pagado con la destrucción fisiológica y con el lento y doloroso languidecer originado por las enfermedades crónicas".

Dr. Alexis Carrel

Los objetivos que trata de conseguir la medicina científica actual en el ser humano sano o enfermo han de tener unos puntos de referencia no sólo en cuanto a lo que el hombre como ente biopsicosocial es, ha sido y debe ser, sino en cuanto a las posibles mutaciones de orden natural o variaciones patológicas se produzcan en él, como efecto del constante mecanismo de adaptación y desgaste que el hombre lleva a cabo día a día para sobrevivir.

Si empezamos señalando que la medicina moderna ha cosechado extraordinarios éxitos y frutos en el campo de la patología infecciosa y de la inmunología, de la cirugía, de la biología molecular, biotecnología, etc. a nadie que fuese entendido en la materia le sorprendería. Pero la duda o la desconfianza no surge en cuanto a lo que el hombre científico es capaz de conocer en la patología humana, mediante la aplicación de sofisticados medios exploratorios y de diagnóstico, ni tampoco en el tratamiento certero que se encauza tras un diagnóstico correcto, sino más bien en relación con el objetivo médico a alcanzar de acuerdo con la integridad, la naturaleza y el perfil biológico del hombre. A primera vista se hacen resaltar ya tres grandes cuestiones, que la medicina asistencial rutinaria olvida generalmente:

Se olvida con bastante frecuencia que el hombre es una unidad integral y que la suma de cada una de sus partes vistas a través de cada uno de los especialistas que las estudian y tratan, no engloban el todo funcional unitario del hombre enfermo. Acordémonos de que cuando nos acercamos demasiado a un árbol perdemos la visión grandiosa del bosque.

Se olvida con cierta frecuencia que el hombre es una individualidad genética y personal, con una intimidad difícilmente abordable a menos que uno sea "uno mismo".

Acordémonos de la máxima de Hipócrates: no hay enfermedades sino enfermos.

Se olvida con bastante frecuencia, por no decir siempre, que existe una concepción biológica de fondo, que ha de servirnos siempre de guía o de patrón de referencia, para no apartarnos de él y que por consiguiente, todo acto diagnóstico ha de tratar de descubrir "la desviación de la norma" de ese patrón biológico que se refiere a la especie humana. En cuanto al acto terapéutico en sí, éste siempre deberá como mínimo restituir ese perfil funcional y orgánico que corresponde al hombre como ser biopsicosocial.

Estos argumentos nos ponen ya sobre aviso, en relación con las dificultades que tenemos los médicos en conseguir objetivos terapéuticos profundos, amplios y duraderos, que exigen poner en práctica a través de una correcta y humana relación médico-enfermo una serie de influencias poderosas, médicas o ambientales, ya sean de tipo natural, sociológicas, ecológicas, psíquicas, farmacológicas, o posiblemente metafísicas o religiosas que se combinarían de manera adecuada y racional en función de un efecto terapéutico perseguido que combatiría en su raíz "el mal patológico" existente. Aunque a este respecto convendría siempre recordar lo que decía Hipócrates: "el médico es el medio y el paciente el médico".

Con relación a esta problemática, sabemos que existen enfermedades que presentan un origen oscuro multifactorial.

Algunas de estas enfermedades han sido denominadas por algunos autores como “enfermedades de la civilización”, por haber aumentado extraordinariamente su incidencia por la insistente acción perturbadora de la civilización.

Cuanto más factores etiopatogénicos principales o primarios desconozca el médico en un enfermo determinado, menos probabilidades tendrá de aplicar una terapéutica “diana” y selectiva frente a una enfermedad de origen oscuro y multifactorial.

La medicina práctica asistencial es eminentemente sintomática y se mueve, creo, en un juego de síntomas o trastornos de enfermedad y efectos terapéuticos paliativos a aplicar.

Pero la salud y la enfermedad es más que la relación entre causa y efecto, y me atrevería a afirmar, más aún que la unidad psicosomática tan prodigada. Más bien, debería abordarse la enfermedad con un enfoque holístico (holos = todo) en el que se englobaría lo biológico, lo psicológico, lo ambiental y sociocultural.

Estos argumentos que sirven de introducción permiten ya valorar las causas de orden general que impiden que se lleve a cabo una medicina naturista integral (neohipocrática), en la que tenga cabida todo el juego científico comprobado por la ciencia médica actual.

Sobre la conducta y el estado de salud de cada hombre inciden una serie de condicionantes y circunstancias internas y ambientales que hacen distanciarse cada día más al hombre de ese perfil o patrón humano anteriormente comentado.

Y no me refiero sólo a la pérdida de ese perfil biológico del hombre, sino también a la desnaturalización de su entorno o marco natural.

Sobre el hombre como ente biopsicosocial que es, no sólo inciden como se decía, innumerables influencias, algunas de ellas extraordinariamente importantes como la pobreza o la opulencia pertenecientes a su marco económico, sino otras más inespecíficas y vagas que van actuando a modo de tendencias sociales y costumbristas de fondo, calladas y traicioneras, que nos condicionan diariamente para que nos incorporemos cada día más a un mundo impersonal, artificial, consumista y automatizado.

Aquí, por supuesto, puede surgir uno de los debates más importantes y trascendentales de nuestra era – ya entrados en el siglo XXI – y que desde hace tiempo se está fraguando en la mente de los sabios, filósofos, investigadores y autoridades de diversos países y organismos.

A este respecto está surgiendo un importante dilema que nos está obligando a elegir entre la naturaleza, y la tecnología e industrialización.

Para conocer algo sobre la acción perturbadora de la civilización y de sus efectos sobre el hombre se han realizado estudios comparativos entre los animales salvajes en libertad y aquellos otros que se hallan en condiciones artificiales de cautiverio o habitabilidad reducida.

En el parque zoológico de Filadelfia (USA) se han realizado unos estudios desde el año 1901, en los que se examinan los animales fallecidos mediante estudios necrópsicos.

Dichos estudios fueron practicados comparativamente con los animales de su misma especie que se hallaban en condiciones salvajes y en plena libertad natural. Para asegurar los hallazgos alcanzados y valorar su significación, se han realizado también estudios complementarios en laboratorios experimentales.

En estos estudios se ha puesto de manifiesto que en los animales de cautiverio (enjaulados o residentes de parques zoológicos), es decir, que viven en condiciones perfectamente controladas por la ciencia veterinaria, se produce una disminución de la aparición, evolución y gravedad de las enfermedades infecciosas y de otras perfectamente vencibles por la ciencia veterinaria o farmacológica, mientras que se

origina un aumento de la incidencia de las enfermedades cronicodegenerativas (afecciones cardiovasculares con la máxima incidencia en la arteriosclerosis de las coronarias), típicas del hombre moderno occidental y civilizado.

En dichos animales enjaulados o que se hallaban en condiciones de cautiverio, la arterosclerosis observada resultó ser más grave y llamativa y se pareció mucho a la que padece el hombre de nuestros días.

Estos “males biológicos”, como era de esperar, no se observaron en los animales salvajes en libertad natural, salvo en raras excepciones no significativas.

Todo esto hace pensar, que las condiciones de habitabilidad que se dan en los parques zoológicos se parecen mucho a las que sufre el hombre civilizado, desnaturalizado y alejado de la influencia beneficiosa de la naturaleza.

Se consideran también a esos parques zoológicos como modelos experimentales que nos hacen comprender – aún con las dificultades entrañables que trae consigo la extrapolación de datos de los animales al hombre – los efectos perniciosos de la civilización sobre el hombre.

Jores afirma, aludiendo al hombre, que la inmensa mayoría de las enfermedades que presenta éste no las presentan los animales salvajes en libertad, por dos razones que resaltan a simple vista:

Porque sobre el hombre inciden los males y perjuicios de la civilización.

Porque el hombre con sus características psíquicas y anímicas – Recordemos la ley de persistencia de los actos psíquicos y todo el engranaje psico-espiritual de su sufrimiento – engendra otro tipo de males en su biología que los que presentan los animales salvajes, carentes de espíritu y de la libertad volitiva superior.

Asimismo, el perfil de las enfermedades contraídas por los animales en libertad natural resulta ser más uniforme y regular que las que presenta el hombre. Aún evidenciando ambos seres una individualidad genética, no deja de ser más cierto aquel dicho hipocrático “no hay enfermedades sino enfermos”, en el hombre que en los animales.

Todo esto nos da a entender, con la debida reserva, que la civilización es la causante de muchos de los males que padece el hombre moderno, aunque si bien llevados por un espíritu prudente, optimista y constructivo, no la debemos considerar ni buena ni mala, sino según se ponga en juego, con los valores naturales y morales que le son propios por naturaleza.

Antes de seguir adelante, convendría que definiera ese punto de partida biológico al que me refería al principio de este trabajo, es decir lo que se interpretaría como una situación de salud integral en el hombre.

Esa salud integral sería el estado o la situación estable y equilibrada, en el que el hombre integrado en su propia entidad individual y social, reaccionaría adecuadamente de acuerdo con su propia personalidad y con las leyes biológico-naturales, manteniéndose en ese patrón del hombre sano que correspondería por derecho propio.

Esto sería el fundamento, la esencia de la cuestión, pero la salud también se mostraría al exterior y sería detectable como un conjunto de manifestaciones o respuestas armónicas, que podrían ser captadas por la ciencia o por sus semejantes.

Estas manifestaciones serían las siguientes:

Las formas perfectas y armónicamente desarrolladas del individuo sano expresarían vitalidad, salud y belleza. Libre de cualquier trastorno o incapacidad su cuerpo desplegaría todas sus facultades. La vida latiría en él fresca y potente. Su cuerpo sano sería extraordinariamente resistente y adaptable al calor y al frío, a los cambios atmosféricos, al cansancio y a las enfermedades.

Gozaría de un gran poder defensivo natural. Se levantaría descansado y le apetecería de inmediato moverse, actuar y trabajar.

En el aspecto mental, se vería libre de tensiones y efectos neuróticos. Sus pensamientos fluirían en libertad y sin el menor signo de fatiga. Tendría optimismo y disfrutaría del natural placer de vivir y de estar entre sus semejantes.

Esto definiría en términos sencillos lo que es la salud de un ser humano en condiciones naturales y serían aplicables al concepto de niño, adulto, anciano, varón o hembra, según sus correspondientes peculiaridades y circunstancias.

Pero he aquí que la inteligencia como fuerza intrusa y extraña en el engranaje y orden de la naturaleza ha hecho que este perfil primitivamente biológico y humano del "homo sapiens" haya ido adquiriendo características cada día más distantes e inconcebibles frente a este planteamiento natural y sencillo que estoy describiendo.

Como se ve, las cosas no son tan sencillas como a simple vista parecen, pues el hombre ha poseído y posee inteligencia y parece que está condenado a "ir a la deriva" y a irse distanciando cada vez más del ordenamiento natural.

Al describir estas líneas noto que me invade una cierta sensación de angustia y de preocupación, y para aliviarme trato de pensar: "Si somos potencialmente dueños de nuestra mente y de nuestra conducta ¿por qué no podemos reconquistar ese perfil biológico del hombre y de su entorno poniendo en juego armónico las ventajas de la influencia favorable de la naturaleza y de la civilización?".

Aquí se encierra uno de los dilemas y enigmas más serios que tenemos planteados los seres humanos de esta generación.

Y entrando ahora en el tema propiamente médico, vuelvo a referirme a lo que comentaba en el curso del trabajo como "génesis multifactorial de ciertas dolencias humanas".

Las enfermedades cronicodegenerativas que se consideran prácticamente como incurables por la medicina científica actual, no son sino típicos ejemplos de esas dolencias que expresan una desobediencia continua del hombre moderno frente a la llamada que le hace la naturaleza para que cumpla con las leyes y designios biológico-naturales que le son propios. Como ejemplos de estas enfermedades tenemos: la arteriosclerosis, la caries dental, la varicosis, la osteoporosis, la obesidad, entre otras importantes.

Si elegimos, por ejemplo, a la arteriosclerosis sabemos que se trata de una dolencia vascular que ha aumentado extraordinariamente su incidencia por efecto de la civilización y del "estrés" moderno. Encierra efectivamente un origen multifactorial que queda enmarcado en los llamados factores de riesgo, tan abundantes en el mundo urbano, laboral, industrial, político y financiero. Las enfermedades cardiovasculares suponen la primera causa de muerte en los seres humanos, por eso se las conoce como el asesino "número uno" de la humanidad.

En cuanto al alcance del tratamiento de esta dolencia, la medicina actual adolece de efectos positivos duraderos y ello se explica porque la inmensa mayoría de los tratamientos aplicados en la práctica médica asistencial rutinaria contra la arteriosclerosis son puramente sintomáticos. Pocos son multifactoriales y raras veces se encauzan hacia una regeneración y restauración de un perfil biológico aceptable que englobe todas las premisas y fundamentos del patrón biológico de referencia mencionado en este trabajo, más las propias de la enfermedad a tratar en este caso concreto la arteriosclerosis.

Existe a modo de un capital biológico de salud que resulta ser diferente en cada persona. Posiblemente resultaría ser idéntico en unos gemelos univitelinos que viviesen bajo unas

mismas o semejantes circunstancias vitales.

Este capital biológico de salud puede ser escaso por incidir sobre el individuo una carga hereditaria desfavorable o por presentar el paciente un estado de salud deficitario como consecuencia de influencias ambientales y de su conducta que deterioran o dañan su organismo de forma persistente.

En algunos casos se constituye lo que se llama un estado de “enfermedad latente” o de “salud aparente”. A este respecto se puede decir que una persona puede ser considerada sana por la ciencia médica actual, aunque en ella se encuentre un capital biológico de salud deficiente. Cuanto más difuso y abstracto resulte el mal patológico de fondo, tanta más atención se deberá prestar a las normas de vida y conducta sanas para combatir simultáneamente la influencia nefasta que tal influencia de fondo puede presentar sobre la enfermedad concreta, causa directa y visible por la que el paciente visita a su médico.

El tratamiento médico deberá corregir en lo posible tanto las causas de fondo como las causas directas productoras de la enfermedad.

Combatir en medicina un estado constitucional anormal como puede ser, por ejemplo, una diátesis exudativo-linfática, una predisposición hereditaria a padecer la diabetes Mellitus tipo 2 o combatir las causas ambientales o ecológicas adversas puede resultar mucho más engorroso y requerir más esfuerzo, recursos y dificultad que combatir una amigdalitis estreptocócica, ya que este último mal está más localizado, se conoce mejor y se puede suprimir radicalmente suprimiendo la infección bacteriana mediante la administración de un antibiótico adecuado.

No obstante, en ciertas infecciones crónicas como las que están ubicadas en las vías respiratorias (sinusitis, bronquitis crónica), en las vías urinarias (cistitis crónica, pielonefritis crónica) o en el aparato digestivo (gastritis, colitis crónica) o en la próstata (prostatitis crónica) entre otras que omito voluntariamente, además de resultar difícilísimo suprimir o aniquilar los gérmenes al interponerse problemas de terreno, llegada y concentración de antibióticos a los tejidos o a los gérmenes, resistencia de los mismos a los antibióticos administrados y malas defensas del huésped, hacen imposible una curación radical y definitiva, por la aparición de complicaciones o recidivas que vuelven y vuelven a surgir.

Existen a su vez otro grupo de enfermedades de tipo neurodegenerativo como el Alzheimer, Parkinson, etc. que por su alta complejidad etiopatogénica y trasfondo genético presentan aún un abordaje y tratamiento más problemático y difícil.

Una vez analizada esta problemática específica de las enfermedades cronicodegenerativas comprendemos que tanto su diagnóstico como su alcance terapéutico, debemos realizarlo conforme con el patrón biológico de salud que ha de servirnos siempre de guía. La medicina naturista o neohipocrática tiene mucho más éxito en este tipo de enfermedades y cumple mucho mejor con un tratamiento integral en este tipo de enfermos al desplegar en los mismos todos los medios o recursos terapéuticos que proporciona por una parte la vis medicatrix naturae (fuerza curativa propia de la naturaleza) unido a la ayuda prestada por la medicina convencional.

En el caso concreto de la arteriosclerosis, que ha sido la enfermedad que hemos tomado como referencia, deberían alcanzarse los siguientes objetivos de forma paulatina:

Suprimir los síntomas y trastornos visibles o detectables clínicamente mediante la aplicación de procedimientos terapéuticos adecuados. (supresión o evitación de factores de riesgo, medicamentos hipolipemiantes, agentes antiateromatosos, agentes fitoterapéuticos, etc.) que no han de quedar como una simple terapéutica sintomática, sino que habrán de simultanearse con

otras medidas de fondo que se especifican a continuación:

Restablecer las normas de vida (estilo de vida saludable) de acuerdo con las leyes biológico-naturales y morales que le son propias al hombre.

Emplear los agentes y estímulos naturales: el agua, el sol, la luz, el sueño, la tierra, la alimentación adecuada, el ejercicio corporal, la relajación, la meditación, la expansión y la creatividad, el humor, la música, etc. como medidas básicas.

A veces tendremos que seguir, según nuestro propio arte y magia un “sendero personal” que no coincide con el del mundo y su civilización, en estos menesteres terapéuticos.

Tratar de transmitir estas buenas costumbres a las generaciones venideras.

Conclusiones y resumen

La medicina moderna ha conseguido grandes éxitos y triunfos en la aplicación de éxitos exploratorios y diagnósticos para conocer la naturaleza y significación de las enfermedades humanas.

La prevención y la terapéutica que se aplican de acuerdo con el conocimiento de las causas detectadas mediante los procedimientos diagnósticos anteriormente mencionados, han supuesto también avances extraordinarios. Esto se refiere a los múltiples campos de las ciencias médicas y paramédicas (medicina, biología, psicología, física, bioquímica, farmacología, etc.).

A pesar de estos triunfos y adelantos espectaculares, todavía quedan grandes problemas biológicos por resolver sobre todo aquellos que como “revés de la moneda” van produciendo la ciencia, la medicina, la tecnología y la civilización.

Dr. Víctor López García

Miembro de la asociación española de médicos naturistas