

---

# ***El uso de la consuelda y la terapia de desintoxicación regenerativa en traumas y debilidades óseas***

## **Trabajo del Diplomado**

### **HERBOLARIA Y MEDICINA TRADICIONAL MEXICANA**



[www.tlahui.edu.mx](http://www.tlahui.edu.mx)

Estudiante: **Alan Abraham Mattei Miller**  
Profesor: **Mario Rojas Alba**

Tijuana, Baja California, México, a 1<sup>o</sup> de Noviembre de 2018

©**Tlahui**: Todos los Derechos Reservados. La edición digitalizada de: *El uso de la consuelda y la terapia de desintoxicación regenerativa en traumas y debilidades óseas* del autor **Alan Abraham Mattei Miller**, es una obra intelectual protegida por los derechos de autor reconocidos internacionalmente, igualmente en lo conducente por la legislación de México y Canadá, © *copyrights* a favor de Nombre y Apellidos, quien detenta los derechos exclusivos para su uso comercial en la Internet, en disquetes, *compact-disc*, o en cualquier otra forma de explotación. Está prohibida y penada su copia, reproducción total o parcial en cualquier forma. 1ª edición el # de Mes del 2016. Esta copia es para el uso de los estudiantes de [TlahuiEdu AC](http://TlahuiEdu.AC), y de los lectores de la [Revista Tlahui-Medic](http://Revista Tlahui-Medic). La suscripción a los cursos se puede realizar en: [www.tlahui.edu.mx/inscripciones.htm](http://www.tlahui.edu.mx/inscripciones.htm) o solicitarse al correo electrónico [mensajero@tlahui.com](mailto:mensajero@tlahui.com).

**Advertencia / warning / avertissement / warnung**: Se advierte al lector que el autor y editor de esta obra no se responsabilizan de los errores u omisiones, ni tampoco de las consecuencias que pudieran derivarse de la aplicación de la información contenida; por esta misma razón, no se emite ninguna garantía, formal o implícita, sobre el uso y contenido de la publicación. Este material se edita con el propósito educativo y de dar a conocer la medicina tradicional mexicana, lenguas y cultura indígena, en todo caso, la responsabilidad es sólo de quien le dé alguna aplicación.

# ***El uso de la consuelda y la terapia de desintoxicación regenerativa en traumas y debilidades óseas***

## **Resumen**

Esta tesina explora el uso de la planta medicinal consuelda, *Symphytum officinale* L., familia *Boraginaceae*, en conjunción con la terapia de desintoxicación regenerativa que se explicará más adelante. La fitoterapia combinada con la desintoxicación llegan a funcionar mucho mejor que separadas. Los resultados basados en los cambios sintomatológicos de los pacientes y en la exitosa prevención de intervenciones potencialmente peligrosas y perjuicio para la salud a largo plazo dan testimonio a estas terapias en combinación. Se considera también el aprendizaje del paciente y los cambios en actitud y estilo de vida para el futuro de su salud y calidad de vida. Esos son los otros grandes beneficios de estos tipos de terapia, que se aprende a edificar una mejor salud y un robusto cuerpo y no a constantemente reaccionar a los problemas cuando muchas veces se han convertido en grandes obstrucciones a la vida.

Veremos dos casos de personas con historia de debilidad ósea que también sufrieron de traumas que comprometieron más sus huesos. Una rompedura en tres partes del húmero en una señora de 75 años, y una caída que llevó a problemas para caminar, anomalías en alineamiento de la columna, y dolor intenso en una señora de 59 años.



Estos métodos en realidad son maneras de eliminar las obstrucciones que evitan que el mismo cuerpo se sane a sí mismo, y de eliminar también las obstrucciones mentales y emocionales que evitan que veamos con más claridad lo que agrega vida a nuestro cuerpo y lo que la quita, para así poder aplicar más y más los hábitos que agregarán más vida, vitalidad, y felicidad a nuestras vidas.

## **Introducción**

La consuelda, *Symphytum officinale*, ha sido usada extensamente por los herbolarios de la antigua Grecia y europeos, así como nativos de las Américas como los Cherokee. Su

nombre científico proviene del griego *symphyo*, “hacer que crezca junto de,” y *phyton*, que significa “planta.” Su nombre en inglés, *comfrey*, proviene del latín *con-firma*, aludiendo a su habilidad de hacer soldar huesos, y también del latín *confervere*, “hacer hervir junto de,” o “sanar” [1].

Entre las vicisitudes de la vida, surgió la coincidencia de que mis dos madres, mi abuela Gloria y mi mamá Thelma, sufrieron de accidentes que impactaron sus huesos, a dos semanas de diferencia una de la otra. Esto me dio la oportunidad de comparar sus situaciones y ajustar sus protocolos individualmente, al mismo tiempo que disponiendo de hierbas y remedios naturales prácticamente idénticos en cada caso.

El mayor agente de ayuda en ambos casos fue la raíz de la consuelda, tomado en té y también como cataplasma, fórmula que discutiré más adelante.

Lo más significativo fue que ambos casos vieron mejorías contundentes. En el caso de Thelma, la mejoría fue casi inmediata; mientras que en el caso de Gloria, la mejoría fue más gradual y de largo plazo, debido a la naturaleza de su trauma, una rompedura del húmero distal derecho.

Thelma había tenido problemas óseos anteriormente. Le habían encontrado por medio de radiografías escoliosis de la columna, y en una ocasión de esfuerzo físico tuvo un colapso de la cadera izquierda, y comenzó a cojear del pie derecho, pero sus síntomas desaparecieron después de que un quiropráctico le aplicó una inyección a base de esteroides corticoides. También la diagnosticaron con artritis y osteoporosis unos dos años antes del accidente.

El accidente que sufrió Thelma le agravó sus condiciones óseas, llevándola de manera parecida a sus síntomas después del esfuerzo físico de cadera colapsada del lado izquierdo y pie cojo del lado derecho de hace dos años.

En el caso de Gloria, tuvo una caída en la que cayó sobre su brazo derecho. Determinaron los médicos que había sido una rompedura del húmero derecho. Acto seguido, al mismo tiempo de que la examinaran y atendieran los médicos alópatas, comenzó el protocolo herbal y nutricional muy parecido al que siguió Thelma. Por problemas de cupo en un hospital de San Diego (y no dudo que también por obra de Dios), no le pudieron dar seguimiento a la recomendación en la sala de emergencias de acudir el mismo día a que determinaran si se iba a operar, y la agendaron a la semana siguiente. A la semana que acudió a la cita, las radiografías le dieron razón al médico de pensar que el hueso tenía la posibilidad de soldarse adecuadamente de manera natural, y pasó la señora Gloria a tener que estar acudiendo cada semana a que le monitorearan el progreso, con la fuerte preocupación de la cuestión de si se iba a operar o no.

Espero que este ensayo aporte dos casos clínicos más que den testimonio a la eficacia de las hierbas medicinales cuando son usadas de manera racional, guiada por la experiencia previa de miles de practicantes herbolarios a través de la historia y a través de las culturas del mundo. El cientificismo hiper-racional que domina al pensamiento y la práctica médica moderna en mi opinión ha aportado más mal que bien a la sociedad. A servido la actividad de marginalización de las modalidades terapéuticas tradicionales de todas las culturas del mundo, en particular en esta tesina hacia la herbolaria y la

desintoxicación nutricional mayormente practicada por los higienistas y naturópatas de la vieja escuela higienista.

Hoy en día, la consuelda ha sufrido de un ataque que no cabe otra manera de referir más que publicitario, basado en un estudio en particular que repite los mismos errores y malentendidos en los que la medicina moderna ha caído para producir catástrofes de salud a escalas desaforadas. Por eso casos como estos son necesarios para recordarnos que los usos tradicionales, usando la planta terapéutica entera -y no abstracciones químicas como lo hacen los fármacos y como generalmente lo hacen los estudios fitoquímicos son efectivos, mucho más seguros y menos dañinos que lo que aporta la medicina convencional.

## **Desintoxicación regenerativa**

La desintoxicación regenerativa que se define aquí puede tomar muchas formas, siendo un sistema muy flexible e individual dependiendo del caso clínico; aun así sus bases son fáciles de delinear por lo simple y sencillo de los principios en los que se basa.

La desintoxicación regenerativa parte del principio que el cuerpo se cura por sí mismo, siendo parte de la Naturaleza. La Naturaleza, siendo provista de una inteligencia fascinante de generar, evolucionar, adaptar, y regenerar, provee a cada uno de los seres bajo su seno Materno de la misma capacidad creativa y regenerativa. Por desgracia, los seres humanos caemos de su Gracia por las complicaciones de la mente y la vida de sociedad, producto igualmente de la mente que la crea.

La simple observación que en la Naturaleza los animales raramente enferman, y que cada animal se nutre de los alimentos que la Naturaleza dispone a sus cuerpos a estar adaptados, la pregunta es, por qué no el ser humano estudia los diseños de su propio cuerpo, comparándolo con lo de los otros animales, y se entera de para qué alimentos está el ser humano diseñado por la inteligencia Natural. De esta forma, se obtendrán hipótesis de las fuentes nutricionales mejores adaptadas para la salud y capacidad regenerativa del ser humano, y se hará el experimento de utilizarlas en casos clínicos para ver si de esta manera los procesos auto-curativos del cuerpo son frenados o acelerados.

De esta manera, cuando vemos los diseños de la Naturaleza en diferentes tipos de animales, fácilmente los podemos clasificar por el tipo de alimentos que consumen y la relación que esto tiene en varios rasgos de su estructura corporal, particularmente el sistema digestivo. Los carnívoros, como la familia de felinos, por ejemplo, tienen dientes caninos afilados para encajarse y así matar a su presa y para poder rebanar y triturar la piel y el tejido muscular. También tienen muelas carniceras para cortar carne y hueso. El pH de la saliva de un carnívoro es acídica, así como sus niveles de ácido estomacal mucho más elevado que otros animales, para poder digerir carne, que requiere de una digestión acídica. El canal gastrointestinal del carnívoro es mucho más liso y corto que otros animales, para poder pasar grandes cantidades de carne lo más rápido posible, porque estas descomponen y se pudren rápidamente.

Los herbívoros, a diferencia de los carnívoros, no tienen los caninos afilados ni largos. Cuentan con incisivos planos pero afilados, para poder romper y triturar la celulosa de las plantas que consumen. Tienen muelas especialmente adaptadas para triturar la

celulosa de las plantas, con bordes complejos y superficies anchas. El pH de la saliva es básico, al igual que las enzimas ahí segregadas, para la digestión de plantas. El canal gastrointestinal de los herbívoros es el más largo cuando se ven las proporciones con sus cuerpos comparados con otras clases de animales. La razón es que las plantas son difíciles de digerir y sus nutrientes de asimilar, sin la ayuda de la acción mecánica de los dientes y la actividad de las bacterias en varias porciones de sus canales digestivos. Cuentan con sacos específicamente diseñados para retener alimentos para que las bacterias sigan descomponiendo los contenidos de las plantas, y pueden regurgitar a veces sí no ha sido cumplida su completa digestión.

Tenemos una categoría que casi no se considera separada de la de los herbívoros, pero la cual es importantísima para nuestro entendimiento de la alimentación apropiada para la salud y regeneración del ser humano, la categoría de frugívoros. Compartimos con los primates *todas* las adaptaciones del sistema digestivo adecuadas para el consumo que ellos tienen de alimentos. No sólo eso, la forma en la que las extremidades superiores están disponibles para la recolección de frutas y hojas suculentas es idéntica en los primates y humanos. Hasta el mismo Carlos Linneo, padre de la taxonomía biológica moderna, declaró que categorizar al humano como omnívoro era un grandísimo error; que pertenecemos con los primates como frugívoros.

Los primates tienen el pH y enzimas ahí segregadas alcalinas, igual que en el intestino delgado las secreciones del páncreas y el hígado a través de la vesícula biliar son alcalinas, adecuadas para la digestión de frutas y verduras suculentas. Los dientes no son adecuados ni para matar a presas (caninos sin filo, sobre todo en humanos), ni para cortar la carne cruda, ni para cortar y moler la mayoría de las plantas. Así como los primates se alimentan mayormente de frutas, y en menos proporción de plantas suculentas e insectos, dependiendo de la especie y hábitat, los dientes se ven adecuados para esta digestión. Adecuados para la asimilación de frutas, siendo suaves y jugosas, sin tener que masticarse largos tiempos como las plantas de los herbívoros, no se cuenta con muelas complicadas ni incisivos planos y afilados. Los dientes son más simples, incisivos moderados en su capacidad de cortar, para la asimilación de frutas, brotes y plantas suculentas.

El canal digestivo tiene una longitud mucho más larga que el de un carnívoro, y mucho menor que la de un herbívoro, en proporción del cuerpo de cada especie. Hay pliegues a través del canal intestinal, adecuados para la más lenta digestión de materia vegetal. La asimilación de nutrientes es quizá más compleja que la de un carnívoro, por lo menos más lenta. Lo que se puede apreciar es que no es tan tardada y compleja como la de los herbívoros; es un término medio entre ellos que parece adecuado para los requisitos energéticos y eléctricos que requieren sus más avanzados cerebros, el de poder asimilar los densos nutrientes y electrolitos de las frutas en el más rápido tiempo. Esto lo podemos corroborar por las observaciones de varios estudios científicos, que encontraron una clara correlación entre el consumo de frutas de especies de primates, incluyendo monos, simios, y lémures, y el tamaño de sus cerebros-entre más fruta formaba parte de sus dietas, más grandes los cerebros a proporción del cuerpo [2].

De estas sencillas observaciones parte la práctica de la desintoxicación regenerativa. Se podría discutir también las cualidades y efectos de los alimentos “de sociedad” que el ser humano ha estado consumiendo y que indudablemente han generado 99% de las afecciones crónicas que ahora nos plagan. Entre ellos, las carnes de cualquier tipo de animal, los lácteos animales, particularmente con los recientes procesos de

pasteurización que han degenerado la estructura molecular de la leche vacuna, y los almidones que son otra adición relativamente reciente para la especie humana, por ejemplo el trigo, el maíz, el arroz, los tubérculos y las legumbres. Aquí no es el espacio adecuado para tratar cada uno de estos temas. Con las consideraciones que ya se han hecho y bajo ese principio sencillo e intuitivo de pensamiento, fácilmente se puede concluir por qué estos alimentos nos dañan, entre más nos alejamos de los diseños y leyes que la Madre Naturaleza nos ha impuesto a cada especie en específico. Así mismo, cada quien, dependiendo de su nivel de salud y de sus metas de salud, puede experimentar por sí mismo la desintoxicación regenerativa al nivel que le sea grato, y comprobar en su propia experiencia lo que se escribe aquí. Hago énfasis en el hecho que cada quien es libre de explorar estas cosas por sí mismo, pero no bajo ningún riego. Siempre que sea posible, estar bajo los cuidados de un terapeuta que se especialice en este tipo de desintoxicación y regeneración es lo mejor, de preferencia alguien que la haya practicado y la practique en sí mismo pues así las experiencias que uno pueda pasar en el proceso le serán familiares al terapeuta. Tratar de hacerlo solo puede llevar a muchas barreras e incluso a situaciones peligrosas para la salud.

Cuando se comienza en estos programas, cada vez uno se hace más sensible a las comidas de sociedad y logra apreciar con más detalle el efecto que cada alimento tiene en su cuerpo, por ejemplo, después de un periodo largo de un alto consumo o un consumo exclusivo de frutas y ensaladas, de uno o dos meses, si en ese punto la persona consume verduras cocidas, experimentará una caída en sus niveles de energía; si la persona consume almidones, digamos tortillas, arroz, y verduras cocidas, la persona experimentará una caída más drástica en energía, además de estreñimiento y posiblemente síntomas agudos de desintoxicación; si la persona consume carne en combinación con verduras cocidas, puede haber una experiencia de desintoxicación fuerte, incluso fiebre, pulso caliente, *yang*, sexualidad exagerada, entre otros.

La otra observación que cabe hacer, la cual uno puede comprobar con la ayuda de un terapeuta especialista en la desintoxicación regenerativa que también sea herbolario, es que la fitoterapia se hace más efectiva entre más profundo se esté regenerando el cuerpo. En otras palabras, entre el nivel desintoxicante sea mayor, mejor se asimila y mejor efecto tiene la fitoterapia. La otra cuestión es que menos hay necesidad para el uso de ciertas hierbas. Por ejemplo, si se está alimentando de frutas mayormente y algunas ensaladas, la necesidad de consumir hierbas laxantes como la cáscara sagrada y la genciana disminuye o se elimina. El otro lado de los efectos es que se da la oportunidad de consumir más hierbas adecuadas para desintoxicar y regenerar, por ejemplo la semilla de *Psyllium* pulverizada, la arcilla de bentonita, y el carbón activado en combinación para limpiar el canal gastrointestinal, que requieren que uno esté en ayunas a dos horas antes o después de comidas, se hace más fácil. El temazcal y los saunas se antojan más y caen mejor y su efecto de desintoxicación por medio de la piel se potencializa.

### **¿Por qué el nombre “desintoxicación regenerativa”?**

La terapia se llama así por la acción que tiene hacia el organismo. Es bien sabido que las frutas y verduras crudas tienen un efecto alcalinizante en los tejidos del cuerpo. La alcalinidad de los tejidos es lo que mantiene la integridad sistémica, ya que, químicamente hablando, genera un ambiente catiónico en el cual estructuras pueden mantener su integridad y funcionamiento adecuado. Esta es la única manera de profundamente hidratar los tejidos, pues se restaura el balance de los electrolitos a un

nivel celular, lo que favorece a la penetración del agua a través de los sistemas vasculares, intersticiales y linfáticos.

Por otro lado, la química ácida tiene un efecto corrosivo a los tejidos del cuerpo. Toda la degeneración crónica corporal puede ser ligada a la acidosis. La integridad de cada elemento químico y biológico es comprometida, pues es un ambiente aniónico en el cual se donan iones de hidrógeno que convierten a moléculas neutras en iones cargados positivamente. Esto significa que los tejidos tendrán gran dificultad en mantener adecuada actividad eléctrica, hidratación, y en general una buena salud.

Cuando se provee alcalinidad al cuerpo, el álcali atrae a sí mismo los iones de hidrógeno positivos, restaurando la carga negativa de las moléculas la cual introduce nuevamente la energía, electricidad, integridad, hidratación, y dinamismo de los tejidos.

Se promueve la eliminación de las toxinas y residuos químicos de las células por medio de el gran sistema linfático de llega a los tejidos intersticialmente por medio de los espacios entre las células que contiene fluido. De menor manera el sistema vascular remueve las toxinas y los ácidos, ya que la sangre no puede caer a un pH más bajo de 7.35 ó el cuerpo muere. Los residuos y toxinas se eliminan por varios canales los cuales indudablemente están conectados a las pequeñas vesículas del sistema linfático, incluyendo por los riñones en la orina, los pulmones de manera de gases, el colon las acumulaciones tóxicas de los intestinos, y por medio de la piel al sudar. Otras menos entendidas por el paradigma del establecimiento médico son la expulsión de mucosidades y “humores” claramente tóxicos por la boca, orina, genitales, la piel, zonas cutáneas donde se concentran ganglios linfáticos, y el colon.

El elemento regenerativo de la terapia viene automáticamente con la desintoxicación. El cuerpo labora por regenerarse al momento que las obstrucciones ácidas son eliminadas. Diferentes fases de la desintoxicación, y diferentes niveles, enfatizan un aspecto u otro. Por ejemplo, un ayuno en el que sólo se consume agua hace énfasis en la desintoxicación. Se enflaca, y muchas de las células tóxicas en el cuerpo mueren y los residuos son eliminados. Si justo después el ayuno se rompe consumiendo jugo fresco de uva, y se continúa una jugoterapia de 7 días de esa manera, se enfatiza el aspecto regenerativo. Seguido, se puede cambiar a la uva sólida por otros 7 días y luego hacer el mes de la fruta; este experimento lleva a que tanto el terapeuta como el paciente se den cuenta por su propia experiencia cómo funcionan estos dos aspectos de la desintoxicación regenerativa, siempre sucediendo juntos pero en ciertas fases notándose uno más que el otro.

### ***La desintoxicación regenerativa en la práctica clínica***

Ya que entendemos las bases sencillas e intuitivas de la desintoxicación regenerativa,<sup>1</sup> debemos volver al planeta Tierra y aterrizar firmemente plantando los pies a la tierra. La

---

<sup>1</sup> Sencillas e intuitivas para salvarnos de los errores y las trampas que nos impone la mente y el hiper-racionalismo, intelectualismo excesivo, entendido de otra manera el análisis, a diferencia del síntesis intuitivo, último el cual postulo no es una facultad mental, sino espiritual. El análisis es la función que utiliza la mente para dividir y así categorizar los objetos que se le enfrentan. Los paradigmas mentales que la mente es capaz de crear se figuran que la Verdad es un producto del análisis-que rompiendo los objetos a su alcance a sus componentes más básicos se obtiene un entendimiento de ellos que equivalen a la Verdad de cada objeto. Pero en este tedio

práctica de la desintoxicación regenerativa en la clínica tiene como fin la eliminación de las obstrucciones en el cuerpo que le previenen su auto-sanación, al igual que la regeneración de tejidos debilitados, que inmediatamente le están causando al paciente los mayores problemas en su salud. El objetivo no es la perfección, el dogmatismo, o la privación; el objetivo tiene todo que ver con el objetivo del paciente, y depende de su propia motivación y capacidad de salir de su confort y sus creencias sociales.

Lo mejor es que el paciente tome la desintoxicación regenerativa como una guía para su salud a lo largo de su vida. Entre más pueda aplicar sus principios y tener periodos más intensivos de desintoxicación, en mejor estado tendrá su cuerpo y de mejor calidad de vida gozará.

La desintoxicación regenerativa es un sistema que se aplica a cada individuo dependiendo de su situación, sus objetivos y su motivación. Cuando se utiliza como remedio para una complicación y no se lleva a la vida diaria, se desaprovecha su potencial, pero no quiere decir que no es de ayuda usado también de esta manera.

En la práctica clínica, la desintoxicación regenerativa consiste en adaptar la alimentación del paciente para el mayor efecto sanador que le sea posible soportar para tener el beneficio terapéutico según su condición. Para una afección aguda, el remedio puede ser de igual manera agudo si se quiere retirar rápidamente. Por ejemplo, un resfriado o una fiebre no se consideran situaciones patológicas para la desintoxicación regenerativa. Al contrario, representan procesos naturales que el cuerpo toma para

---

proyecto de “verificación” la mente va “falsificando” la Realidad. Ignora el principio filosófico de la impermanencia, la cual implica que cada uno de los objetos que intenta analizar son cambiantes, y parte de un sistema sintético, nunca analítico. En otras palabras, el paradigma analítico está congelado en el tiempo, creyendo que los componentes de su análisis son la mejor aproximación a la Verdad, tendencia atomista. En cambio, por ejemplo en la intuición sintética del sistema y los sistemas de la Naturaleza, una verdad más verdadera que el sistema “mental” y “analítico” médico que profesa que las enfermedades crónicas son por definición incurables (estáticas, congeladas en el tiempo y sin remedio) es que todo en la Naturaleza cambia, en cada momento cada ser vivo obtiene más vida o la pierde, pero tiene la característica dinámica de ser cambiante. Para añadir más vida, se respetan los diseños que la Naturaleza dispone a cada uno de sus seres a tener; para quitar vida, no se respetan sus diseños, de manera que la energía vital lentamente va disipándose al ambiente natural. La mente no acepta este tipo de simplicidad intuitiva. La tacha como una idea simplista, sin darse cuenta que proviene de una fuente más elevada que sí misma-de hecho de la misma fuente que crea la mente. El filósofo alemán Emanuel Kant ya decía en el siglo 18 que la mente tenía ciertas categorías más allá de las cuales no era capaz de operar-el tiempo y el espacio mismo. De hecho, Kant decía que nuestra percepción del tiempo y el espacio no eran más que productos de la mente. Por eso postulo aquí que la facultad intuitiva responsable por nuestra capacidad sintética, de captar la unidad de las cosas, incluyendo su particularidad al mismo tiempo que su unidad sintética, no viene de la mente, por el simple hecho de ser un conocimiento inmediato, libre de tiempo. La sensación de “lo sé!”, de tener la sensación visceral de que algo va a suceder, carece de pensamiento y de tiempo. Vienen de más allá de la mente, quizá una inteligencia superior que el mismo Logos de la Naturaleza evidencia. Después de la experiencia sintética-después de el reconocer intuitivo de una Verdad más grande que el análisis de objetos, se puede usar la mente como herramienta para elaborar ese saber intuitivo. Me parece que la sociedad occidental ha estado poniendo al conductor (el espíritu, la conciencia, el saber intuitivo) delante del caballo (la mente, el ego, el proceso analítico). Sí la mente es colocada después de la intuición y la simplicidad sintética-ese conocimiento que parece llegar sin tiempo ni pensamiento y muchas veces por coincidencia-mucho del sufrimiento que está pasando nuestra sociedad fuera mitigado.



realizar una limpieza expectorante del cuerpo por medio de la expulsión de gases acelerada y de toxinas acumuladas por medio del sudor y el calor. De esa manera, el ayuno a base de agua sin ningún consumo de alimentos sería la opción más rápida para dejar que estas situaciones agudas se resuelvan solas. Una opción menos agresiva es la jugoterapia. El jugo de fruta sobre todo, en particular el jugo de uva o la limonada endulzada con miel, le dan al paciente un remedio potencialmente menos traumante a nivel emocional aunque ligeramente más lento que el ayuno con agua. Otra opción es el “ayuno” de frutas. Propiamente no se debe considerar “ayuno” ya que las frutas son la comida más adecuada a la especie humana y los primates. Esta opción se puede usar para una experiencia todavía menos rápida para dejar que la fiebre o resfriado hagan su trabajo depurativo, pero igualmente efectiva para su resolución.

Una afección aguda es muy diferente a una afección sub-aguda ó crónica. Para una situación crónica, como por ejemplo la colitis, se aplica un programa mucho más prolongado, que combina los periodos intensivos de desintoxicación, usando por ejemplo el ayuno de agua y la jugoterapia, con los periodos fuertes y moderados de desintoxicación, como por ejemplo la dieta exclusiva de frutas y ensaladas (periodo fuerte), y la dieta de transición que ha delineado el pionero naturista Arnold Ehret: ensaladas a base de col y/ó zanahoria rayada, con otras comidas consistentes de frutas cocidas a baño maría y progresivamente ensalada acompañada de menos almidón como camote y pan bien tostado (periodo moderado).

Si el paciente ha conseguido sus objetivos, se le felicita y recomienda que siga la desintoxicación regenerativa a los niveles que le proporcionen el mejor balance emocional y adaptación relativa a su entorno. Se tiene que advertirle que sobre todo después de la mejoría de una condición crónica, los síntomas casi siempre regresan si la persona regresa al estilo de vida que llevaba antes. Como mínimo, se le recomienda el estilo de vida vegano con un énfasis importante en las frutas y ensaladas. Las frutas no se deben combinar con ninguna otra comida por su digestión rápida y agresiva en su acción desintoxicante. Si se quiere asegurar de ganarle la carrera a la condición que le afectó, se recomienda seguir trabajando con el terapeuta periódicamente y ajustar la alimentación para seguir progresando la sanación del cuerpo. Un ayuno por aquí, estar a jugo por allá, un mes de frutas y ensaladas en otra ocasión-así el cuerpo seguirá ganándole vida al paciente en vez de hacer lo contrario.

En el caso de Gloria y Thelma, las dos experimentaron un proceso de aprendizaje tanto teórico como experiencial gracias a situaciones de salud agudas, pero una de ellas, Gloria, no se cometió al vegetarianismo ni al veganismo, y la otra, Thelma, sí lo adoptó. Exploraremos la diferencia en las situaciones más adelante, pero aquí cabe decir que a Thelma se le reveló la dirección de su salud gracias a un trauma agudo, lo que le ayudó a entender que sus problemas crónicos se irían complicando si no cambiara su estilo de vida. Gloria se recuperó de un trauma agudo pero no hubo una conexión inmediata a su salud a largo plazo.

## **El caso de Gloria: fractura del húmero distal**

Gloria, señora de 75 años de edad, se encontraba trabajando cuando se cayó en la porción del piso donde la parte alfombrada cambiaba a la no alfombrada. Se fracturó el húmero derecho en el área designada como codo, la parte distal, en tres partes, de

forma que quedó una parte aislada de ambas porciones de las partes del hueso anexas a las articulaciones.

En su explicación de su caída, Gloria dice que llevaba un mes que la habían comenzado en medicamentos químicos para bajar su presión arterial. Desde que comenzó bajo los medicamentos, tuvo episodios en los que después de estar sentado por algún tiempo y pararse, se mareaba y perdía el balance al caminar, pero jamás se había desmayado. Es posible que en esta ocasión sí se desmayó, pero su memoria del evento es escasa.

### ***Historial Médico de Gloria***

- Cáncer cervical
- Cáncer mamario
- Diverticulosis del colon
- Hiperlipemia
- Hígado graso
- Ectasia vascular gástrica antral
- Reflujo gastroesofágico
- Historia de hemorroides
- Historia de vértigo
- Hipotiroidismo
- Pólipos benignos múltiples del colon

### ***Medicamentos químicos***

- Levotiroxina (SYNTHROID) tabletas 88mcg.
- Tartrato de Metoprolol hydrochlorothiaz (LOPRESSOR HCT) tabletas 100-25mg.
- Pantoprazole (PROTONIX) tabletas 40mg.

### ***Historial Quirúrgico***

- Cirugía de mama: biopsia de mama percutánea
- Colectomía
- Histerectomía
- Colonoscopia con biopsia
- Esofagogastroduodenoscopia con biopsia

### **Protocolo de dos meses de Gloria**

Se tuvo la fortuna de empezar con el protocolo en cuanto sucedió el accidente. Gloria fue llevada a una sala de emergencias de un hospital en San Diego el 5 de agosto, un

domingo, donde le tomaron radiografías que revelaron que su húmero distal derecho se había fracturado en tres partes. Fue altamente recomendada la cirugía, para el día miércoles, por razones de disponibilidad del doctor cirujano fue citada el hasta ese día.

Gloria comenzó a tomar la consuelda la noche de su accidente, y comenzó en el plan alimenticio de la desintoxicación regenerativa al día siguiente, en su desayuno. Varias otras tinturas herbales y unas cápsulas de tejido glandular fueron añadidas a su rutina en cuanto se pudieron conseguir, a la semana después del accidente.

### ***Desintoxicación regenerativa***

El protocolo de Gloria de desintoxicación consistió en estas recomendaciones:

- No comer carne de ningún tipo, ni pollo ni carne roja ni pescado
- No consumir lácteos de ningún tipo
- Evitar lo más posible las comidas cocidas y los almidones, algunas verduras cocidas no todos los días está bien
- No combinar fruta con ningún otro tipo de alimento, más que en ensaladas en muy pequeñas cantidades si se desea.

Comidas a consumir:

- Frutas de todo tipo. No combinar frutas ácidas con frutas dulces. Frutas sub-ácidas se pueden combinar o con ácidas o con dulces, si se desea, pero no con ambas.
- Jugos de fruta de todo tipo. Hechos frescos con un extractor. Idealmente tener días de consumo exclusivo.
- Ensaladas. Una comida, ya sea cena o merienda, puede consistir de ensalada. Para mayor desintoxicación, evítese la ensalada.

Este plan se indicó para unas 3 a 4 semanas, después de las cuales, a base de que sus visitas al hospital seguían viéndose favorables, se introdujeron las verduras cocidas y algunos almidones, más papa, camote y legumbres que otros. El énfasis se mantuvo en la alimentación a base de alimentos crudos siempre con el entendimiento que si ella lo deseaba, podía seguir más estricta y continuar con las primeras recomendaciones.

### ***Fitoterapia***

La raíz de la consuelda se utilizó desde el día de su trauma, el 5 de agosto.

#### *Posología de la raíz de consuelda:*

- 2 cucharadas soperas por medio litro de agua destilada, pero usó agua purificada en vez.
- se remoja la consuelda de 20-30 min. y después se cuele para tirar el agua.
- se hierve el medio litro de agua y se pone a fuego lento
- seguido se hecha la consuelda remojada y se deja a fuego lento de 10-15 min. tapado para que las propiedades de la planta no se evaporen
- se cuele el té de esta decocción para tomarse
- se puede endulzar con miel de abeja

- se toma el té 3 veces al día, repitiendo el proceso cada vez

#### Cataplasmas de la raíz de consuelda:

- Se aplicaron cataplasmas 1 noche por semana durante 1 mes
- Se usó una mezcla de raíz de consuelda, aceite de germen de trigo, y miel, en partes iguales
- Se aplicó con una gaza una línea correspondiente a la columna vertebral, desde las cervicales, comenzando de la línea del cuero cabelludo de la nuca, hasta el coxis.
- Se aseguró con pins la gaza en el cabello, y de abajo con la ropa interior.
- El paciente se dormía toda la noche con el cataplasma aplicado.

#### Tinturas y Glandulares

Se introdujeron las siguientes tinturas y glandulares en cuanto se pudieron conseguir, una semana después del accidente:

- Tintura de la raíz de *Rhodiola rosea*, raíz de *Eleuthero* (ginseng siberiano), *Rehmannia glutinosa*, raíz de he shou wu (*Polygonum multiflorum*), y gotu kola (*Centella asiática*).

Las siguientes de la marca americana *Dr. Morse's Cellular Botanicals*:

- Brain & Nervous System Tonic: Gotu kola, skullcap, ginkgo, eleuthero, schizandra, raíz de astrágalo, raíz de he shou wu, raíz de butcher's broom (rusco en español), fruto de chile cayenne.
- Healthy Circulation Upper Body: Ginkgo, raíz de butchers broom (rusco en español), gotu kola, romero, white oak bark (*Quercus alba*; corteza de roble blanco), raíz de bayberry (*Morella cerifera*), raíz de *Rhodiola rosea*, *Schizandra*, mora de hawthorne (*Crataegus monogyna*; espino o espino blanco en español), hoja de bilberry (*Vaccinium myrtillus*; mirtilo en español), corteza de prickly ash (*Zantoxylum clava-herculis*).

Cápsulas glandulares:

- *Professional Formulas. Pure Parathyroid Glandular.* Tejido vacuno de glándula paratiroides, 50 mg, 60 cápsulas.
- *Progressive Laboratories. Pineal Concentrate.* Linaza molida, 300 mg, médula ósea cruda, 100 mg, tejido de glándula pineal cruda, 7 mg, tejido de glándula pituitaria cruda, 3 mg, 90 cápsulas.

#### Posología y razonamiento de las tinturas y glandulares

Se recomendó el consumo de 1 gotero de cada uno de los goteros 3 veces al día. Todas las hierbas y glandulares incluyendo la consuelda se recomendaron descansar un día de la semana.

Los glandulares se recomendaron tomar 1 cápsula 2 veces al día hasta acabarse los frascos.

Gloria expresó dificultades para dormir y su hija notó que acostumbraba tomar Lexotan (BROMAZOPAN) para el sueño. Su hija se preocupó por la interacción de Lexotan con

sus medicamentos analgésicos para el dolor de su brazo. Yo hice la segunda, añadiendo lo peligroso que pueden ser los medicamentos antidepresivos sin receta (y con receta!) Expresando la opinión de lo que yo haría a estar en su lugar, y de ninguna manera sugerir la suspensión o iniciación de medicamentos químicos, cosa que no me corresponde, le dejé al criterio de Gloria y su hija la cuestión de esa medicina química, añadiendo estas dos tinturas a su protocolo: *Dr. Morse's Cellular Botanicals: Brain & Nervous System Tonic*, y *Dr. Morse's Cellular Botanicals: Healthy Circulation Upper Body*. El beneficio añadido de estas dos tinturas fue de promover la circulación de la parte superior del cuerpo, para que el brazo tuviera un apoyo extra, y proteger los nervios para prevenir anomalías neuromusculares en el desarrollo de su brazo y codo.

Una revisión iridológica reveló una debilidad pronunciada del área pineal del cerebro de Gloria. Por lo tanto, también se incluyeron cápsulas de tejido glandular crudo pineal. En momentos de crisis es una buena oportunidad que se puede tomar para regenerar tejidos que necesiten ayuda. Ese fue el caso para Gloria y su glándula pineal. La glándula pineal está involucrada en regular el sueño. Si lo quisiera, sería una buena estrategia para ir disminuyendo y suspendiendo el consumo del antidepresivo Lexotan para obtener el sueño.

La tintura que comienza con *Rhodiola* la elaboró el autor, como un tónico glandular y sobre todo adrenal. En casos de inflamación y trauma, las glándulas adrenales producen varios esteroides que ayudan a modular y resolver el proceso. En el tema de la desintoxicación, un tónico adrenal es muy importante porque las adrenales controlan el buen funcionamiento de los riñones, los cuales juegan un papel estelar (uno de los principales, si no es que el principal), en filtrar los ácidos y toxinas del cuerpo. Así, los procesos regenerativos se aceleran, se tiene mayor energía para enfocarse en el labor de auto-sanación, y casos como el de Gloria pueden salir adelante con mayor éxito.

Por último, el glandular de tejido crudo de paratiroides se usó con esta lógica: Como se notó en el historial médico de Gloria, sufre de hipotiroidismo. Cuando tuvo cáncer de mama, pasó por tratamientos de radiación aparte de la fitoterapia de un herbolario de Navolato, Sinaloa. La radiación le quemó parte del cuello, incluyendo la tiroides, porque después de esos tratamientos sufrió síntomas asociados con una tiroides dañada, como fatiga extrema, confusión, depresión, y palpitaciones. Le administraron Levotiroxina y sus síntomas desaparecieron. Sin embargo, esa misma radiación pudo afectar a sus glándulas de paratiroides, cuales yacen a ambos lados de la glándula tiroides, muy cerca. La paratiroides está involucrada en el metabolismo del calcio en la sangre y los huesos, mediante las hormonas que segrega en el flujo sanguíneo.

Mi hipótesis es que su caída posiblemente no hubiera llevado a una rompedura a no ser de que ya tuviera debilitada la glándula de la paratiroides. Otros síntomas que apoyan mi hipótesis es que ha sufrido de venas varicosas en el estómago, los pies y piernas (no de forma grave), y ha sufrido de diverticulosis y pólipos en el colon. Todos estos síntomas tienen relación con el mal metabolismo del calcio en la sangre y los huesos. La solución convencional médica suele ser el calcio en tabletas, pero esto no es más que un curita que ignora el verdadero problema que implica la debilidad de la glándula misma que es responsable por su metabolismo. Además el calcio en tabletas es poco asimilable, igual que el calcio de leche pasteurizada de vaca u otro animal, y puede ser causante de más problemas al ingerir este tipo de sustancia foránea.

Otra nota importante a considerar es que el calcio es un antiácido que el cuerpo utiliza cuando el cuerpo sufre de acidez excesiva (toxicidad excesiva). Lógicamente, el calcio tiene que salir de algún lado si existe acidosis para proteger la integridad de los tejidos del cuerpo. ¿De dónde saca este calcio el cuerpo? De donde existe! De los huesos, de los tejidos conectivos, de la misma fábrica conectiva que le da estructura e integridad a los huesos y tejidos. El cuerpo prefiere sacrificarse estructuralmente que arriesgarse a que los ácidos comprometan los órganos vitales. De ahí nace la osteoporosis, los prolapsos de órganos, los divertículos, las fracturas y rompeduras fáciles--de la acidosis y la medida que el cuerpo toma para defenderse de ella! De la manera en que nos alimentamos provocando acidez crónica lo que es igual a la toxemia crónica! Por eso la importancia de la desintoxicación regenerativa para el protocolo de Gloria, por encima del uso de la consuelda, y del glandular de paratiroides.

### ***Progresión y resultados***

La raíz de consuelda fue la planta básica que se usó en el caso de Gloria, junto con la desintoxicación regenerativa y las tinturas delineadas. Desde su accidente comenzó a tomar la consuelda, y en cada visita y con cada radiografía nueva, los doctores la citaban a que regresara otra vez para ver si la cirugía sería una medida necesaria. Como se mencionó antes, el día 5 de agosto que la vieron en emergencias indicaron con seguridad que necesitaría cirugía. A los dos días que regresó para que agendar su operación, le volvieron a tomar radiografías y opinaron que podría el húmero soldar solo.

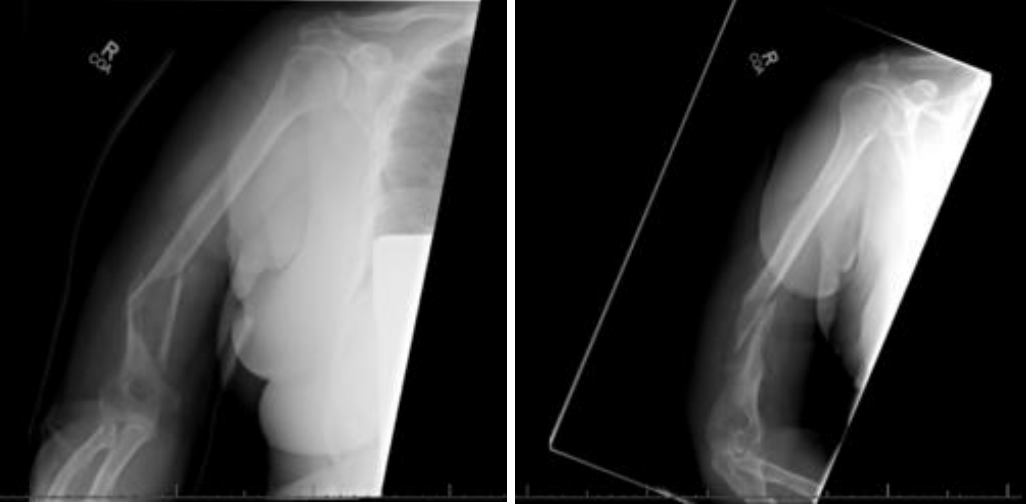
Por todo un mes, la citaron semanalmente y no requirió de cirugía, a pesar de que ella quería que la operaran si le resultara en el alivio del dolor y rehabilitación más rápida. Su hija opinaba diferente, que si había la posibilidad de que sanara solo, se hiciera, ya que hubieran estado involucrados tornillos, placas, el trauma de la cirugía, y la continuación del dolor otros síntomas adversos que muchas de las amigas de la tercera edad de Gloria ya había experimentado con el mismo tipo de fracturas con intervención quirúrgica.

Al final de agosto, las radiografías de Gloria mostraron una recuperación lo suficiente para quitarle su yeso y continuar con un estabilizador removible. Para una señora de 75 años, cuyas amigas de su misma cultura, compartiendo parecidos hábitos y estilos de vida, habían sufrido fracturas similares con recuperaciones muy lentas, hasta dos, tres meses o más sin mostrar la recuperación de Gloria, incluyendo intervenciones quirúrgicas, la recuperación fue bastante rápida y exitosa. A la tercer semana de septiembre se le quitó el estabilizador y volvió a usar su brazo como normalmente. Al final del mes de octubre terminó con su terapia física y reporta tener muy poca o ninguna molestia del brazo o el codo.

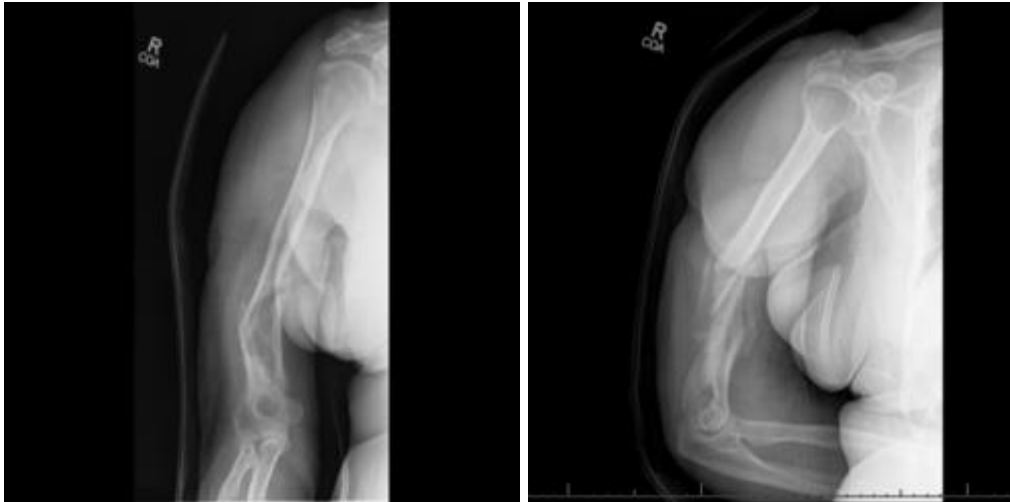
**Radiografías 05/08/2018**



**Radiografías 27/08/2018**



## **Radiografías 17/09/2018**



### **El caso de Thelma: caída de cadera, fisuras de los discos, escoliosis y debilidad ósea**

Thelma, señora de 57 años, el 18 de julio del 2018 sufrió una caída dentro de un tren llegando a la garita internacional de San Ysidro-Tijuana. El día siguiente Thelma no podía caminar bien. Estaba coja, y se le “cayó la cadera,” es la expresión más adecuada que encuentro para describir su situación. Posiblemente pudo ser una luxación del fémur, pero visiblemente se veía que su cadera había quedado chueca, como caída de un lado. Le resultaba muy doloroso. El dolor lo reportaba desde la parte lumbar de la espalda y luego descendiendo, alternando las zonas dolorosas hasta su pierna.

Cuando se sacó radiografías el 20 de julio, dos días después de su caída, le encontraron un estado de lordosis de la columna cervical-en otras palabras, su columna cervical había perdido su curvatura natural hacia adelante; estaba más recta de lo normal.

Una resonancia magnética realizada el 5 de agosto, unas dos semanas después del accidente, reveló que sus discos lumbares mostraban desecación, en otras palabras falta de agua con la que cuentan discos en estado sano. También se encontraron fisuras anulares de los discos lumbares. Protuberancias en algunos casos que se podrían llamar hernias llegando a estados más graves.

Anteriormente, unos dos años antes del accidente, radiografías habían mostrado que tenía escoliosis de la columna. La resonancia magnética más reciente también evidencia la escoliosis. Había tenido los mismos síntomas dolorosos, caída de cadera en mi opinión más severa y mucho dolor y problemas para caminar, después de haber tenido que cargar a su mamá convaleciente en un periodo de su vida muy estresante. También en ese tiempo la diagnosticaron con artritis, cuyos síntomas se mostraron más en ese tiempo pero que hasta antes del reciente accidente remitían y recurrían.



## ***Historial Médico de Thelma***

- Postmenopáusica
- Dominancia de estrógeno
- Lordosis cervical
- Artritis
- Miomatosis uterina
- Fisuras anulares lumbares
- Escoliosis

## ***Medicamentos químicos***

Ninguno.

## ***Historial quirúrgico***

Ninguno.

## **Protocolo de 2 meses de Thelma**

Thelma comenzó con el protocolo unos 3 ó 4 días después de su caída, cuando se comenzaron a manifestar más sus problemas para caminar y le afectó en su trabajo como estilista en una barbería. Le pidió a su jefa una semana de descanso que después extendió unas 2 ó 3 semanas más, lo cual le ayudó mucho para enfocarse en el protocolo y descansar lo más posible.

La fatiga y decaimiento emocional fueron síntomas que le afectaron por igual, pero que sirvieron como una medida auto-correctiva para que el cuerpo pudiera tomarse el descanso necesario y la apropiada atención a la salud necesaria para sanar. Aún esa consideración, la fatiga y alteración emocional apuntan a dos glándulas que fueron muy importantes en la terapéutica de Thelma, las adrenales y las de paratiroides, respectivamente. Siguiendo esa misma vena de pensamiento, se enfocó también en la glándula “gobernadora” o glándula “maestra” que es la pituitaria. Dos ejemplos más de su importancia en su caso fueron el hecho de tener un rayo solar en el área pituitaria de la iris, bajo el análisis iridológico, y su historial de dominancia de estrógeno y demás condiciones del sistema reproductivo, que tienen mucha relación con la glándula pituitaria.

El canal gastrointestinal fue otra área de atención en la que hice énfasis en las instrucciones del protocolo, pero que desafortunadamente Thelma no siguió. La razón de la atención al colon está en que el análisis de la iris revela que su problema de miomatosis tiene una estrecha relación con parte del colon. En específico, el área del recto se asocia con la pared uterina izquierda mientras que el ceco está asociada con la pared uterina derecha. Thelma tiene una laguna pronunciada desde el área gastrointestinal, más asociada con el sigmoideo y recto, que pasa hacia el útero. La cuestión de la desintoxicación gastrointestinal beneficia al cuerpo entero, porque el colon es al cuerpo como el eje es a su llanta. Tanto la glándula pituitaria, como la paratiroides, como la adrenal se ven afectadas por la condición del colon. Por eso es que traté de explicarle la importancia de desintoxicar al colon al mismo tiempo que todas las demás facetas del programa.

## ***Desintoxicación regenerativa***

El protocolo de Thelma de desintoxicación consistió en estas recomendaciones:

- No comer carne de ningún tipo, ni pollo ni carne roja ni pescado
- No consumir lácteos de ningún tipo
- Evitar lo más posible las comidas cocidas y los almidones, algunas verduras cocidas no todos los días está bien
- No combinar fruta con ningún otro tipo de alimento, más que en ensaladas en muy pequeñas cantidades si se desea.

Comidas a consumir:

- Frutas de todo tipo. No combinar frutas ácidas con frutas dulces. Frutas sub-ácidas se pueden combinar o con ácidas o con dulces, si se desea, pero no con ambas.
- Jugos de fruta de todo tipo. Hechos frescos con un extractor. Idealmente tener días de consumo exclusivo.
- Ensaladas. Una comida, ya sea cena o merienda, puede consistir de ensalada. Para mayor desintoxicación, evítese la ensalada.

Después de 3 a 4 semanas, se introdujeron las verduras cocidas a vapor o baño maría. Recomendado la continuación de un alto consumo de frutas y verduras crudas reconocidas por sus ricos minerales e indicadas para los huesos, como el apio, el alfalfa, el betabel, la espinaca, y la col. Los jugos verdes también se introdujeron. Si se deseaba prescindir de todo eso y seguir con el enfoque en la fruta, mejor.

Una semana después de que comenzará el protocolo, recomendé que practicara la jugoterapia a base de jugo de uva por periodos de dos a tres días, al mismo tiempo que se practicara enemas altos, tomando una combinación de semilla pulverizada de *psyllium*, 1 cucharada sopera de arcilla de bentonita de la marca *Vit-Ra-Tox* (arcilla de bentonita, agua destilada), y dos cápsulas de 50mg de carbón activado, combinados en 1 litro de agua destilada, seguido de otro litro de agua destilada sin la mezcla. Todo esto con el objetivo de desintoxicar el canal gastrointestinal, ya que la mayor toxicidad visible de Thelma mediante el análisis iridológico es del canal gastrointestinal, mostrándose como un color aceitunado del ojo, con un color entre anaranjado y rojizo rodeando la pupila por el centro de la iris, el resto del exterior de la iris siendo verde. Del canal gastrointestinal existe una correlación con todo el sistema glandular, incluyendo la pituitaria, la paratiroides, y los ovarios. Thelma también presenta una laguna desde el canal gastrointestinal, más el área del recto y posiblemente el ceco, con el útero, relacionado con los miomas que le encontraron.

Thelma no siguió la parte del protocolo de la desintoxicación del canal gastrointestinal. Esto incluye la jugoterapia de uva, la combinación de arcilla de bentonita, carbón activado, y *psyllium*, y los enemas altos. En el mes de noviembre expresó interés por continuar un estilo de vida con alta prioridad a la desintoxicación y dice que quiere comenzar a desintoxicar su canal gastrointestinal e intentar la jugoterapia de la uva.

## ***Fitoterapia***

La raíz de la consuelda se utilizó desde tres a cuatro días después del accidente, 21 o 22 de julio.

#### Posología de la raíz de consuelda:

- 2 cucharadas soperas por medio litro de agua destilada
- se remoja la consuelda de 20-30 min. y después se cuele para tirar el agua.
- se hierve el medio litro de agua y se pone a fuego lento
- seguido se hecha la consuelda remojada y se deja a fuego lento de 10-15 min. tapado para que las propiedades de la planta no se evaporen
- se cuele el té de esta decocción para tomarse
- se puede endulzar con miel de abeja
- se toma el té 3 veces al día, repitiendo el proceso cada vez

#### Cataplasmas de la raíz de consuelda:

- Se aplicaron cataplasmas 1 ó dos noches por semana durante 1 mes
- Se usó una mezcla de raíz de consuelda, aceite de germen de trigo, y miel, en partes iguales
- Se aplicó con una gaza una línea correspondiente a la columna vertebral, desde las cervicales, comenzando de la línea del cuero cabelludo de la nuca, hasta el coxis.
- Se aseguró con pins la gaza en el cabello, y de abajo con la ropa interior.
- El paciente se dormía toda la noche con el cataplasma aplicado.

#### Tinturas y Glandulares

Se recomendaron las siguientes tinturas, glandulares, y té en cuanto se pudieron conseguir, una semana después del accidente:

- Tintura de la raíz de *Rhodiola rosea*, raíz de *Eleuthero* (ginseng siberiano), *Rehmannia glutinosa*, raíz de he shou wu (*Polygonum multiflorum*), y gotu kola (*Centella asiática*).

Cápsulas glandulares:

- *Professional Formulas*. Pure Parathyroid Glandular. Tejido vacuno de glándula paratiroides, 50mg, 60 cápsulas.

Tés:

- *Dr. Morse's Cellular Botanicals*. Heal-All Tea. Corteza de white oak (roble blanco en español), llantén, black walnut hull (*julans nigra*, coraza de nogal negro en español), hierba chaparral (*larrea tridentata*), burdock (*arctium lappa*), raíz de malvavisco (*althaea officinalis*), raíz de consuelda, hoja de consuelda.

#### Posología y razonamiento de las tinturas, glandulares, y el té de la consuelda

La tintura se indicó para 1 gotero 3 veces al día. El glandular de paratiroides se indicó tomar 2 cápsulas al día mañana y noche, pero Thelma no lo siguió y no se tomó las cápsulas por miedo al efecto que tendrían. Después de los dos meses, ya que se había recuperado muy bien, le expliqué de nuevo lo que eran las cápsulas, pero ahora también con la referencia a la recuperación de Gloria usando como parte de su protocolo las mismas cápsulas. Las comenzó a tomar después del tiempo considerado en este documento.

El razonamiento por la tintura de rhodiola, eleuthero, rehmannia, he shou wu, y gotu kola es el mismo que el que se explicó con Gloria, como tónico adrenal para promover la desintoxicación por el efecto positivo que tiene en el funcionamiento de los riñones. Al mismo tiempo las adrenales producen una serie de hormonas que regulan los procesos inflamatorios, indicados para las fisuras anulares de Thelma y demás daños con aspectos inflamatorios, como sus dolores de espalda y pierna, y su disfunción en cadera y fémur.

Como tónico general del sistema glandular, la tintura con rhodiola se usó para ayudar a su glándula pituitaria y sistema reproductivo, para comenzar una mejoría de los miomas. Después del mes, ya que Thelma se había recuperado bastante de sus síntomas, le sugerí que se practicara lavados vaginales con el "Heal-All Tea," ya que muchas de las hierbas que contiene, como el chaparral (*larrea tridentata*), tiene propiedades depurativas para el sistema linfático. Y la consuelda que también contiene tiene un efecto sanador, proliferante celular para restaurar los tejidos. Thelma no siguió mi recomendación y prefirió hacerse lavados con vinagre. Mi humilde opinión fue que el vinagre tiene un efecto ácido, sobre todo los muy refinados que se encuentran en el mercado. Un producto fermentado que es un producto de la descomposición que va en contra del principio de "añadir vida" si uno quiere mejorar su salud. Quizá funcione en tener alguna limpieza del sistema reproductivo, pero personalmente no lo recomiendo, prefiriendo otros tipos de lavados, por ejemplo con un té como "Heal-All Tea".

El razonamiento para el glandular de paratiroides es parecido al del caso de Gloria. La diferencia es que Gloria tuvo radiación que le afectó a su tiroides y por lógica también a la paratiroides. En el caso de Thelma la debilidad de paratiroides se confirmó por medio del uso de la iridología. El canal gastrointestinal afectado también contribuye por estar asociados en cierta porción del colon. Como Thelma no usó el glandular de paratiroides ni hizo la desintoxicación gastrointestinal, no se puede saber si su mejoría hubiera sido mejor, pero la explicación de la importancia de la salud de esta glándula la motivó a tomarse las pastillas recientemente, en el mes de octubre. Resumiendo lo que ya se dijo para el caso de Gloria, el metabolismo del calcio en la sangre y los huesos es regido por esta glándula. El estado de toxicidad y acidosis en el que se encuentran los cuerpos humanos de la sociedad occidental requiere que el mismo cuerpo se proteja con antiácidos como el calcio, el colesterol, y los fluidos alcalinos, que produce o roba de sus propios tejidos. En el caso del calcio, el cuerpo debe robarlo de las estructuras óseas y el tejido conectivo que proporciona la integridad estructural de los órganos. El cuerpo prefiere sacrificar su integridad estructural siempre que pueda proteger a los órganos vitales de la actividad corrosiva de la acidosis crónica. Por eso se le da la importancia en primer lugar a la alimentación apropiada y la desintoxicación regenerativa. De esta manera se eliminan los ácidos y se promueve la integridad de los tejidos con química natural alcalina. Así el cuerpo mantendrá el calcio en donde corresponde y se evita (o restaura) los problemas de los huesos y debilidades estructurales de los órganos.

En este sistema en segundo lugar después de la alimentación y desintoxicación, está el cuidado específico de los órganos, glándulas, y sistemas específicos. Cuando existe la acidosis crónica, y el calcio es procurado de los huesos y demás tejidos para proteger del ambiente corrosivo, la glándula paratiroides tiene que trabajar de más y comienzan los problemas híper (agudo) y hipo (crónico). Por lo tanto la importancia de despertar la glándula y ponerse nuevamente en marcha con algo como un tejido glandular disecado de un animal, generalmente de vaca. Los suplementos de calcio no son bien asimilables

por el cuerpo, y pueden generar mayor problema introduciendo sustancias moleculares grandes y complejas, difíciles de eliminar por el cuerpo. Estudios como los del Dr. Pottenger de los 1930's demostraron la degeneración ósea de gatos que en vez de leche cruda de vaca, se alimentaron exclusivamente de leche pasteurizada de vaca. Lo mejor es mejorar el funcionamiento de la glándula misma que está causando el problema, y no introducir elementos que corretean los síntomas que jamás se alivian por nunca llegar a la raíz del problema.

El té de consuelda fue el específico más importante para el caso de Thelma. Al final no utilizó el glandular. Se enfocó en la alimentación desintoxicante y la consuelda. Tanto a ella como a Gloria les gustó el sabor, sobre todo combinado liberalmente con una a tres cucharadas soperas de miel de abeja. Las dos llegaron a creer en su poder curativo y soldador y a encariñarse emocionalmente con su uso, lo cual me pareció muy interesante e importante en el proceso de las dos. Personalmente he llegado a tener conexiones emocionales similares con distintas hierbas. Creo que muchos herbolarios comparten esa experiencia. ¿Será la intuición del cuerpo enamorarse de una hierba que está indicada al momento para sanar una afección? Yo lo considero así!

El razonamiento para el uso de la consuelda en estos casos deja de ser razonamiento y no le da lugar a dudas. Queda la conciencia sanadora y los momentos de apreciación y gratitud en los que dos personas por coincidencia tuvieron traumas similares al mismo tiempo, y convalecientes, encontraron momentos de paz tomando té de raíz de consuelda.

Más allá de esto, la cualidad pegajosa de la consuelda después de apachurrarse o remojarse da la idea de sus efectos terapéuticos. Como una goma pegajosa que ayuda a soldar huesos, y a fortalecer los tejidos débiles o vulnerados, como las fisuras anulares de Thelma. El uso tradicional la indica para soldar huesos, tratar heridas, sanar el colon, proliferar células. Sirve como tónico para la fatiga y astringente y expectorante, para promover la desintoxicación. Ayuda también a las hernias, como del tipo de las fisuras anulares de los discos de Thelma. Da la idea que mejora la integridad de tejidos conectivos los cuales están dañados en el caso de hernias y prolapsos. El mismo razonamiento existe del uso de los cataplasmas de raíz de consuelda sobre la columna vertebral, con el propósito de nutrir la columna con la consuelda y demás ingredientes, para que penetrara y tuviera su efecto para las fisuras anulares, al igual que su escoliosis y lordosis cervical.

## ***Evolución y resultados***

Thelma comenzó con el protocolo unos dos o tres días después del accidente. Comenzó a tomar la consuelda tres veces al día y llevar la alimentación desintoxicante regenerativa a base de frutas y una ensalada grande al día. Algunos días sólo comió fruta. A la semana del protocolo, la cadera se le había compuesto, sin ninguna intervención, ni quiropráctica ni con el uso de medicamentos esteroidales. Seguían sus dolores pero su cojeo mejoró casi por completo. A las dos semanas, Thelma se veía más activa y con más ánimos. Reportó que sus dolores habían disminuido un 80%. Para la tercera semana, Thelma comenzó a trabajar otra vez por pocas horas. Tenía que caminar por varios tramos para llegar a su trabajo, pero dice que no se le complicó.

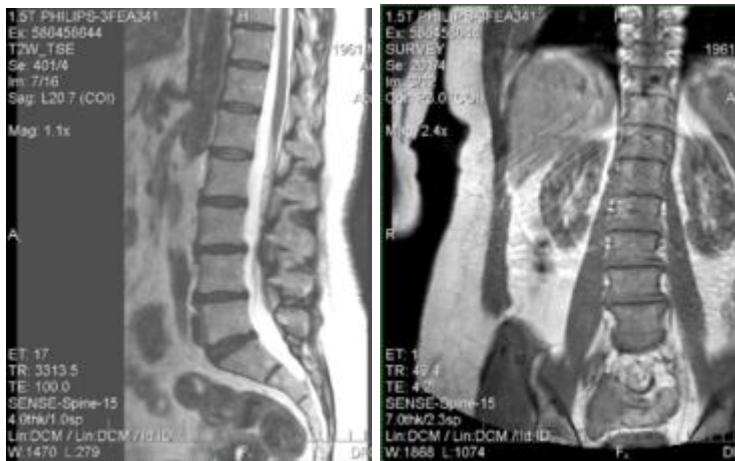
El aspecto tieso que Thelma tenía cuando tuvo el accidente mejoró, lo que da a pensar que la lordosis cervical pudo tener mejoría, si no es que la escoliosis, que ya es un padecimiento mucho más crónico, posiblemente también haya tenido algo de mejoría. Para eso, se tendrían que hacer nuevas radiografías y compararlas.

Una experiencia que Thelma relata que nos impresionó tanto a ella como a mí, fue que estaba convencida de que necesitaría de una andadera por su condición. Como ya había sufrido de lo mismo, se figuraba que iba a ir empeorando y tarde o temprano necesitaría de una silla de ruedas o andadera para poder caminar y llegar a su trabajo. Yo estuve en contacto con ella cuando se compró la andadera, pero le insistí que no lo hiciera-que no la iba a necesitar, y que el pensamiento de una silla de ruedas no tenía lugar, porque no iba a ser así.

Suelo ser conservador cuando me comunico con la gente en lo pertinente a la salud. No suelo comunicarme a manera de certidumbres. Pero esta vez lo hice, y fue significativo para los dos.

Esa andadera quedó abandonada en un rincón de su casa. No la utilizó un sólo día. A las 4 semanas en adelante, Thelma reportó poder trabajar cada vez más horas hasta restablecer un ritmo más normalizado de vida y trabajo, aunque algo más moderado de lo que acostumbraba. Su agotamiento se fue mejorando y su dolor le disminuyó a episodios más esporádicos.

### ***Resonancias magnéticas 05/08/2018***



En la primer foto se nota la disecación de los discos lumbares, que se ven de color negro, comparados con los discos torácicos, que se ven más alumbrados. También se aprecian las fisuras de los discos lumbares formando especies de hernias que sobresalen de las vértebras, sobre todo comparando con los discos torácicos. En la segunda foto se puede distinguir la escoliosis de la columna. Desafortunadamente, no se cuenta con una resonancia magnética para comparar después del protocolo de dos meses.

## Entrevista con Thelma 31/10/2018

*¿Qué síntomas tuviste cuando te caíste en el tren el 18 de julio?* perdí la noción. Me golpeé en la barbilla con un bote de pintura.

*¿Te desmayaste?* Sí, cuando caí.

*¿Cuándo entraste en sí, que síntomas tuviste?* estaba conmocionada. Me temblaban las piernas. Ese mismo día me levanté de una silla y después de que me tocase la espalda comencé con dolores. En la parte alta de la columna. (Apunta a la columna torácica alta.) Al día siguiente me tomaron la presión y salió alta. Me tomé radiografías ese día. Dijeron que tenía el ligamento como jalado.

*¿Qué ligamento?* Ligamentos del cuello que baja al hombro. Luego me bajaba el dolor a la cadera.

*¿A los cuantos días del accidente se te cayó la cadera y andabas coja?* Al siguiente y luego los siguientes días ya más y más.

*¿A los cuantos días comenzaste con la consuelda y la desintoxicación regenerativa?* A los 3 o 4 días de la caída.

*¿En cuánto tiempo sentiste alivio?* Después de que me diste la consuelda, una semana ya estaba mejorando.

*¿Cómo fue que mejoraste?* Te acuerdas que no podía ni caminar, te acuerdas que quería comprar el aparato para caminar. A las dos semanas ya empecé a mejorar. Ya podía caminar mejor. Luego me pusiste los cataplasmas para la columna y seguía con la consuelda tomada, y empecé a mejorar mucho. Y empecé hacerme lavados vaginales también por lo que me encontraron en la matriz.

*¿Cómo te sientes ahora?* Me siento re bien, nomás que dejé de hacer cosas pesadas, porque me empieza el dolor.

*¿Ha cambiado tu estilo de vida?* Sí, la dieta que me diste, me ha cambiado un 80%. En la mañana desayuno fruta, luego como verdura, y ya en la noche ceno fruta. Como plátano y dátil y guayaba en licuado en la mañana. Pero antes, en la recuperación estaba con puras frutas. Jugo de fruta, jugos verdes.

*¿En ese periodo como te sentías?* adelgacé pero con mucha energía me sentía.

*¿Comes carnes?* No. Pero hoy comí huevo porque en mi trabajo a veces te inducen.

*¿Consumes lácteos?* Leche de almendra, nada más. Como mucha uva, en cuanto puedo como. La verdad si como cashews (nuez de la india) y almendras.

*¿Qué opinas de los almidones?* Trato de evitarlos pero sí como a veces tortilla, y ya no como pan para nada. Los como a veces. Como mucho curry y cúrcuma. Siempre que me hago mis calabacitas, le pongo curry y cúrcuma. A y sabes qué como mucho, nopal. Mucho nopal como. Como camote, como mucho camote también.

## La mente se vuelve en contra del empirismo: la actitud anti-fitoterapéutica y la falsa evidencia contra la consuelda

Me he topado con mucho temor a las plantas medicinales no sólo de parte del público en general si no de profesionales de la salud que aceptan el paradigma hiper-analítico del establecimiento médico-farmacéutico. La consuelda en particular a sufrido de malísima publicidad de parte de algunos estudios fitoquímicos que encontraron que contenía alcaloides pirrolizidínicos. Los alcaloides pirrolizidínicos son producidos por las plantas como un mecanismo de defensa en contra de insectos herbívoros. Estudios hechos en ratas que administraron alcaloide pirrolizidínico por sí sólo--no en una planta, sino la sustancia aislada--resultó en hepatotoxicidad en las ratas y el desarrollo de

tumores. Lo que el tipo de conclusiones alarmistas que se forman de estos estudios omiten, es que los alcaloides pirrolizidínicos ocurren naturalmente en más de 6,000 especies de plantas, y que están presentes en casi cualquier ambiente [3]. Los alcaloides pirrolizidínicos están presentes en la miel, la leche, y en varios tipos de cereales. Eventos de toxicidad en humanos por alcaloides pirrolizidínicos se han reportado en el evento de contaminación de cereales, pero no por el uso de plantas medicinales.

Uno de los casos más citados de los que argumentan en contra del uso de la consuelda y otras plantas medicinales, es el de una serie de incidentes en Jamaica de enfermedad veno-oclusiva hepática [4]. Los autores se plantearon la idea de que la enfermedad hepática vino de toxicidad por el uso de plantas medicinales [4], por el hecho de que se pudieron producir síntomas similares de la enfermedad veno-oclusiva en animales por medio de la administración de químicos aislados de la familia Senecio de alcaloides, como *Crotalaria fulva* y monocrotalina [5]. Pero cuando obtuvieron muestras de las plantas administradas por los llamados “witch-doctors” (doctores-brujos) y herbolarios de estos pacientes, los mismos autores admiten que no encontraron dichos compuestos, y especulan que la causa pudo haber sido por contaminación alimenticia [4].

Parece ser una historia recurrente la de usar estudios del uso de químicos aislados de una planta en dosis exageradas en animales, para luego culpar los efectos a la planta misma, y no a la contradicción que la abstracción química de compuestos implica hacia la Naturaleza.

Para ser completamente imparciales en este caso, se deberían incluir los casos de malas reacciones por parte de *los usos tradicionales* de la consuelda, y compararse con las malas reacciones del uso de los medicamentos químicos comúnmente utilizados por la medicina “convencional.” El contraste es sorprendente. No hay *un* solo caso de efectos malos reportado por el uso tradicional de la consuelda. Por parte de los fármacos, sólo en los Estados Unidos se reportan 106,000 *muertes* al año por sus efectos adverso [6]. Estamos hablando de *muertes* por medicamentos químicos, ni siquiera consideramos reportes de malas reacciones *que no involucren muerte*. En cambio de la consuelda no hay *un* caso reportado de malos efectos, y mucho menos de ninguna muerte!

Null y colegas llaman la atención al hecho de que en los Estados Unidos, la muerte iatrogénica, en otras palabras la muerte causada por los doctores en la medicina convencional, con su uso de medicamentos químicos, radiación, y cirugía, es la *principal* causa de muerte en ese país, de 783,936 muertes anuales, superando a problemas del corazón con 699,697 y al cáncer con 553,251 muertes anuales [6]. ¿Cuántas muertes se reportan por el uso de la fitoterapia y la consuelda en específico? *0. Zero. Ninguna...*

¿Por qué ignorar el fracaso y morbo de un sistema que se enriquece a los miles de millones administrando químicos y terapias que superan al cáncer en las muertes que produce? ¿Por qué escuchar el prejuicio y miedo hacia las plantas medicinales de los mismos doctores que viven de un sistema quita-vidas opuesto a la fitoterapia y sobre todo opuesto a la Naturaleza? ¿Por qué ignorarse el uso tradicional de cientos o hasta miles de años en humanos de una planta, a favor del uso de químicos y dosis en animales que nada tienen que ver con los efectos de la planta entera usada



tradicionalmente? ¿Por qué ignorarse el uso moderno de los herbolarios que siguen hoy usando la consuelda exitosamente sin ningún indicio de toxicidad? ¿Por qué ignorarse el caso de Gloria y Thelma, que con gusto reconocían en su corazón lo adecuado y placentero de tomar el té de la consuelda en sus momentos de aflicción?

Volvemos al mismo conflicto entre el juego analítico de la mente y la síntesis intuitiva del espíritu. Parece que la mente a toda costa no aceptará las cosas simples-las cosas completas, enteras, naturales, pues el vicio que tiene de romperlas, dividir las, destruirlas y abstraerlas no tiene fin. El miedo que nace de la incertidumbre de la conciencia analítica la escuda de la luminosidad del saber inmediato de la intuición. La intuición es saber sin tiempo, es certidumbre sintética que no ve partes, ve al entero, a la completa manifestación de la Naturaleza en su labor de sanar a sus cansados seres atrapados en un mundo mental.

## Bibliografía

- [1]. Christopher, John R. "History of Comfrey." *Dr. Christopher's Herbal Legacy*. [herballegacy.com/ThesisHistory.html](http://herballegacy.com/ThesisHistory.html). Accesado 23 de septiembre de 2018.
- [2]. Wade, Lizzie. "Is fruit eating responsible for bigger brains." *sciencemag.org*.
- [3]. Smith, L. W.; Culvenor, C. C. J. "Plant sources of hepatotoxic pyrrolizidine alkaloids". 1981. *J. Nat. Prod.* 44 (2): 129–15.
- [4]. Stein, H., Isaacson, C. "Veno-occlusive disease of the liver." *British Medical Journal* 10 Feb 1962; 372-375.
- [5]. Hill, KR. "The world-wide distribution of seneciosis in man and animals." *Proc. Roy. Soc. Med.* Abril 1960. 53: 281-3.
- [6]. Null, Gary et al. "Death by Medicine." *Life Extension Magazine*. Marzo 2004. [lifeextension.com/magazine](http://lifeextension.com/magazine). Accesado 3 de noviembre 2018.