

La experiencia de Marta con el cáncer

Me llamo Marta, tengo 46 años y tengo una interesante experiencia que contar.

Desde setiembre de 2005 tenía desarreglos intestinales que se traducían en diarreas y estreñimiento, hasta que un día de abril de 2010 tras fuertes dolores de barriga, saqué una diarrea con sangre. Inmediatamente fui al médico que me mandó hacerme una colonoscopia. Tras hacer una biopsia de una “inflamación” me comunicaron que era un pequeño **tumor canceroso**. Decidí hacer la operación, pues el cirujano me decía que una vez extirpado se habría acabado el problema.

La **operación** fue muy bien, aunque el tumor ya había crecido (de 2cm a 5 cm). Junto con el tumor sacaron unos 26 ganglios linfáticos, de los cuales 3 estaban infectados. Por lo tanto me propusieron hacer un tratamiento de quimioterapia de 6 meses.

El mundo se me caía encima. Busqué la posibilidad de seguir una terapia natural porque no quería someterme a la destructiva quimioterapia.

En el libro “Los secretos eternos de la salud” de Andreas Moritz, páginas 456-457, se citan unas frases de médicos, químicos y oncólogos que están en desacuerdo con la quimioterapia. A menudo me he apoyado en sus opiniones para mantenerme en la naturopatía.

Acudí a la clínica de un oncólogo naturista en Granollers (Barcelona) quien me propuso una **dieta**, algunas **pastillas naturales (ultra-levura, selenio y vitamina C) y las hipertermias**.

En la dieta debe reducirse el aporte de glucosa puesto que las células tumorales (anaeróbicas) obtienen la energía de ella. Por tanto, será conveniente consumir la pasta, el pan y el arroz integrales. Debe eliminarse toda clase de azúcar.

Es mejor la carne blanca (pollo y aves) y el pescado que la carne roja (ternera, cordero, cerdo).

Tampoco conviene comer grasa animal (embutidos) ni fritos. Mejor queso de régimen.

Sin embargo hay **alimentos que ayudan a combatir el cáncer, que son:**

- **Las verduras de la familia de las brásicas: col, coliflor, coles de bruselas...**
- **Los ajos y las cebollas (mejor crudos)**
- **Algunas especies: la cúrcuma, el jengibre.**
- **Algunas plantas medicinales: Aloe Vera, salvia, romero, hinojo, orégano, perejil, comino, eneldo, albahaca...**
- **El té verde y el té rojo (antioxidantes)**

La **hipertermia** es una terapia de calor. Te tumbas en una camilla boca arriba, con una especie de caja grande por encima. La cabeza queda fuera. En esta caja hay unos focos. Va subiendo la temperatura corporal más o menos rápido. Por encima de los 38.5 ° ya se considera tener fiebre y hay que estar ahí por lo menos una hora. Yo subía hasta los 39,6°.

Esta terapia iba acompañada con un **suero de insulina, otro para cambiar el PH (alcalinizar) y una autovacuna de ozono**. Todo ello sirve para atacar, de una u otra forma, las células cancerosas.

Yo a menudo pensaba que realmente no tenía nada malo dentro de mí, porque de todas formas no se podía detectar, y me fastidiaba el aspecto “fantasma” de esta enfermedad.

Hice 4 hipertermias, de 3 horas cada una, en una frecuencia aproximada de una al mes.

Paralelamente a las hipertermias fui a un terapeuta naturista en Olot (Girona). Con él hice una **depuración de hígado y de riñones**, y también la limpieza de hígado, en la que expulsé 10 bolitas del tamaño de unas canicas. Voy a hacer 3 o 4 limpiezas de hígado en un espacio de un mes o u mes y medio entre ellas.

Este terapeuta también me aplica los imanes (biomagnetismo). Tengo referencias por un conocido que esta terapia le curó el cáncer de colon con metástasis en el hígado.

Por lo que he entendido el **biomagnetismo** actúa equilibrando el pH de los órganos internos. Esto es interesante porque las células cancerosas viven en un medio ácido. También actúan **equilibrando el pH las bañeras de agua caliente con sal marina**, lo cual hice con más frecuencia al principio. Ponía 2 kgs. de sal marina en cada bañera. Tiene un efecto desintoxicante por osmosis.

Hasta aquí he hablado de la parte física y de tratamientos que actúan sobre el cuerpo físico.

Desde el principio me hice la pregunta: ¿Por qué? Y entendía fácilmente la respuesta.

Cinco años atrás tuve una experiencia dura y dolorosa a nivel psicológico o mental. No quiero entrar en detalles pero, resumiendo, mi novio de entonces vino a vivir a mi casa. La convivencia iba muy mal. Él tenía un bulto en la ingle y no sabíamos que era pero no se encontraba bien. Yo tuve una crisis psicótica. Nos separamos. Después supe que él tenía cáncer linfático, hizo quimioterapia y el 80% de posibilidades de curarse se convirtió en 3 meses de mala vida y murió de una pulmonía.

La respuesta al “¿por qué?” creo que básicamente es: el cáncer ha sido sobre todo una respuesta psicosomática debida al fatal desenlace de una relación, con la consecuente aparición de miedos e inseguridad. Estoy haciendo una terapia psicológica, por tanto. Es la **P.N.L. (Programación NeuroLingüística)**. Ello me ayuda a reforzarme psicológicamente y a positivizar algunas situaciones. Y me gusta.

Un par de sesiones de “**taping**” (**EFT: Técnica de Liberación Emocional**) también han sido muy reforzantes.

También he hecho 4 sesiones de cuencos de cristal donde la terapeuta me ha guiado a conectar con memorias pasadas estancadas con necesidad de liberación. Gracias a la vibración del sonido cristal y una buena guía se pueden resolver situaciones que han producido un estancamiento de energía vital y anímica. Al poner conciencia en ellas se suelta el sufrimiento.

No podría terminar este artículo sin mencionar las hierbas de “Essiac”, fieles compañeras en esta aventura, que me limpian y desintoxican, reforzando las defensas y regulando la evacuación y manteniendo la salud.

El 5 de octubre de 2010 me hicieron un TAC, el primero. El resultado fue que de cáncer ni rastro, así que me siento limpia y pienso que siguiendo con la misma línea todo irá bien.

martasaxo4@hotmail.com

Información sobre cuencos de cuarzo: belsiavila@hotmail.com

A CONTINUACIÓN ESCANEO LA CARTA MANUSCRITA QUE MARTA ME ENVIÓ JUNTO CON LA DIETA QUE SIGUIÓ.

Diana Árbol

Enero 2011

<http://essiac.webs.com>

Me llamo Marta, tengo 46 años y tengo una interesante experiencia que contar. (1)

Desde setiembre de 2005 ~~tenía~~ tenía desarreglos intestinales que se traducían en diarreas y estreñimiento, hasta que un día de abril de 2010 tras fuertes dolores de barriga, saqué una diarrea con sangre. Inmediatamente fui al médico que me mandó hacerme una colonoscopia. Tras hacer una biopsia de una "inflamación" me comunicaron que era un pequeño tumor canceroso. Decidí hacer la operación, pues el cirujano me decía que una vez extirpado se había acabado el problema.

La operación fue muy bien aunque el tumor ya había crecido (de 2cm a 5cm).

Junto con el tumor sacaron unos 26 ganglios linfáticos, de los cuales 3 estaban infectados. Por lo tanto me propusieron hacer un tratamiento de quimioterapia de 6 meses.

El mundo se me caía encima. Busqué la posibilidad de seguir una terapia natural porque no quería someterme a la destructiva quimioterapia.

En el libro "los secretos eternos de la salud" de Andreas Moritz, página 456-457, se citan unas frases de médicos, químicos y oncólogos que están en desacuerdo con la quimioterapia. A menudo me he apoyado en sus opiniones para mantenerme en la naturopatía.

Audi a la clínica de un oncólogo naturista en Granollers, (Barcelona) quien me propuso una dieta, algunas pastillas naturales (ultra-leveza, selenio y vitamina C) y las hipertermias:

En la dieta debe reducirse el aporte de glucosa puesto que las células tumorales (anaeróbicas) obtienen la energía de ella. Por tanto será conveniente consumir la pasta, el pan y el arroz, integrales. Debe eliminarse toda clase de azúcar.

Es mejor la carne blanca (pollo y aves) y el pescado que la carne roja (ternera, cordero, cerdo).

Tampoco conviene comer grasa animal (embutidos) ni fritos. Mejor queso de régimen.

Sin embargo hay alimentos que ayudan a combatir el cáncer que son:

- las verduras de la familia de las brasicas:
col, coliflor, coles de bruselas...

- (2)
- los ajos y las cebollas (mejor crudos).
 - Algunas especies: la cúrcuma, el jengibre...
 - Algunas plantas medicinales: Abe Vera, salvia, romero, hinojo, orégano, perejil, comino, eneldo, albahaca, ...
 - El té verde y el té rojo (antioxidantes).

La hipertermia es una terapia de calor. Te tumbas en una camilla boca arriba, con una especie de caja grande por encima. La cabeza queda fuera. En esta caja hay unos focos. Va subiendo la T° corporal más o menos rápido. Por encima de los $38,5^{\circ}$ ya se considera tener fiebre y hay que estar ahí por lo menos una hora. Yo subía hasta los $39,6^{\circ}$.

Esta terapia iba acompañada con un suero de insulina, otro para cambiar el PH (alcalinizar) y una autorracuna de ozono. Todo ello sirve para atacar, de una u otra forma, las células cancerosas.

Yo a menudo pensaba que realmente no tenía nada malo dentro de mí, porque $\frac{1}{4}$ de todas formas no se podía detectar, y me fastidiaba el aspecto "fantasma" de esta enfermedad.

Hice 4 hipertermias, de 3 horas cada una, en una frecuencia aproximada de una al mes.

Paralelamente a las hipertermias fui a un terapeuta naturista en Olot (Girona). Con él hice una depuración de hígado y de riñones, y también la limpieza de hígado en la que expulsa 10 bolitas del tamaño de unas guisicas. Voy a

hacer 3 o 4 limpiezas de hígado en un espacio de un mes o un mes y medio entre ellas.

Este terapeuta también me aplica los imanes (biomagnetismo). Tengo referencias por un conocido que esta terapia le curó un cáncer de colon con metástasis al hígado.

Por lo que he entendido el biomagnetismo actúa equilibrando el P.H. de los órganos internos. Esto es interesante porque las células cancerosas viven en un medio ácido.

También actúan equilibrando el PH las bañeras de agua caliente con sal marina, lo cual hice con más frecuencia al principio. Ponia 2Kgs. de sal marina en cada bañera. Tiene un efecto desintoxicante por osmosis.

Hasta aquí he hablado de la parte física ⁽³⁾
y de tratamientos que actúan sobre el cuerpo físico.

Desde el principio me hice la pregunta:
¿Por qué? Y entendía fácilmente la respuesta.

Cinco años atrás tuve una experiencia dura y dolorosa a nivel psicológico o mental. No quiero entrar en detalles pero, rememorando, mi novio de entonces vino a vivir a mi casa, la convivencia iba muy mal. Él tenía un bulto en la ingle y no sabíamos qué era pero no se encontraba bien. Yo tuve una crisis psicótica. Nos separamos. Después supe que él tenía cáncer linfático, hizo quimioterapia y el 80% de posibilidades de curarse se convirtió en 3 meses de mala vida y murió de una neumonía.

La respuesta al ¿por qué? creo que básicamente es: el cáncer ha sido sobre todo una respuesta psicosomática debida al fatal desenlace de una relación, con la consiguiente aparición de miedos e inseguridad.

Estoy haciendo una terapia psicológica, por tanto. Es la P.N.L. (programación neurolingüística) Ello me ayuda a reforzarme psicológicamente y a

positivizar algunas situaciones. Y me gusta.

Un par de sesiones de "taping" también han sido muy reforzantes.

También he hecho 4 sesiones de cuencos cristal donde la terapeuta me ha guiado a conectar con memorias pasadas estancadas con necesidad de liberación. Gracias a la vibración del sonido cristal y una buena guía se pueden resolver situaciones que han producido un estancamiento de energía vital y ánimo. Al poner conciencia en ellas se suelta el sufrimiento.

No podría terminar este artículo sin mencionar las hierbas de "ESSIAC", fieles compañeras en esta aventura, que me limpian y desintoxican, refuerzan las defensas y regulando la evaluación y manteniendo la salud.

El 5 de octubre de 2010 me hicieron un TAC, el primero. El resultado fue que de cáncer ni rastro, así que me siento limpia y pienso que siguiendo con la misma línea todo irá bien.

martasaxo4@hotmail.com

Información cuencos de cuarzo: belsiavila@hotmail.com

Alimentación quetogénica

Según nuevas investigaciones, las recomendaciones del consumo de alimentos ricos en hidratos de carbono en pacientes oncológicos varían mucho de las recomendaciones para las persona sanas, puesto que, el metabolismo de la fermentación de las células tumorales (anaeróbicas) depende, para la obtención de energía, fundamentalmente del aporte de glucosa.

Fundándose en este nuevo conocimiento, el paciente oncológico tiene dos posibilidades:

1. Tomar un medicamento que bloquee este metabolismo de la fermentación de las células tumorales - hecho que hoy por hoy todavía no es posible, puesto que, todavía no se ha terminado el desarrollo de este tipo de medicación.
2. Modificar la alimentación e intentar privar, de esta manera, del combustible, en forma de glucosa, al tumor.

Para conseguir este efecto, el paciente oncológico tiene que renunciar a los alimentos ricos en hidratos de carbono y equilibrar esta falta de energía por una alimentación rica en fibra y proteínas de alta calidad así como un aumento en el aporte de aceites prensados en frío. Esto es la base de la alimentación quetogénica. De esta manera, la alimentación garantiza un aporte suficiente de energía y un suministro óptimo de nutrientes, condición elemental para mantener las defensas y mejorar el bienestar.

Liberación de la insulina:

El aporte de carbohidratos favorece la liberación, por parte del páncreas, de la insulina, la cual a su vez permite que las células hagan uso de los azúcares. Por esta razón es más recomendable, tomar varias comidas ligeras, repartidas durante el día, que tres comidas principales. De esta manera se evita tanto la brusca subida de la tensión arterial como una liberación importante de insulina a modo de mecanismo de contrarregulación. Durante el día no deberían tomarse más de 70 gr. de glucosa y no más de 7 gr. de glucosa por comida. Para valorar qué alimentos provocan una baja liberación de insulina, puede consultar las tablas con el índice glucémico (IG). Alimentos con un IG bajo provocan una mínima liberación de insulina y alimentos con un IG alto provocan una gran liberación de insulina.

¿Glucosa o fructosa?

Aunque tanto la glucosa como la fructosa son dulces, en el cuerpo provocan diferentes reacciones biológicas. La glucosa provoca un rápido aumento de la glucemia y de manera inevitable un incremento en la liberación de insulina. La fructosa, por lo contrario, provoca sólo un ligero aumento de la glucemia. Se encuentra en la fruta y productos elaborados de fruta, en verdura, en productos para diabéticos y en miel. La glucosa se encuentra en todo tipo de alimentos y bebidas dulces.

Clasificación de los alimentos:

Consumo permitido (IG < a 55):

Fructosa y alimentos con poca cantidad de hidratos de carbono que provocan una baja liberación de insulina después de su consumo.

Harinas y cereales integrales (no refinados): copos de avena, arroz salvaje, arroz integral,

Verdura - La mayoría de las verduras son pobres en hidratos de carbono y aportan minerales, vitaminas y fibras importantes. Brócoli, espinacas, tomates etc. estimulan además al sistema inmune y fortalecen las defensas. Siempre es preferible emplear productos de cultivo biológico. Los puede preparar al vapor y aliñarlos con aceites prensados en frío, como ensalada, acompañando pescado o carne etc.

Coliflor, brócoli, judías verdes, berenjenas, col, col rizada, col china, repollo, col fermentada, hinojo, pepino, col de Bruselas, apio, puerro, espinacas, acelga, nabo, rabanito, espárrago, tomate, calabacín, achicoria, cebolla, aceitunas verdes, aguacate, pimiento verde y rojo, zanahoria, canónigos, pepinillos, setas, alcachofa, ajo, judías verdes

Legumbres – guisantes, lentejas, soja

Fruta – Puede tomar cualquier tipo de fruta, excepto los que constan en el grupo "consumo moderado"

Lácteos – Leche, yogurt, kefir, quark

Otros - semillas

Aceites prensados en frío – Los aceites mono-insaturados (omega 9) como el aceite de oliva y el aceite de avellana y los aceites poli-insaturados (omega 3) como el aceite de lino y aceite de nueces, son una buena fuente de energía. Es importante que sean de buena calidad. El aceite de lino nunca puede ser calentado. Los aceites de girasol, de maíz y de soja (omega 6) no se deben de emplear con mucha frecuencia porque su exceso favorece los procesos inflamatorios.

Marisco, pescado, carne – Estos tres grupos de alimentos aportan mucha proteína pero ningún hidrato de carbono. Pescados grasos como el atún, el salmón, la caballa etc. son una buena fuente del aceite poli-insaturado del grupo omega 3 (DHA y EPA) que previene los procesos inflamatorios y favorece la estabilidad celular. Siempre es preferible tomar pescado que no proviene de piscifactoría y carne biológica.

Consumo moderado (IG entre 55 y 70):

Pequeña cantidad de glucosa y alimentos con una cantidad media de hidratos de carbono que provocan una moderada liberación de insulina después del consumo.

Pasta de trigo duro, arroz largo, arroz basmati, couscous, gnocchi, plátanos, melón, sandía, piña, zumos de fruta no azucarados, calabaza, remolacha, helado, miel, patata, polenta, mijo!

Consumo no permitido (IG entre 70 y 100):

Gran cantidad de glucosa y alimentos con una gran cantidad de hidratos de carbono que provocan una alta liberación de insulina después del consumo.

Azúcar (glucosa, maltosa, dextrosa), harinas y cereales refinados (arroz y pan blanco, Cornflakes, bollería, galletas), almidón modificado, puré de patatas (bolsa), patatas fritas, maíz, cerveza, Coca-Cola, refrescos, fruta confitada, chocolate con leche

Listado de alimentos según su índice glucémico (IG)

Alimentos	IG
Ajo	<15
Albaricoque	45
Albaricoque, fruto seco	30,8
Alcachofa	15
Almidón modificado	95
Arroz Basmati	50-60
Arroz, blanco	70
Arroz blanco, pegajoso	87
Arroz, harina	95
Arroz integral	50
Arroz largo	60
Arroz (parboiled)	48
Arroz, pasta	90
Arroz, pudín	85
Arroz, tartas	80
Arroz salvaje	35
Azúcar refinado	72
Baguette	95
Berenjenas	<15
Bizcocho	47
Bollería	72
Boniato	50
Brioche	61
Brócoli	15
Bulgur	48
Cacahuetes	14
Calabaza	70
Calabacín	15
Cebada	25
Cebolla	<15
Centeno, harina	35
Centeno, pan	50
Centeno, salvado	40
Cereales refinados y azucarados	70
Cereza	23
Cerveza	110
Chocolate, leche	70
Chocolate, negro (> 70 % cacao)	22
Chocopops	77
Choucrout (col fermentado)	15
Ciruela	39
Coca-Cola	63-100

Col	15
Col de bruselas	15
Col de lombarda	15
Coliflor	15
Concentrado de fruta, naranja	66
Confitura	60
Confitura azucarada	65
Copos de avena	49
Copos de cereales integrales, sin azúcar	40
Cornflakes	84
Couscous	62
Craker	73
Croissant	74
Donut	76
Espárrago	15
Espinacas	15
Fanta (Limonadas)	68
Fideos de vidrio	35
Fideos chinos, soja	30
Flan	65
Fresas	30
Fructosa	23
Fruta confitada	80
Fruta fresca	30
Galletas	70
Galletas de avena	54
Glucosa	100
Gnocchi	67
Goffres	76
Guisantes	30
Guisantes (lata)	50
Harina de avena	69
Harina de maíz	69
Higos, albaricoque (fruto seco)	35
Helado	61-70
Helado de fruta, sin azúcar añadido	35
Yogurt, desnatado	15
Yogurt de fruta	50
Yogurt natural	25
Yogurt, desnatado sin azúcar	14
Judías blancas	80
Judías Kidney	30
Judías Kidney, (bote)	52
Judías lima	30
Judías rojas	40
Judías secas	30
Judías verdes	30-40

Rbla. J. Tarradellas, 3, 1º - 4º, E-08402 Granollers
tel.: 93 870 11 53, fax.: 93 879 38 50, urgencias (sá. y do.: 10.00 – 12.00 hrs.): 607 447 414
e-mail: info@clinicadrsantos.com - www.clinicadrsantos.com

Jugo de verdura	15
Kelloggs' Honey Smacks	55
Kelloggs' Nutri-grain	66
Kelloggs' Special K	54
Ketchup	70
Kiwi	53
Lactosa	46
Leche	27
Lechuga	15
Lentejas	30
Lentejas (bote)	40
Lentejas marrones, amarillas	30
Lentejas rojas	25
Lentejas verdes	22-30
Limonada	100
Macarrones	45
Maiz	53-70
Maiz Chips	75
Maltodextrina	105
Maltosa	110
Mango	56
Manzana	38
Manzana, zumo	40
Mazapán	80
Melocotón	42
Melón	65
Mermelada sin azúcar	30
Miel	64-85
Mijo	71
Muffins	62
Müsli	55
Müsli azucarado	65
Müsli de cereales integrales, sin azúcar	40
Müsli de chocolate	70
Müsli (barrita)	61
Nabo blanco	95
Naranja	43
Naranja, zumo	56
Nueces, frutos secos	15-30
Papaya	58
Pan Bimbo	73
Pan blanco	70
Pan de cereales variados	65
Pan integral	50
Pan integral con semillas	52
Pan de salvado	35
Pan de salvado de trigo	49

Rbla. J. Tarradellas, 3, 1º - 4ª, E-08402 Granollers
tel.: 93 870 11 53, fax.: 93 879 38 50, urgencias (sá. y do.: 10.00 - 12.00 hrs.): 607 447 414
e-mail: info@clinicadsantos.com - www.clinicadsantos.com

Panecillo	73
Pasta integral	40
Pasta (trigo duro)	60
Patata	70
Patata (bote)	61
Patatas al horno	85-95
Patatas fritas (bolsa)	95
Patata hervida	65
Pera	36
Pimiento	30
Piña	60
Piña, zumo	48
Pizza de queso	60
Plátano	54-60
Polenta	68
Pomelo	25
Pomelo, zumo	49
Popcorn	85
Puerro	15
Pumpnickel	40
Puré de patata	70
Puré de patata (bolsa)	90
Quark, desnatado	20
Quinoa	35
Rábanos	30
Raíz picante	35
Remolacha	64
Requesón	20
Ravioli	40
Sacarosa	70
Salvado de trigo	19-51
Sandía	73
Sémola	60
Setas	15
Snickers	40
Soja	18
Soja (bote)	14
Soja, brotes tiernos	30
Soja, leche	30
Spaghetti	60
Spaghetti integral	40
Suero de leche	15
Sultaninas	56
Tacos	68
Tomates	15
Tortellini de queso	50
Tortilla de patata	95

Rbla. J. Tarradellas, 3, 1º - 4ª, E-08402 Granollers
tel.: 93 870 11 53, fax.: 93 879 38 50, urgencias (sá. y do.: 10.00 – 12.00 hrs.): 607 447 414
e-mail: info@clinicadrsantos.com - www.clinicadrsantos.com

Trigo, copos	67
Trigo, harina	70
Trigo sarraceno	55
Twix	43
Uvas	46
Uva, moscatel	60
Verdura verde, tomates	<15
Zanahorias	49
Zanahoria cruda	30
Zumo de fruta azucarado	90
Zumo de fruta, recién hecho, sin azúcar añadido	40

GI de maltosa = 105
 GI de glucosa (dextrosa) = 100
 GI de sacarosa (azúcar refinado) = 65-70
 GI de miel = 58
 GI de lactosa = 46
 GI de fructosa = 23

GI de Cornflakes = 84
 GI de sacarosa (azúcar refinado) = 70
 GI de copos de avena = 49

Pasta al dente tiene una GI más bajo que pasta cocida completamente. Esta última se digiere más rápido y la consecuente respuesta con liberación de insulina es inmediata. Por el contrario, para digerir la pasta "al dente", precisamos más y trabajo por lo que la liberación de insulina será lenta ya que su asimilación también será así. Esto se puede aplicar en general a cualquier alimento: a mayor tiempo de cocción, más rápida será la asimilación y con menor gasto energético por parte del cuerpo. El GI de la pasta varía según su grosor.