# El Guardiansalud.classalud Soluciones naturales e investigaciones para una salud plena y vigorosa

Edición N° 68

Un periódico pequeño con un gran propósito

Mensual **\$500** I,II,XI y XII Región \$600

# Preveng cancer

La investigación ha demostrado que la vitamina D3 es necesaria para prevenir el cáncer de mamas y próstata. ¿Cómo obtenerla?3

### Anorexia, **Bulimia** y **Obesidad**

Zinc: nutriente vital para una recuperación total (7)

Advertencia: Vacunas contaminadas con virus vivos

72.000.000 de vacunas envenenadas a pesar de los controles

16 y 17

**Ulceras** estomacales

El milagroso remedio del repollo (funciona mejor que los fármacos)

**10** 

### MEJORA HOY TU VIDA SEXUAL



Centro Médico especializado en el tratamiento de: Disfunción Eréctil Eyaculación Precoz

Reseva tu hora médica 6387524 - 6323179 **RESULTADOS INMEDIATOS** PRIVACIDAD ABSOLUTA



German Schneider, Medico Urologo Cirujano, Director Clinico Men s Quality Carlos Vargas Médico Cirujano Urólogo y Sexólogo, U. de Chile

Horarios de Atención Teléfonica: Lunes a Viernes de 9:00 a 19:00 - Sábados de 9:00 a 14:00 hrs.

### ¿Vamos al origen?

Muchas personas que leen por primera vez El Guardián creen que es un periódico religioso, porque en más de alguna ocasión se nombra a Dios o temas relacionados. Si esas personas no creen en Él, pueden molestarse o no leerlo nunca más, esto es una lástima porque se han perdido temas interesantísimos. Sin embargo, esta editorial quiero dedicarla especialmente a los que sí creen y quieren respuestas de Dios.

La vida fue creada por Dios. Entonces, ¿por qué no preguntarle a Él como vivirla?

Conocer cuáles son los deseos de Dios (su voluntad) es súper importante para descubrir quién es Él y qué quiere para nosotros. Por ejemplo ¿Sabía usted que Dios quiere que seamos prosperados y que tengamos salud? Él nunca nos haría daño, tiene una paciencia infinita y si esto fuera poco, perdona todos nuestros errores. Entonces, ¿por qué culparlo de la escasez y creer que él manda las enfermedades?

Cuando algo malo pasa, o las cosas no salen de lo mejor, es muy común escuchar la frase: "Bueno, estará de Dios." Desde ahora piénselo 2 veces antes de echarle la culpa, porque el creador del universo no quiere que le vaya mal en la vida.

Siempre que llegamos a fin de año todos nos deseamos felicidad y prosperidad. Pues bien, Dios nos lo desea todo el año y las 24 horas del día. Él es rico y siempre quiere y puede cubrir nuestras necesidades. Somos nosotros los complicados que no sabemos o no queremos creer esto. Dejar de caminar en reversa y dejar de confesar cada media hora las desgracias que tenemos, es un gran trabajo para comenzar ahora mismo.

¡Dios te bendiga!



"¡No puede ser peor! Las filas en clínicas y hospitales son cada vez más largas, y nos

preguntamos por que la enfermedad está aumentando en un mundo lleno de ciencia

El sufrimiento está enmascarado con el uso libre de analgésicos que, en su mayoría, son derivados de narcóticos.

Los efectos secundarios son más comunes que las causas primarias de la enfermedad.

Todo esto nos demuestra que algo ocurre. Pero no es que la ciencia sea mala o incapaz de tratar, el problema es que está en manos de intereses corporativos que la corrompen

Afortunadamente en Chile tenemos esta publicación que nos enseña cómo protegernos y prevenir así la enfermedad."

### Página 2 - Edición Nº 68

### el Guardián SALUD de la SALUD

### Mensaje del Director

Estamos en el siglo XXI y creemos que vivimos en un mundo seguro, pero esto no es verdad. Desde 1984 las sociedades secretas y la elite atraída por éstas han estado muy preocupadas por la sobre población de 'su' planeta.

En China supuestamente este problema se superó imponiendo leyes que permiten a los matrimonios tener sólo un hijo. Esto, en teoría, redujo la población a la mitad en sólo una generación.

No obstante, y al no quedar satisfechos con eso, en la década de los 80 varios expertos en el tema fueron enviados a diferentes universidades de todo el mundo con el propósito de convencer a los nuevos líderes del mañana de que se verían enfrentados a una calamidad de proporciones globales si la población mundial no era reducida drásticamente antes del año 2000 D.C.

Médicos, químicos, físicos y todo el que fuera elegido para asistir a estas conferencias escucharon que el método para lograr este objetivo no era importante. Incluso una pandemia como la ocurrida con la peste bubónica debía ser considerada como algo bueno, si ocurría o se hacía ocurrir.

Nos dijeron que para el año 2000 el mundo ya no podría funcionar correctamente. Ahora tenemos un mundo en el que el número de la población total está, en realidad, comenzando a descender.

Aquellos estudiantes brillantes de la generación de 1985 están ahora en cargos de poder y 'aportando con su granito de arena' para poner las cosas bajo control, según fueron instruidos por David Graeber, Suzuki y otros.

No debe sorprendernos que aquellos que quieren desesperadamente un Nuevo Orden Mundial lleguen a los extremos para conseguirlo. Cuando lea las páginas 16 y 17 sobre el plan que hay para vacunar a millones con un virus vivo, no lo descarte como una conspiración sin base.

Mejor comience a planificar su supervivencia en un mundo sucio.



Ronald Modra Roberts Nutricionista - Autor

### Mensajes al Director

Los comentarios y consultas de esta sección provienen de cartas, llamadas telefónicas, e-mails y conversaciones en persona. Deseamos compartir la información con nuestros lectores, pero respetando siempre la confidencialidad de quienes emiten el mensaje.

La película 2012 me resultó espantosamente real. No sólo por la temática, porque hay muchos de estos films que dicen que todos vamos a morir, sino porque está basada en un hecho verídico y la ciencia está ahí para decir que esto podría ocurrir nuevamente. Esta película ha provocado que muchos de mis amigos piensen que ya nada es permanente, entonces para qué tomarse la vida tan en serio.

Estimada Pamela:

Muchos aspectos de la película se tomaron prestados del Arca de Noé y de otros relatos bíblicos. No existe razón alguna, ni científica ni divina, para creer que los planetas se puedan alinear, o que se alinearán provocando una fuerza de atracción destructiva sobre la corteza terrestre, para crear en el planeta una catástrofe similar a la ocurrida hace alrededor de 4.340 años (ref.: Génesis, capítulo 6-8)

Es de interés de ciertos grupos de poder postular esta ocurrencia, y es en Hollywood donde invierten grandes cantidades de su dinero por el simple hecho de que los retornos generados por una película muy dramática y terrorífica, son muy buenos.

Ud. habrá notado que en los últimos 20 años han aparecido muchas películas de este tipo. ¿Quién gana si las masas pierden la determinación de vivir para su futuro?, ¿quién se favorece si mediante una actitud apática ante la vida y sus carreras, las personas pierden la iniciativa?

Puede apostar que los que conocen el plan, no se asustarán ni se volverán apáticos ante la posibilidad de tomar las oportunidades extras que se presentarán en su camino, por el simple hecho de que muchas personas decidirán marginarse, se negarán a convertirse en líderes y participantes en el mundo de hoy, a asumir responsabilidades, etc.

Arnold Schwarzenegger declaró que jamás permitiría que sus hijos vieran las películas ¡que él mismo protagoniza! Sabe que el poder de estas películas atiborradas de emociones, pueden destruir la mente de los jóvenes, y no prepararlos apropiadamente para enfrentar el futuro.

R.M.R.

Su trabajo con la curación natural y la prevención de la enfermedad, se está haciendo famoso en todo Chile, pero aún no es aceptado entre los médicos. ¿Cree Ud. que llegará el día en que la curación natural sea aceptada dentro del campo de la medicina tradicional?

Los médicos la están aceptando, especialmente los facultativos jóvenes de la actual generación. Los líderes de la vieja guardia no lo harán, ya que interfiere enormemente con sus ideas arraigadas de que "sólo los fármacos son capaces de curar". Sin embargo, sus movimientos para controlar todas las sustancias que pueden proteger nuestra salud, incluyendo las hierbas, los suplementos, y otros, se deben al hecho que hoy en día observan el perjuicio que estas sustancias curativas naturales pueden provocar a su enorme y bien establecida industria de las enfermedades.

Combatirán hasta el final, y su deseo es terminar con la competencia por sus clientes, ya que ven en las curas naturales competidores no deseados. Por esta razón, aceptarán a los terapeutas no-médicos sólo como sirvientes de la industria médica, hasta que la nueva generación traiga consigo una actitud renovada frente a la curación. Será un proceso lento, pero inexorable.

R.M.R

Les tengo que agradecer infinitamente por la información que nos han brindado mes a mes a través de este periódico, desde el Nº1 hasta la fecha el Nº67. También la excelente disposición que tienen para responder las consultas por teléfono o por correo electrónico.

Teniendo hoy en día la comprensión y el entendimiento total de que los medicamentos o "remedios" hay que evitarlos, pude evitar éstos en forma voluntaria en 3 eventos durante el año pasado y el presente.

Primer caso: Me diagnosticaron Dishidrosis, por un cuadro de estrés que me tocó vivir. Primera vez que me ocurría algo así en mi vida (y última). El dermatólogo me recetó una crema con corticoides (leí en Edición N°26 pág.11 sobre ellos), le solicité que me diera un sustituto sin ese componente, a lo cual accedió, advirtiéndome que se demoraría más tiempo el tratamiento, a eso no le di importancia. Por lo tanto, cambiando mi mente, serenándome, calmando mis pensamientos y la crema inocua, me recuperé en 20 días aproximadamente, hoy mi piel está totalmente sana.

Segundo caso: Un día pisé mal y me esguincé un pié, mucho dolor e hinchazón mediana, me apliqué hielo como primera medida, al otro día seguía el dolor y el pie más hinchado, además totalmente morado desde el tobillo hasta la punta de los dedos. Asustada acudí a una clínica donde se confirmó el esguince, los facultativos iban a aplicarme una inyección antiinflamatoria, al escuchar me opuse,

ellos de inmediato me pidieron que firmara el rechazo a la inyección, accedí y firmé (¿Si fuese a la inversa ellos firmarian?) me pusieron vendas y me enseñaron cómo hacerlo, luego me fui a casa evitando pisar por el tremendo dolor que sentía. Seguí con vendas y con la aplicación de hielo por 10 días, apoyando el pie con mucho cuidado, pero se fue mejorando y, de a poco, con confianza empecé a caminar y pisar normalmente.

Tercer caso: Este invierno amanecí con un ojo enrojecido. Nunca me había ocurrido, pero sabiendo que el hielo es lo mejor, me aplicaba las veces que podía. Necesitaba saber por qué me ocurría esto así que acudí al oftalmólogo, quien me diagnosticó principio de resfrío y me recetó unas gotas. Coticé en la farmacia, el valor algo más de \$20.000. No las compré y seguí con el tratamiento del hielo, al segundo día el ojo amaneció totalmente normal.

Debo agradecer que siempre estuve reforzada con buenas dosis de ácido ascórbico (Vitamina C pura en polvo).

En todos los casos, siempre sabiendo el diagnóstico del especialista, pude voluntariamente elegir mi tratamiento.

Ojalá pronto tengamos una edición-resumen desde el  $N^{\circ}I$  hasta hoy, para aquellas personas que no han logrado tener en sus manos desde la primera edición.

Atentamente, Irma Oliva

Estimada Irma:

Muchos de nosotros hemos pasado de ser ciegos seguidores a personas que pueden pensar por si mismas. Esto le ahorrará mucho en el futuro como ya lo ha hecho en el pasado, y le permitirá a usted disfrutar del resto de su vida libre de riesgos innecesarios para su salud.

R.M.R.

Por falta de expositores, los organizadores de EXPO VIDA SANA Y NATURAL

decidieron no llevar a cabo este evento programado para noviembre.

Lamentamos haber recibido esta información después del cierre de la edición anterior de El Guardián de la Salud, ya que esto no nos permitió informar el asunto con la debida anticipación.

### Ventas ediciones anteriores fono: 633 06 95 - info@guardiansalud.cl

Tiraje: 55.000 ejemplares certificados Diciembre 2009 Guía de soluciones naturales para una salud plena y vigorosa

Director: Ronald Modra R.

Asistente del Director: Carolina Pérez A. Escritores especiales: Vera Lea, Ruth Amber, Claudio Gomez O., Willem Lankhorst, Mike Adams, Sepp Hasslberger, Dr. Ricardo Heinis, Pablo Paulsen, Dr. Oscar Villarroel, Dr. David Fuentes, Néstor Obregón, Daisy Flores.

**Diseño:** Claudio Yañez M., Aaron Fuentes R. **Representante legal**: Ronald Modra R.

Impreso en Gráfica Puerto Madero

Distribución kioscos: Vía Directa

Editora: Natalia Gallardo

Publicado por El Guardián S.A. A.v. Lib. B. O'Higgins 494 - Santiago - Fono: 633 06 95 www.guardiansalud.cl - Email: info@guardiansalud.cl La intención del periódico y sus escritores no es diagnosticar ni prescribir, sino ofrecer información sana que ayude al lector a cooperar con su médico en la común búsqueda de la salud. En el caso de que alguien use esta información sin aprobación de su médico, estará auto prescribiéndose; por el ejercicio de este derecho, El Guardián de la Salud no asume responsabilidad alguna.

El diario deniega, hasta el máximo permitido por la ley, toda responsabilidad o perjuicio hacia cualquier persona u otra entidad que surja de, o se conecte con, cualquier información contenida en un artículo, material publicitario u otras declaraciones que aparezcan en El Guardián de la Salud

Las posiciones y opiniones expresadas en esta publicación son de exclusiva responsabilidad de quienes las emiten y no representan necesariamente el pensamiento del Director, pero se dan a conocer para reafirmar el derecho que tienen las personas a tener sus propias opiniones y creencias. Más aún, cuando el éxito de la medicina alopática ha sido tan poco que impulsa este derecho en quienes opinan que se justifica reanudar la investigación.

Todo el contenido de El Guardián de la Salud está protegido por la ley de propiedad intelectual y no se puede utilizar o reimprimir sin permiso escrito del Director.





### PABLO LIZAMA

:Sí! Tal como lo acaba de leer. El exponer su piel al sol 5 a 30 minutos unas 3 veces a la semana, mejora enormemente su sistema inmunológico central y fortifica de forma impresionante sus huesos, disminuyendo la probabilidad de lesiones, diferentes enfermedades como: cáncer de próstata, de mama, ovárico, al colon, depresión y esquizofrenia. La razón, es que los rayos ultravioletas al tocar la piel, proveen y activan la síntesis de una de las vitaminas más importantes para su sistema inmunológico; La vitamina D, que además está presente en algunos alimentos orgánicos, agregada en otros mediante procesos de producción (como algunos lácteos) y también está disponible como suplemento alimenticio.

La vitamina D es liposoluble, esencial para lograr la absorción de calcio en el hígado y mantener concentraciones adecuadas de calcio y fosfato en la sangre. Esto, para permitir la mineralización normal de los huesos y prevenir diferentes enfermedades. También es necesaria para el crecimiento y posicionamiento de los huesos. Sin la cantidad adecuada de vitamina D, o sin su correcta síntesis (que puede suceder cuando existen problemas en el hígado) los huesos se pueden poner delgados, quebradizos o deformes, puede agravar la diabetes tipo 2 e impedir la producción de insulina en el páncreas. Una cantidad adecuada de esta vitamina previene raquitismo en niños, osteomalacia en adultos y protege a los adultos mayores de la osteoporosis. Algunos otros síntomas de la deficiencia de esta vitamina incluyen dolor muscular, dificultad para dormir, bajas de energía, fatiga, disminución de la inmunidad, síntomas de depresión y cambios de

La exposición a la luz solar es la forma más efectiva y confiable para generar vitamina D en el cuerpo. Al recibirla de esta fuente natural, el cuerpo absorbe solamente la cantidad de vitamina D que necesita. Al recibirla de la dieta, una persona tendría que tomar 10 vasos de leche fortificada con vitamina D todos los días para obtener un nivel mínimo, o bien, obtenerla de suplementos alimenticios.

Las cantidades recomendadas de vitamina D por individuo tienen diferentes variables: edad, sexo, raza, entre otras. Por ejemplo, la gente de piel morena podría necesitar entre 20 y 30 minutos más en exposición al sol que una persona de raza blanca para obtener la misma cantidad de vitamina D. Esta es una de las razones por las que el cáncer de próstata se ha vuelto una epidemia entre la gente de raza negra, es una simple, pero importante deficiencia de luz solar. "Aunque el sistema médico normalmente lo ve como una deficiencia de ciertos fármacos o procedimientos quirúrgicos." Lo recomendado en forma general por parte de los investigadores de esta vitamina, es exponer el rostro, brazos, piernas y espalda al sol sin Lo que no sabíamos sobre la Vitamina D

¡La vitamina curativa más poderosa que existe, es producida por su cuerpo al tomar sol!

bloqueador solar durante 5 a 30 minutos (dependiendo de los factores variables) entre las 10 am y 3 pm unas 2 ó 3 veces a la semana. Esto usualmente mantiene una síntesis de vitamina D adecuada y suficiente en el cuerpo.

En el caso de que un individuo viva en un clima con poco sol o tenga un estilo de vida que no permita la exposición al sol, necesita acceder a alimentos y suplementos alimenticios que provean vitamina D en los valores que sean necesarios según las características analizadas anteriormente. Estos valores de consumo referencial de vitamina D y otros nutrientes, los desarrolla la "Junta de Alimentos y Nutrición" (FNB por sus siglas en Inglés), en

Estados Unidos. Según esta organización, el consumo adecuado desde el nacimiento hasta los 50 años es de 5 mcg (200 Unidades Internacionales-UI) al día, tanto en niños, como en hombres, mujeres, embarazadas y durante la lactancia. Desde los 51 a los 70 años, se recomienda una cantidad de 10 mcg (400 UI) diarios. Después de los 71 años, la cantidad adecuada recomendada es de 15 mcg (600 UI). Estos valores han sido cuestionados por el hecho de que cantidades de hasta 10.000 UI han sido bien asimiladas por el cuerpo en estudios desarrollados por científicos norteamericanos. Por lo mismo, varios de ellos concuerdan mucho más con los "Niveles Tolerables de Insumo" de vitamina D que publica la misma organización norteamericana: 25 mcg (1.000 UI) en lactantes hasta 12 meses de vida, desde el año de vida en adelante la cantidad es de 50 mcg (2000 UI) de vitamina D diaria.

En cuanto a las fuentes de esta vitamina, cabe destacar que es prácticamente imposible obtener cantidades adecuadas por medio de una dieta moderna. De hecho, muy pocos alimentos procesados la contienen. En forma de vitamina D3 (colecalciferol), encontramos la carne o el pescado (como el salmón, atún y la caballa) y aceites de bacalao. También, pequeñas cantidades de esta vitamina se pueden encontrar en el hígado de vacuno, el queso y la yema de huevo. Algunos hongos y vegetales verdes (los ricos en clorofila) contienen vitamina D2 (ergocalciferol) en diferentes cantidades dependiendo de su exposición a la luz solar. La vitamina D3 se produce en nuestro organismo, y al obtenerla de los alimentos y suplementos su asimilación es

Los daños que provoca la deficiencia de esta vitamina no se pueden revertir de la noche a la mañana. De hecho, toma meses de suplementación de vitamina D y exposición al sol para reconstruir los huesos del cuerpo y el sistema nervioso.

Un grupo de investigadores del Centro Médico de la Universidad de Rochester, estudió a 166 mujeres que se encontraban sometidas a tratamiento para el cáncer de mamas. Los científicos encontraron que alrededor del 70% de estas mujeres tenían algo más en común que sólo el cáncer: poseían niveles muy bajos de vitamina D en la sangre. Es más, aquellas mujeres cuya enfermedad había llegado a la última fase (es decir, terminal), tenían los niveles más bajos de vitamina D de todas las estudiadas. Desafortunadamente, esta información no se promulgó ampliamente. (4)

Sin embargo, algunos médicos se están dando cuenta del valor de la vitamina D en la prevención y tratamiento de enfermedades malignas. En un artículo recientemente publicado en la revista médica Journal of Environmental Pathology, Toxicology and Oncology, un equipo de médicos del Hospital Emanual Legacy de la ciudad de Portland, Oregon, Estados Unidos, declaró: "Debido a que la mayoría de los médicos no aprecia el rol que cumple la deficiencia de vitamina

D en la predisposición al desarrollo de cáncer, hemos escrito este importante informe como una alerta para ellos y para otros trabajadores de la salud, documentando la relación entre la deficiencia de vitamina D y el cáncer. Los datos epidemiológicos demuestran una relación inversa entre los niveles de Vitamina D v la incidencia de cáncer de mama". Además, los facultativos de este centro hospitalario, señalaron que se ha detectado una baja ingesta de vitamina D en la carcinogénesis colorrectal y se ha documentado una deficiencia de vitamina D en personas con cáncer de próstata, cáncer de ovario y mieloma múltiple.

Algunos factores que reducen la síntesis de la vitamina D son: la temporada del año, latitud geográfica (mientras más lejos de la línea del ecuador, menor la síntesis), hora del día, nubosidad, contenido de melanina de la piel, los vidrios de autos o ventanas de casa (ya que la vitamina D no puede atravesar vidrios, el contacto con el sol debe ser directo).

En caso contrario, la exposición extrema al sol y la ingesta desequilibrada de suplementos y alimentos altos en esta vitamina, pueden causar toxicidad, lo que comienza a manifestarse con síntomas como nauseas, vómitos, falta de apetito, estreñimiento, debilidad y pérdida de peso. En su forma más grave, puede elevar los niveles de calcio en la sangre, causando cambios en el estado mental como confusión y anormalidades en el ritmo cardiaco.

### Algunos hechos

- Un número de drogas interfiere en la absorción de vitamina D o en su actividad, incluyendo la Fenitoína (Dilantin) v Fenobarbital (para ataques). corticosteroides, Cimetidina (para las úlceras) y Heparina (un anticoagulante). Estas deficiencias se ven mucho más en los adultos mayores, que tienen en común la peor dieta, toman mayor cantidad de medicamentos y se exponen menos al sol. Además el proceso de absorción de vitamina D, se va deteriorando a medida que pasan los
- La habilidad de la piel de recibir luz solar en forma adecuada evitando las quemaduras, aumenta en forma importante con el consumo de antioxidantes. Entre los más poderosos en el mundo natural se encuentran: vitaminas C y E, y alimentos como las granadas, los arándanos y los berris o bayas en general.
- Los bloqueadores solares, incluso los más suaves, bloquean la habilidad del cuerpo de generar vitamina D en un 95%.
- En personas obesas o con sobrepeso, la utilización de vitamina D en el cuerpo disminuye, lo que implica que las personas obesas necesiten el doble de vitamina D.
- La vitamina D se usa alrededor del mundo para tratar casos de soriasis. (2)
- El Trastorno Afectivo Estacional (depresión invernal), es causado por un desequilibrio de melanina, que ocurre por falta de luz solar en el cuerpo.(2)

Disponible en 30 y 60 cápsulas

Fono consultas: (02) 632 1887

- Los niños que reciben suplementos de vitamina D de 2000 UI, corren un riesgo 80% menor de contraer diabetes tipo 1 durante sus próximos 20 años de vida.(2)
- La contaminación del aire, interfiere en la síntesis de vitamina D, ya que las partículas de la contaminación, reducen la cantidad de luz solar que la piel pueda recibir.(2)
- Investigaciones en importantes instituciones han demostrado que la vitamina D puede reducir los niveles de cáncer en un 77%. Al cubrir las personas su piel buscando evitar el cáncer a la piel, reducen sus niveles de vitamina D.
- ¿Sabía usted que a la vitamina D se le está llamando "el antibiótico de la naturaleza"? Cuando un individuo tiene suficiente vitamina D circulando en su sangre, se activa un componente antibacterial de su sistema inmunológico que inmediatamente se encarga de proteger al cuerpo de la entrada de microorganismos malignos (incluyendo el de la gripe AH1N1). Por lo tanto, jevite los medicamentos y use la luz solar y vitamina D para mantener un sistema inmunológico fuerte! (dato de Mike Adams de NaturalNews.com)

#### **Testimonios**

Nos cuenta Andrew W. Saul, PhD, uno de los autores del libro "Medicina Ortomolecular para Todos": "Mi madre tiene 71 años v es epiléptica. Le medicaron fenitoína (Dilantin), que tomó por 50 años aproximadamente. A medida que pasaba el tiempo, comenzó a fracturarse fácilmente. Estos problemas continuaron, incluso después de que comenzó a tomar suplementos de calcio acompañados con suplementos de vitamina D en la cantidad recomendada por el "Consumo Referencial de Dieta" (DRI por sus siglas en Inglés) de 600 UI. Al subir la suplementación a 2000 UI al día, nunca más se quebró un hueso. a pesar de que se caía de vez en cuando causando daños menores. Los epilépticos podrían necesitar hasta una cantidad de 4000 UI de vitamina D al

Otro testimonio del Dr. Abram Hoffer, uno de los grandes pioneros de la nutrición ortomolecular: Un estudio clínico, ha probado que la vitamina D, junto con calcio y magnesio, redujeron la cifra de recaídas en humanos con Esclerosis Múltiple (enfermedad, neurodegenerativa y crónica del). Frederick R. Klenner, M.D., reportó su éxito obtenido usando terapias de vitaminas y minerales para casos de esclerosis múltiple por más de 30 años. Personalmente observé qué tan efectivo podía ser el protocolo del doctor Klenner cuando un paciente de esta enfermedad, que estaba previamente en una silla de ruedas, se puso de pie con un bastón para caminar después de dos semanas de comenzar una terapia nutricional con dosis elevadas. Recientemente, fui testigo de la recuperación completa de un hombre con esclerosis múltiple después de un año de tratamiento nutricional ortomolecular, que incluía 12.000 UI al día de vitamina D3. Las lesiones en su cerebro se sanaron completamente y se mantiene en buen estado." (3)





# "Su cuerpo reclama agua llorando a gritos" No trate la sed con medicamentos F. Batmanghelidj, M.D. No está enfermo... ¡tiene sed!

**VERALEA** 

"La deshidratación crónica y en constante aumento – una falta de agua en el cuerpo - es la causa basal de casi todas las principales enfermedades actuales del cuerpo humano," afirma el Dr. Ferydoon Batmanghelidj, M.D., quien realizó sus estudios en la Escuela de Medicina del Hospital de St. Mary de la Universidad de Londres. De acuerdo a su extensa investigación clínica y científica sobre el metabolismo del agua, el cuerpo tiene muchos y variados síntomas de sed, no sólo 'boca seca': dolores por dispepsia, reumatismo, angina de pecho (dolor en el corazón al caminar o incluso en reposo), hipertensión, asma, alergia, colesterol elevado, síndrome de fatiga crónica, depresión, exceso de peso y diabetes en una edad avanzada. Pueden ser todos traducidos a menudo como señales de crisis por deficiencia de agua en el cuerpo. También dolores de cabeza tipo migrañas, dolor en el cuello, en la parte baja de la espalda, en las piernas al caminar y dolores de cabeza por resaca. Y el único remedio para condiciones que surgen cuando el cuerpo comienza a deshidratarse es el agua y nada más. El agua es la forma más económica de medicina para un cuerpo deshidratado, pero nosotros complicamos el problema tomando bebidas gaseosas y otros

#### Algunas revisiones del libro de distintas partes del mundo

"Batmanghelidj da ejemplos de pacientes que han seguido su consejo usando simplemente agua con resultados positivos en la reducción de la presión arterial, alivio de alergias y pérdida de peso. Incluso él llega al punto de vincular a la depresión con una deficiencia de agua." The Irish Times

El autor, en un nuevo y sumamente controversial libro llamado 'Su Cuerpo Reclama Agua Llorando a Gritos', expresa: "Hemos olvidado cómo responder a nuestras numerosas señales de sed. Pero si, en vez de tomar analgésicos y medicamentos, bebiéramos grandes cantidades de agua, probablemente encontraríamos que no sólo el dolor, sino también la condición se

No se

• Tener acción antioxidante.

• Mejorar la calidad del sueño

intestinal.

Jugo de Clorofila

de su agradable sabor.

Jugo rico en

Disponible todos los

días en Centro Natural

en la Estación Central

Fono: 689 43 83

irían por siempre." Indepedent, Londres, Inglaterra

"Él ha tratado con éxito alergias, angina, asma, artritis, dolores de cabeza, hipertensión, úlceras y otras condiciones, con la más simple de las soluciones - agua." Revista Nexos, Australia, enero

#### **Doctor Descubre Remedio para** la Úlcera

"Comenzó con un paciente que sufría de un insoportable dolor de úlcera una noche. El doctor lo trató con 500 ml (2 vasos) de agua. Su dolor se hizo menos severo y luego desapareció por completo. Este médico estaba tan impresionado que le prescribió dos vasos de agua

seis veces al día y logró una cura 'clínica' del ataque de úlcera." The New York Times "Science

"Dolores de estómago, migrañas, alergias, asma e incluso artritis, pueden ser todos síntomas de deshidratación que pueden ser fácilmente curados con unos cuantos vasos más de agua potable. Pero beber agua solamente cuando tienes sed no será suficiente, de acuerdo a F. Batmanghelidj, cuyo controversial libro, 'Su Cuerpo Reclama Agua Llorando a Gritos', vendió decenas de miles de copias en los Estados Unidos el año pasado.' Daily Mail, Londres, Inglaterra

Entonces, ¿cuánta agua es suficiente? Su cuerpo necesita un *mínimo absoluto* de seis a ocho vasos de 250 ml de agua al día, dice el doctor. Y – ¡ojo! Alcohol, café, té y otras bebidas con cafeina no cuentan como agua, porque son diuréticos, haciendo que se elimine agua del cuerpo en vez de aumentar su cantidad.

Los mejores momentos para beber agua (clínicamente observado en la enfermedad de úlcera péptica) son: un vaso media hora antes de comer – desayuno, almuerzo y cena, y una cantidad

similar dos horas y media después de cada comida. Además, deberían tomarse dos vasos adicionales de agua antes y después de la comida más pesada o antes de ir a dormir.

¿Qué ocurre con el cloro del agua? Si llenamos un jarro con agua sin tapa y lo dejamos en el refrigerador o en el mesón de la cocina, el cloro que está disuelto en el agua se evaporará y el olor a éste también se irá, comenta el doctor.

Color de la orina. El color normal de la orina no debería ser oscuro. Idealmente no debería tener color o ser de un amarillo claro. Si comienza a ponerse amarillo oscuro o incluso naranjo, eso significa que usted se está deshidratando. Quiere decir que los riñones están trabajando muy duro para librarse de las toxinas del cuerpo en una orina muy concentrada.

#### ¿Le resulta difícil creer que el agua sea tan importante?

El libro explica que el cuerpo humano está compuesto de un 25% de materia sólida (lo sólido) y 75% de agua (lo solvente). Se dice que el tejido del cerebro consiste de un 85% de agua. Y hasta ahora, la ciencia ha considerado nuestro cuerpo

como un gran 'tubo de ensayo' lleno de sólidos de diferentes naturaleza, y al agua en el cuerpo como 'relleno de empaque' químicamente insignificante.

Sin embargo, la nueva verdad científica y el nivel de pensamiento sobre el cuerpo humano que alentará a las personas a convertirse en practicantes de la medicina preventiva por sí mismas es este: Es el contenido de agua – lo solvente – lo que regula todas las funciones del cuerpo, incluyendo la actividad de todos los sólidos que están disueltos en ella. ¡Cada función del cuerpo es monitoreada y está sujeta al eficiente flujo del agua!

Debido a que la sensación de sed comienza a deteriorarse, nuestro cuerpo se deshidrata de manera crónica y en aumento, desde una adultez temprana. La 'boca seca' es el último signo de deshidratación. El cuerpo puede sufrir de deshidratación incluso cuando la boca está bastante húmeda. Aun peor, en los adultos mayores, se puede observar la boca evidentemente seca y aun así, pueden no reconocer la sed y, por ende, no satisfacerla. El Dr. Batmanghelidj indica que el dolor crónico del cuerpo que no puede ser explicado fácilmente como lesión o infección, debería primero y sobretodo ser interpretado como una señal de deficiencia crónica de agua, antes de acudir automáticamente a los medicamentos.

Su investigación sugiere que:

• El malestar matutino que sienten las mujeres embarazadas es una señal de sed tanto del feto como de la madre

• La causa primaria de la enfermedad de Alzheimer es una deshidratación crónica del cuerpo. Tras una deshidratación prolongada, las células del cerebro comienzan a encogerse. Imagine una uva que se convierte gradualmente en una pasa. Desafortunadamente, en un estado deshidratado, muchas funciones de las células del cerebro comienzan a perderse, tales como el sistema de transporte que entrega neurotransmisores a las células nerviosas. Uno

de los amigos del doctor tomó está información muy a pecho, y comenzó a tratar a su hermano con Mal de Alzheimer, alentándolo a beber más agua a diario. Su hermano comenzó a recuperar la memoria al punto de que ahora puede seguir una conversación y no repetir temas frecuentemente. La mejoría se hizo notoria en cuestión de semanas.

- Los niños con problemas de aprendizaje deberían beber sólo agua – definitivamente ninguna bebida que contenga cafeína como té, café o bebidas colas, que son estimulantes del sistema nervioso y al mismo tiempo, son agentes deshidratantes debido a su fuerte acción diurética sobre los riñones. Dato generalmente desconocido por los padres.
- Colitis, dolor que se siente en la parte baja del abdomen, debería ser visto inicialmente como otra señal de sed del cuerpo humano. Es a menudo asociado con constipación, la cual, a su vez, es causada por una deshidratación persistente.
- Condiciones diagnosticadas como esclerosis múltiple o distrofia muscular por otros médicos, han sido completamente revertidas en los pacientes del Dr. Batmanghelidj aumentando la ingesta diaria de agua.

De los numerosos testimonios publicados en su libro, me gustó éste de EE. UU.:

"Dentro de los últimos 9 meses a un año, he logrado mantener con éxito 16 kilos de exceso de equipaje fuera de mi cuerpo. Puedo usar ropa que nunca pensé que tocaría mi cuerpo de nuevo. Incluso mi prometido ha tenido que admitir que me veo mucho mejor ahora que cuando me conoció por primera vez, hace cinco años. Mi éxito ha sido atribuido al hecho de beber fielmente la mitad de mi peso corporal en libras, de agua cada día en onzas. (En Chile, eso significa un vaso de 250 ml. de agua al día por cada 7.5 kg de peso corporal. Es decir, si usted pesa 75 kg, debe beber 10 vasos de agua). Vaya donde vaya, el agua viene conmigo. Al trabajo, de compras, incluso en mis viajes de 7 horas en auto. Está claro que tengo que hacer varias paradas en el camino, pero vale la pena.

### La última palabra

"El principio del agua tiene una lógica convincente, pero pone a mucha de la actual práctica médica de cabeza. ¿Funciona? Sólo tiene que abrir la llave para descubrirlo." The European, Londres, diciembre 1995.

### EL METODO SILVA® auto-control y desarrollo mental

Aprenda a relajarse y manejar sus tensiones.

Supere hábitos nocivos.

Sea más exitoso en sus estudios, negocios y deportes.

### **CURSOS EN TODO CHILE**

(02) 208-0047, (09) 085-7501 metodosilva@emilianoorellana.cl

www.emilianoorellana.cl

¡Son todos bienvenidos!

### Este en un momento especial para todos quienes aman al Señor Jesucristo y a toda la Creación de Dios Padre, para reunirnos durante una

hora a orar v hablar sobre las grandes cosas de la vida, ahora y en la eternidad.

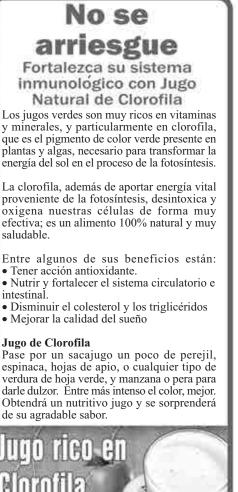
Participación ecuánime y una oportunidad única para expresar sus esperanzas y regocijos al tiempo que comenzamos a entender los designios de Dios para todos nosotros, sin promover ninguna denominación en particular.

### Todos los domingos a las 6 p.m.

### Centro de Capacitación

Diagonal Paraguay 494, esquina Alameda, frente al Cerro Santa Lucía Consultas Fono: 02-632 1887 Organizadores: Jaime Pacheco, Ronald Modra, Vera Modra y Ruth Modra







### ¿Sufre Ud. de problemas intestinales crónicos?

Si es así, considere el síndrome de mala absorción a la luz de la medicina natural

JAIME PACHECO CABEZAS IRIDÓLOGO NATURÓPATA HOLÍSTICO

Los trastornos digestivos son los problemas que más frecuentemente aquejan a la salud humana. Si tenemos una mala digestión de los alimentos tendremos, inevitablemente, una mala absorción, porque cuando los alimentos no se descomponen correctamente, las vitaminas, los minerales y los demás nutrientes no son absorbidos a través del recubrimiento intestinal o vellosidades intestinales. Por lo tanto, las personas que padecen de mala absorción desarrollan diversas deficiencias nutricionales.

SÍNTOMAS DE DEFICIENCIAS NUTRICIONALES POR EL SÍNDROME DE MALA ABSORCIÓN: estreñimiento, diarrea, gases, fatiga, sequedad de la piel, calambres musculares, debilidad muscular, depresión, falta de concentración, síndrome premenstrual doloroso, deposición grasosa, descolorida y voluminosa, adelgazamiento del cabello, pérdida inexplicable de peso, trastornos visuales y malestar abdominal. En el síndrome de mala absorción es muy frecuente la combinación de la tríada: diarrea, pérdida de peso y anemia.

Ante este fenómeno, el organismo empieza a pedir más y más comida en un esfuerzo por obtener los nutrientes que necesita, pero el ser humano busca equivocadamente alimentos con muchas calorías y sin valor nutritivo.

FACTORES QUE INFLUYEN EN LA MALA DIGESTIÓN: Nivel insuficiente de enzimas digestivas, alergias alimentarias, dietas deficientes en nutrientes promotores de enzimas digestivas, problemas en el páncreas, hígado y en la vesícula biliar. Estos órganos intervienen en la absorción de los nutrientes junto con el tracto intestinal, por lo tanto cualquier disfunción en ellos provocará alteraciones y problemas digestivos.

FERMENTACIONES Y GASES. La imposibilidad de digerir adecuadamente los alimentos ocasiona problemas gastrointestinales. La comida sin digerir se fermenta en los intestinos produciendo gases, sensación de plenitud o saciedad, además de dolor abdominal y malestar.

DETERIORO DE LA PARED INTESTINAL. Este daño originará los siguientes síntomas: colitis, diverticulitis, enfermedad de Crohn, síndrome de intestino irritable, proliferación de parásitos e intolerancia a la lactosa.

FACTORES QUE CONTRIBUYEN AL DETERIORO DE LA PARED INTESTINAL:

laxantes. El estreñimiento y la diarrea crónica asimismo deterioran la pared intestinal.

FACTORES QUE INTERVIENEN EN LA ABSORCIÓN DE LOS NUTRIENTES: El tránsito intestinal demasiado rápido elimina los nutrientes del organismo como desecho, antes de que estos sean absorbidos. La radioterapia y la cirugía del tracto intestinal reducen el área de absorción de los nutrientes. Las dietas poco equilibradas y el consumo excesivo de alimentos procesados, promueven la formación de mucosidad y desequilibran la flora bacteriana intestinal, dando lugar a patógenos oportunistas.

Medicamentos como neomicina (antibiótico), colcicina (fármaco para la gota), colestiramina (para bajar el colesterol), etc., pueden provocar el síndrome de mala absorción.

La diarrea crónica del paciente con SIDA, la inapetencia y la proliferación del hongo cándida en el tracto digestivo agudizan el problema de la absorción. Las obstrucciones del sistema linfático también interfieren en la absorción de los nutrientes.

PROBLEMAS OCASIONADOS POR **DEFICIENCIAS NUTRICIONALES:** edema (hinchazón de los tejidos a causa de la retención de líquido) por la absorción defectuosa de la proteína. Debilidad muscular y problemas cardiovasculares (falta de potasio). Anemia (deficiencia de hierro y de ácido fólico). Pérdida de hueso (déficit de vitamina D y de calcio). Tetania (síndrome doloroso muscular y espasmos). Contusiones (falta de vitamina K). Ceguera nocturna (falta de vitamina A).

La mala absorción se perpetúa a sí misma formando un círculo vicioso: "la incapacidad de absorber las vitaminas B y de movilizar los aminoácidos a través del recubrimiento de los intestinos interfiere en la producción de enzimas digestivas importantes y aumenta los problemas de absorción.'

Los nutrientes actúan coordinadamente, pero cuando falta uno de ellos, el organismo no puede funcionar correctamente alterándose muchos procesos. La mala absorción altera el funcionamiento del sistema inmunológico, interviniendo muchas enfermedades tales como cáncer, osteoporosis, dolencias cardiacas, y toda clase de infecciones.

MALA ABSORCIÓN Y ENVEJECIMIENTO PREMATURO. La mala absorción nos hace envejecer más rápido. Con la edad, el tracto intestinal va perdiendo sus buenas condiciones, revistiéndose de materia fecal (excrementos) y de mucosidad endurecida, todo ello dificulta más la absorción de los nutrientes. Esta es la razón del porqué las personas de edad deben consumir mayores cantidades de nutrientes. Los depósitos de materia fecal irritan las terminaciones nerviosas del colon, provocando síntomas de enfermedades reflejas en otras partes del cuerpo, además de producir un colon espástico e inflamado. Estos depósitos tóxicos se pudren con el tiempo y liberan venenos que van al torrente sanguíneo, envenenando órganos y tejidos.

#### TRATAMIENTO

Descubrir la causa del problema es fundamental para tratarlo correctamente.

Así como la fuerza del árbol no reside en sus ramas, sino en su raíz, en el ser humano nuestra raíz son los órganos de la digestión. La raíz del ser humano se encuentra en las vellosidades intestinales, pues de allí extrae las sustancias alimenticias o nutrientes para proveérselas a todo el organismo.

Molestias de hígado, vesícula, intestinos, perturbaciones del páncreas, vientre hinchado, meteorismo, estreñimiento, constipación, heces pastosas, fermentaciones, hemorroides, y un largo etc., son signos que nos indican la existencia de disfunciones en el sistema – raíz.

La iridología es una muy buena herramienta de diagnóstico holístico (integral), pues el examen iridológico nos muestra con amplitud cuál es el problema. El iris humano es una ventana hacia el interior de nuestro organismo.

Manuel Lezaeta Acharán, en su libro de medicina natural, nos dice que el desequilibrio térmico corporal es una condición de todo enfermo en grado variable, y que "no hay enfermo sin fiebre". Eliminar la fiebre de las entrañas, "nuestro sistema – raíz", es condición indispensable para restablecer la salud. La fiebre, en el examen iridológico, se manifiesta por el cambio de color o esponjamiento del tejido iridial en la zona que circunda la pupila del ojo, que es la correspondiente al aparato digestivo. La fiebre interna causa congestión circulatoria e inflamación de los intestinos y órganos adyacentes, fermentaciones y putrefacciones crónicas, además de la alteración del valor de los alimentos. Estos fenómenos son la génesis de la disbiosis o toxemia intestinal, la cual está relacionada con la mayoría de la "enfermedades" conocidas.

### Metas quiroprácticas para un año sin dolor

1) Limitar el consumo de productos con cafeína que deshidratan el cuerpo y roban nutrientes esenciales. Tomar más agua y

2) Evitar la automedicación en uno mismo y en la familia. Considerar la quiropraxia como alternativa.

3) No usar una cartera pesada. Poner el bolso sobre la cabeza o cruzando el cuerpo para distribuir el peso.

4) No dejar que los niños usen una mochila que pese más del 10% de su peso y supervisar que lo usen sobre ambos hombros. 5) No levantar objetos pesados sobre la

cabeza causando posible lesión en el cuello y hombros

6) No girar el torso cuando levante un objeto pesado. Esto causa mucho estrés a la

7) Tratar de mantener el cuerpo en movimiento en el trabajo y hacer estiramientos periódicos para evitar estrés

postural y de columna. PROMOCIÓN VERANO 2010 PRECIOS DEL 2008 Esta Navidad regale salud y muestre su preocupación con un Gift Certificate (vale) por una sesión de Quiropraxia o Quiromasaje Liame por detalles.

### JUITOMED CONSULTA DE QUIROPRAXIA

Dr. Ricardo Heinis QUIROPRACTICO - Life University EE.UU.

Av. 11 de Septiembre 1945 Oficina 1207 Estación Metro P. de Valdivia Teléfono (2) 946 2300 quiromed@quiromed.cl www.quiromed.cl Conjuntamente con el tratamiento térmico, deberemos adoptar una dieta sana, incluir vitaminas, minerales, suplementos nutricionales y plantas medicinales. Indispensables son las recomendaciones dietéticas durante por lo menos 30 días para permitir que el colon se cure, eliminando de sus paredes la mucosidad y el material endurecido.

En algunos casos se deberá considerar una limpieza de colon y también desparasitar.

#### Bibliografía:

'La Depuración Intestinal del Dr. Mayr' por Dr. Erich Rauch. 'Recetas que Curan' por Dr. James F. Balch & Phyllis A. Balch. La Medicina Natural al Alcance de Todos' por Manuel Lezaeta Acharán

#### VISÍTENOS Y SOLICITE SU EXAMEN IRIDOLÓGICO

Nuestra CONSULTA está ubicada EN DIAGONAL PARAGUAY 491 (Frente al Cerro Santa Lucía, en la Punta de Diamante entre Alameda y Diagonal Paraguay) \*LUNES, MIÉRCOLES y VIERNES de 10:30 a

19:30 horas

\*MARTES de 10:30 a 18:00 horas

En Estación Central CAFETERÍA CENTRO NATURAL, lado oriente frente a las Boleterías \*SÓLO EL DÍA JUEVES de 10:30 a 17:30 horas

PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE TODO TIPO DE ENFERMEDADES.

Solicite su Orden de Atención llamando únicamente al Teléfono: 6321887

Atención a domicilio casos especiales sólo los días sábados. Llamar al 7-9688722

> RECUERDE QUE PREVENIR ES MEJOR QUE CURAR



La Concepción Nº81 of, 604

(Metro P. de Valdivia V norte)

Fono fax:2351297

cel 09 2221995 - 09 219 9800

Email: bio\_akthyn@hotmail.com



### **BIOMAGNETISMO** BIOMAGNETISMO, MÁS BIOENERGÉTICA. MÁS NOCIONES DE SINTERGÉTICA VIÑA DEL MAR Lugar: Hotel Marina del Rey Fecha: 20-21-22-23-24 de Enero 2010 SANTIAGO Lugar: Centro Lyon Fecha: 28-29-30-31 Enero y 1 de Febrero. INCLUYE: Almuerzos y Cofee-break MATERIALES DE ESTUDIO 2 Textos de Estudio: Descripción y lugares señalados con fotos a color de todos los puntos anatómicos usados en Biomagnetismo. CD completo con 520 diapositivas de todo el Curso y con amplia información teórica de toda la materia. 2 imanes forrados en cuero Cértificados de Asistencia para solicitar Certificado Sanitario de su consulta Este Curso Intensivo es motivado a partir del descubrimiento del Dr Isaac Goiz D. y de los Grandes Investigadores anteriores, quienes Juntos, nos han entregado la Esperanza que esta sana Herramienta se incorpore masivamente en la Salud de los Humanos, derribando fronteras, egoismos y soberbias de una Ciencia sin Conciencia. **FACILITADORES** ·Guillermo Salfate Valenzuela. discípulo del Dr. Goiz y Ricardo Valenzuela Sepúlveda, ambos Terapeutas discípulos del Cuerpo de Médicos Sintergéticos de Via Vida Chile con auspicio del Ministerio de la Salud MATRÍCULAS LIMITADAS HASTA 25 ALUMNOS GARANTIZANDO SEGURIDAD EN SU APRENDIZAJE EXTENDIENDO ASESORIA HASTA SEIS MESES DESPUÉS DEL CURSO". mail: bioapi@vtr.net Web: www.bioluz.cl

### CURSO AMPLIADO DE EL CIANTO es el mejor remedio para remover metales pesados de su cuerpo

PABLO LIZAMA

Los metales pesados son absolutamente tóxicos para la neurología humana. Estas sustancias se adhieren en nuestros tejidos y es muy difícil deshacerse de ellas. El mercurio, el plomo y el cadmio contribuyen agresivamente al deterioro de las funciones neurológicas, causando diferentes efectos perjudiciales para la salud. Afortunadamente, hay una forma natural y simple de desintoxicar su cuerpo y eliminar estas sustancias tóxicas de sus tejidos. Esta fórmula, ¡es el cilantro! La hierba de sabor increíble, usada frecuentemente en nuestras comidas. qué no habíamos leido esto antes?"

Estudios recientes, indican que el cilantro fresco puede ser extremadamente efectivo en la eliminación de metales pesados de la sangre ya que estimula la salida de mercurio del cuerpo y otros metales pesados desde el cerebro y el Sistema Nervioso Central a otros tejidos, donde pueden ser finalmente eliminados. El mecanismo de acción postulado del cilantro es actuar como un agente reductor, cambiando la carga del mercurio intracelular y otros metales a un estado neutral, permitiendo la eliminación de este por medio de la orina. Estos resultados, se pueden alcanzar en 2 semanas consumiendo una cantidad de esta hierba equivalente a 400 mg diarios. La mejor manera de consumirla es en forma separada durante el día, por lo que recomendamos el usar pequeñas cantidades en sus diferentes comidas. Ejercicios que producen transpiración, saunas, baños de vapor en forma complementaria, ayudan a acelerar el proceso de eliminación.

Otro descubrimiento, fue el trabajo sinérgico del cilantro con antibióticos. Este rápidamente redujo síntomas e infecciones en individuos. A partir de esto, crearon la hipótesis de que ciertos organismos infecciosos, de alguna manera, usaban el mercurio o el plomo para protegerse de los antibióticos, o que depósitos de metales pesados, de alguna manera, neutralizaban los efectos de los

INSTITUTO DE PSICOLOGÍA DE SANTIAGO

HIPNOSIS CLÍNICA

Tratamientos para enfermedades físicas,

emocionales y psicosomáticas.

La hipnosis ha sido avalada por la ciencia

actual porque RESULTA.

Es una terapia BREVE y SEGURA

**CURSO DE HIPNOSIS** 

Sábado 19 de Diciembre de 10 a 13 horas

CUPO LIMITADO A 10 PERSONAS.

En sólo tres horas aprenderá a

desarrollar estados hipnóticos

en usted y otras personas.

Usted quedará haciendo

hipnosis de inmediato.

Aprenderá las mejores técnicas probadas en

millones de personas en todo el mundo aptas

para aplicar de una manera sencilla y fácil.

Es un método SERIO y SEGURO.

SEMINARIO CONTROL DE

**PESO CON HIPNOSIS** 

Sesión grupal

Sábado 19 de Diciembre de 15 a 17 horas

CUPO LIMITADO A 10 PERSONAS.

\* Elevará su autoestima considerablemente.

MATRÍCULAS Y HORAS DE ATENCIÓN

4154191

www.institutopsicologia.cl

\* Usted controlará su peso con hipnosis

\* Su cuerpo y mente lograrán beneficios

Disfrutará de un método probado y

BENEFICIOS DE ESTE SEMINARIO

\* Optimizará su estado de ánimo.

rápidamente.

sorprendentes.

SEGURO.

\* Eliminará la ansiedad.

con solución DEFINITIVA

Se considera que los aceites esenciales del cilantro tienen propiedades antimicóticas y antibacterianas. Estudios en la "Fundación para enfermedades al corazón" (Nueva York, Omura et al. 1995; 1996), encontraron que los antibióticos usados para tratar infecciones no eran efectivos en presencia de metales pesados como el mercurio o plomo. Estos metales incluso coexistieron con bacterias como la Chlamydia trachomatis y Herpes Simplex, como también con citomegalovirus y otros microorganismos, incluyendo virus que provocan

### Un poco de Historia

Hace muchos años, en Europa el cilantro era usado como un preservante natural por cazadores. Ellos solían cubrir los animales cazados que no podían llevar a casa el mismo día con cilantro silvestre del bosque, lo que mantenía la carne fresca hasta que volvían por el animal 3 días después. Hoy en día, lo que se usa son preservantes y químicos.

Como el cilantro no se puede patentar o crear en forma sintética, no nos sorprende que sus propiedades no se publiciten. Al no ser económicamente benéfico para las industrias, simplemente se deja de lado y sus características benéficas se ocultan hasta que se adquiera un tipo de control sobre el producto, y lo puedan convertir en una sustancia sintética que les dé capital.

> Lo bueno, es que las hierbas naturales están regresando bastante rápido, ya que el público se da cuenta de sus impresionantes propiedades.



#### Receta Pesto de cilantro

- Una taza de cilantro llena

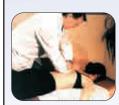
- 6 cucharadas soperas de aceite de oliva
- 1 diente de ajo
- 1/2 taza de almendras
- Frutos secos a elección
- 2 cucharadas soperas de jugo de limón recién

Poner la taza de cilantro junto con el aceite de oliva en una licuadora hasta que el cilantro esté triturado. Agregar el diente de ajo, la media taza de almendras, los frutos secos y las dos cucharadas de limón. Mezclar hasta que tome una consistencia grumosa. Agregar un poco de agua caliente si es necesario.

• The Miracle of Natural Hormones (El Milagro de las Hormonas Naturales) por David Brownstein

- The Live Food Factor (El Factor de Alimentos vivos)
- por Susan E. Schenck • Disease Prevention and Treatment (Tratamiento y prevensión de enfermedades) por los Miembros de la
- Editorial "Life Extensión" (Éxtensión de la vida) Natural Health Solutions (Soluciones Naturales para

### **Quiropraxia**Rehabilitación de columna vertebral



Tratamiento que consiste en restaurar la posición del esqueleto que está alterada, ya sea por desviaciones, malas posturas, aplastamiento de un

disco, etc., para que con ello el organismo inicie de inmediato el proceso de regeneración que le es propio. Alivia dolores de cabeza, espalda y/o extremidades, según

Kinesiólogo Orlando Orellana Castillo 11 de Sept. 2155, Of. 812 - Edif.. Panorámico Cel.: 09-8955270 - Fono: 231 6492 www.orellana.8k.com orlando255@hotmail.com

### AUM ELECTRONIC M. III. Electrofisions Profesional III 10 a 20 Electrodos 3 a 12 Ondas DESDE \$29.247 \* IVA **ADEMAS TENEMOS** - Ultrasonido - Laser - Isio Rei Iontoforesis - Altra Frecuencia- Manta Electrica Baño de Vapor Portatil - Cojin Vibrador son Calar Brossage - Regenerador Biocelular Diatermia Cosmética - Vaporizadores Equipos con Calor para Tratamiento de Lumkação Productos Nacionales e Importados GARANTIZADOS \*Cursos Capacitación Gratuitos\* Electromedicina y Estética Fonos: 3147786 09-6869741 Email: aumelectronic@gmail WWW.AUMELECTRONIC.CL

#### **TERAPIAS** COMPLEMENTARIAS Y ESTETICA Masajes - Estética Personalizada y Manual Reflexología y Reiki Facial "Reductivo \*Flacidez Metamórfico \*Celulitis Colónico Descontractura \*Yesoterapia Drenaje Linfático Manual \*Vendas AURICULOTERAPIA (CON ESFERAS) CONTROL DE: Peso - Ansiedad - Angustia - Adicciones Sistema nervioso - Hipertensión - Migraña Solicite hora con

Maria Cristina: 09-327 2682 Santiago

tos Leones Providencia - Santiago En Cochiguaz con: Karina 09-5232801 Valle del Elqui

Anorexia, Bulimia y Obesidad Nutriente vital para una recuperación total

El vínculo con el zinc

**VERALEA** 

Se han asociado deficiencias de zinc con tres tipos de desórdenes alimenticios: obesidad mórbida, anorexia nerviosa y bulimia. Las pruebas han demostrado que entre más sobrepeso tenga una persona obesa, menos zinc tiene en su sistema. Igualmente, las personas anoréxicas y bulímicas casi siempre presentan una deficiencia de zinc. Las personas propensas a los desórdenes alimenticios a menudo son atormentadas por la ansiedad y presentan una disminución de zinc durante periodos de estrés sicológico. Una vez que este nutriente se pierde, es dificil reemplazarlo en cantidades suficientes, siendo uno de los minerales más importantes para una buena salud general, y esencial para un sistema inmunológico saludable.

El aspecto positivo es que la mayoría de las personas con desórdenes alimenticios responden a una solución simple, la adición de zinc líquido a la dieta, un hecho que ha sido confirmado en varios estudios a nivel mundial realizados desde la década de los 80. El prominente Dr. Alexander Schauss, de Tacoma, Washington, relata uno de sus casos:

"Estábamos haciendo estudios doble ciego, lo que significa que ni los pacientes ni yo sabíamos si estaban recibiendo un placebo o zinc líquido. Una de nuestras pacientes, 47 años, picoterapeuta y con un doctorado en psicología. Ella había estado tratando a pacientes con desórdenes alimenticios durante los últimos quince años, siendo ella misma bulímica, con cerca de cinco episodios de atracones y vómitos al día por los últimos 34 años."

"Le dimos a los pacientes una pequeña cantidad de zinc líquido para que lo agitaran en su boca

durante unos segundos y luego nos dijeran qué sabor tenía. La incapacidad para detectar cualquier sabor es evidencia de una deficiencia de zinc sistémica. Esta mujer no podía distinguir ningún sabor. Entonces recibió 120 ml de solución de zinc líquido durante el día, en dosis de 30 a 40 ml, con el estómago vacío. Pocos días después nos llamó para decirnos que ese día había sido el primero que podía recordar que no había sentido deseos de darse un atracón o de vomitar. Cuando uno ha estado involucrado en un comportamiento obsesivo/compulsivo durante 34 años, cabe preguntarse cómo es posible que este comportamiento pueda desaparecer en unos pocos días.

"Ya han pasado cinco años, y ella nunca ha vuelto a darse un atracón ni a vomitar. Más importante aún, ella no recibió ninguna otra terapia

paralela. Algo similar a la experiencia que han tenido cientos de personas bulímicas que hemos estudiado."

¿Por qué zinc *líquido*? Las personas con desórdenes alimenticios tienen por lo general problemas digestivos, por lo tanto, darles zinc en polvo, en tabletas o cápsulas que deben ser desintegradas en el estómago para luego ser

absorbidas en el intestino delgado es relativamente inútil. El zinc líquido pasará directo y entrará de inmediato al torrente sanguíneo y al hígado. Y cuando este último reconozca la presencia de zinc, se producirá una positiva cadena de eventos.

Puede tomar entre tres días y tres semanas notar los efectos del zinc líquido. Esto es porque el zinc depende de una proteína transportadora y

y 6339326

generalmente le toma varios días al zinc facilitar su producción. Una vez que la proteína transportadora es sintetizada, el zinc es transportado a donde necesita ir, comenzando a saturar el tejido cerebral, donde participa en más de 200 reacciones enzimáticas. Esta presencia comienza un positivo cambio en las percepciones para corregir los mecanismos subyacentes que contribuyen al desorden alimenticio, y también produce una mejoría en el estado anímico.

Se debe recordar que el zinc es un nutriente importante en la regulación del hambre, además fortalece el sistema inmunológico y mantiene la piel en una condición óptima. Algunas buenas fuentes alimenticias de este mineral son: germen de trigo, porotos, lentejas, almendras, garbanzos, atún y semillas de calabaza. Zinc, como solución oral, está disponible en farmacias bajo el nombre de Num-Zit del Laboratorio Silesia.

La degradación de los

huesos ya comienza a partir de los 30 años.





Desde 1991







## Manual Medicine®

### Salud sin fármacos ni cirugías



### ¡Mi dolor de Espalda es historia!

Gracias a don
Sergio "Checho"
Hirane por confiar su
salud en Manual
Medicine.



Felicitaciones a don
Franco Illanes, delantero
de la selección nacional
sub 20 de hockey, quién
viajó a competir con un
desgarro y aun así
obtuvieron la medalla de
bronce por tercer lugar
en el campeonato
mundial.

### Síndrome de Túnel Carpiano

EQUIPO DE MANUAL MEDICINE OSTEOPATÍA-KINESIOLOGÍA-TERAPIA MANUAL ORTOPÉDICA

La señora Maura Hewitt, en la **imagen** 1, sufría un dolor en su mano izquierda, en la palma de la mano y el dedo pulgar. Tareas tan simples como coger una taza se volvieron muy difíciles y dolorosas, luego el dolor aumentó y ella perdía fuerza. El médico le recomendó fármacos y más tarde cirugía.

Después de examinarla, llegamos a la conclusión de que tenía un problema en el nervio mediano.

Este nervio nace de la columna, en el cuello y termina en la mano. Imagen 4. Una de las tareas que tiene el nervio mediano, es llevar las órdenes del cerebro a los músculos que cierran la mano. Por lo tanto cualquier daño al nervio produce pérdida de fuerza y sensibilidad, además de dolor en la palma de la mano.

Algo interesante de aclarar es ¿Qué son los nervios? Los nervios conectan el sistema nervioso central (SNC), donde se encuentra el cerebro, con los órganos. El sistema más importante, complejo y misterioso del cuerpo humano es el SNC, ya que controla cada célula de nuestro cuerpo. Es fácil notar la verdad de estas palabras; nadie ha vivido luego de que le hayan cortado la cabeza, ya que esto corta la comunicación entre el SNC y el resto del cuerpo, como los pulmones por ejemplo. En la imagen 2 podemos ver como se origina todo el sistema nervioso en la cabeza y los nervios que recorren el cuerpo.

Muchas veces los médicos sólo ven los síntomas del paciente, y como la señora Maura tenía dolor en su mano le recomendaron medicamentos para detener el dolor de la mano. Claro que esto no funcionó y el problema siguió creciendo poco a poco.

Los medicamentos que calman los

síntomas nunca son la solución ya que

haciendo desaparecer las señales de alerta el problema no se irá. El dolor no es una enfermedad, es un aviso del cuerpo para alertarnos sobre los problemas que nos dañan. Cuando usted siente dolor eso quiere decir que su cuerpo le está avisando que está recibiendo daño, si usted realiza un movimiento que provoca dolor, entonces ese movimiento está dañando

¿Qué hacen los antiinflamatorios entonces? Los medicamentos como el diclofenaco, el ibuprofeno y otros analgésicos antiinflamatorios disminuyen el dolor y la inflamación, pero no corrigen el origen del problema, porque el dolor y la inflamación no aparecen por si solos, siempre hay algo que los causa.

Para aliviar el dolor y la inflamación uno debe encontrar esa causa y repararla, ya que cuando uno corrige la causa del problema el dolor desaparece por si solo, puesto que ya no es necesario tener una alerta que nos avise de algún daño. Es por esto que no es inteligente eliminar la inflamación y el dolor con un medicamento, ya que la persona al no sentir los síntomas de su problema, no tiene la capacidad de cuidarse. Cuando el paciente toma un analgésico el dolor se va y la persona hace sus actividades nuevamente, porque ya no duelen los movimientos

Pero lo que el paciente no sabe es que su problema sigue ahí y el hecho de aumentar su actividad física dañará su cuerpo aunque no lo sienta, ya que el medicamento está anulando el dolor artificialmente. Es así como los problemas crecen y crecen por culpa de los medicamentos.

Volviendo con la señora Maura, los medicamentos hicieron que ella siguiera usando su mano, dañándola aún más. Hasta que el médico le indicó cirugía

La cirugía para síndrome de túnel carpiano consiste en lo siguiente: El nervio mediano en su camino por la muñeca pasa por debajo del "ligamento transversal del carpo". Imagen 3. El médico que sólo conoce este punto de atrapamiento, corta el ligamento para darle espacio al nervio. Pero muchas veces el origen del problema no está sólo en la muñeca. Ya que los nervios nacen del cuello, e incluso la

vía neurológica viene del cerebro.

Para explicarlo con palabras simples; tenemos un río que nace de la montaña y llega a todos los árboles del lugar alimentándolos con agua. La cumbre nevada de la montaña representa el cerebro, los ríos son los nervios que van hasta los árboles, que representan a los órganos.

Cuando el árbol se seca tenemos que buscar el origen del problema para curarlo, y puede estar en cualquier parte del recorrido del río.

Lo que se debe hacer, desde el punto de vista de los profesionales de Manual Medicine es restablecer el orden, quitar todos los elementos que obstruyen el río, dejar de contaminar el agua, etc. y el árbol se sanará por sí mismo.

El nervio mediano se puede presionar, o atrapar en 9 partes diferentes en el brazo, nombradas en la **imagen 4**. El nervio también se puede atrapar en el cuello. Lamentablemente esto no se enseña en muchas carreras del área de la salud, por lo que los profesionales alópatas sólo atienden un punto, el ligamento transverso. ¿Qué posibilidades tiene usted de sanar con un tratamiento que atiende 1 de 10 puntos? Quizás tenga sólo un 10% de probabilidades de curación.

Es por esto que tantas cirugías y tratamientos de túnel carpiano fracasan. Ahora usted puede entender por qué muchas personas son operadas de síndrome de túnel carpiano y luego de un tiempo el dolor regresa.



Entrevista a la señora Maura Hewitt. ¿Cuánto tiempo vivió usted con el problema?

¿Qué sentía usted en su mano? Dolor. Tipo cansancio, y perdía el movimiento, no totalmente, pero no podía apretar cosas.

¿Qué pensaba sobre tener que pasar por cirugía? Me daba miedo, porque es algo desconocido, miedo de perder la sensibilidad en la mano y no poder moverla más.

¿Para sanarla, en el tratamiento usted necesitó sacar radiografías, medicamentos, o invadir su cuerpo de alguna manera? No, absolutamente nada.

¿Con que herramientas la atendió su terapeuta? Sólo con las manos.

¿Cómo está ahora?

Bien, consigo apretar todo y no tengo nada de dolor.

¿Piensa ahora que el síndrome del túnel del carpo es una enfermedad complicada y que debería ser solucionada con cirugía? No, para nada. Lo que pasa es que uno confia en los médicos, estudian

No, para nada. Lo que pasa es que uno confia en los medicos, estudian 7 años y deben saber más que una. Es como el casamiento, uno se entrega no más -sonríe-, uno le entrega la confianza de su cuerpo. ¡Da rabia porque hacen un juramento!

Al final llegamos a la conclusión de que debemos usar la tierra que Dios nos dio.

40% Descuento para lectores por Diciembre

Fono 244 3668, horario de atención telefónica 10:00 a 17:00 hrs, o

déjenos su mensaje. Dirección Luis Thayer Ojeda 073, oficina 606, pasos de

### "Lloré angustiada después de que me pesé"

**VERA LEA** 

### Estimada Daniela:

Usted me dijo: "Lloré angustiada hoy después de que me pesé. He subido 20 kilos sin siquiera notarlo. Así que he estado comiendo pura lechuga hoy. Por favor, déme una guía a seguir paso por paso de lo que puedo comer."

Bien Daniela, esto es lo que debe hacer:



- 1. Beba mucha agua. Cuando despierte, beba uno o dos vasos de agua. Cada 2-3 horas durante el día, haga un esfuerzo por beber un vaso. La composición del agua es H2O, hidrógeno y oxígeno. La grasa corporal se quema más rápido ante una mayor presencia de oxígeno. El agua se mezcla con las toxinas en su cuerpo y las elimina. Mantiene su estómago con una mayor sensación de saciedad, e hidrata sus tejidos de manera que no confunda sed por hambre (ver página 4).
- 2. Coma sólo alimentos crudos. Cuando consume algo cocido, las enzimas vivas de ese alimento, las 'chispas de la vida', han muerto por el calor, mientras que su cuerpo ha agotado sus propias reservas de enzimas crudas para poder

asimilar esta sustancia cocida y carente de vida. Esto reduce el almacenamiento de enzimas vivas de su cuerpo, agota su energía, sus defensas, su poder de quemar grasa y su fuerza de voluntad. Por el contrario, cuando usted consume un alimento crudo en su estado natural, está aumentando las enzimas vivas de su cuerpo. Todas sus funciones corporales trabajan mejor, desde su cerebro hasta su sistema de eliminación.

- 3. Elija una gran variedad. Estimule su paladar con todas las frutas y verduras crudas que pueda encontrar. Consúmalas enteras, cortadas, picadas, ralladas, licuadas o en jugo; consuma frutos secos, granos y semillas crudas, remojadas o como brote; combine en su licuadora leche cruda, huevos y miel, con plátano u otra fruta; pruebe el pescado crudo en la forma de ceviche por ejemplo o carne molida cruda como tártaro si lo desea. Busque recetas: hay muchos libros a los que puede acudir. Los restaurantes de comida cruda están floreciendo en todo el mundo a medida que más personas descubren los beneficios para la salud y energía que brinda el comer crudo.
- 4. Coma en cualquier momento del día. Siempre y cuando su bebida y comida esté solamente compuesta de alimentos crudos, coma a cualquier hora que su cuerpo le envíe señales de sed, hambre, fatiga o ansiedad. Pero cuando se descubra tomando cualquier bebida o alimento que hava sido cocido o procesado, y se lo esté llevando involuntariamente a su boca, no permita que pase por sus labios. Déjelo y bótelo. Si no puede resistir la tentación, entonces no compre esos productos o no los tenga a mano. Descubra formas de evitar la tentación de comer alimentos cocidos. Tenemos una dependencia a los alimentos cocidos de la misma forma que la tiene un alcohólico al alcohol o un fumador a los cigarrillos. Dígase a sí misma: "Estoy rompiendo este hábito. Quiero recuperar mi figura y juventud, y este deseo es lejos muy superior a mi adicción a las cosas muertas.
- 5. Coma porciones más pequeñas. La comida se convierte en glucosa en nuestro torrente sanguíneo, que nuestros músculos y cerebro usan como energía. Demasiado alimento, a veces produce demasiada glucosa, obviamente, y lo que no usamos como energía, se almacena como grasa.

Cuando nos estamos librando del exceso de glucosa, nuestro cuerpo a menudo sobre compensa eso, bajando demasiado la glucosa, entonces sentimos ansiedad por comer, para volver a tener un equilibrio. Comer en forma lenta y porciones más pequeñas solucionará esto.

- 6. Vaya a dormir con el estómago vacío. Rompa el hábito de comer tarde. Beba sólo agua en la noche. Si se ha estado nutriendo a intervalos regulares durante el día, entonces puede dejar de comer con la puesta de sol y permitir que su cuerpo termine de procesar su alimento. Así, podrá dormir más profundo mientras su cuerpo se concentra en hacer las reparaciones necesarias mientras usted está descansando. Logrará una mejor reparación, y usted despertará con más energía y ánimo, con su mecanismo quemador de grasa más agilizado y con las hormonas controladoras del apetito recargadas.
- 7. Hágase el tiempo para ejercitar cada día. Sí, sé que tiene un trabajo sedentario Daniela, de manera que esto conllevará algo de organización. ¿Es usted realmente una mártir, tal que no hará nada por sí misma siendo el ejercicio una de las cosas imperantes para recuperar su figura? Pregúntese: "¿Voy a hacer todo lo que sea necesario para lograr el cuerpo que deseo? organizar, planificar, negociar, cambiar algunas cosas, renunciar a otras, trabajar en ello". La respuesta es SÍ. Forzarnos a movernos quema grasa y calorías. Hace que nuestros músculos, huesos y articulaciones practiquen el movimiento para el que fueron diseñados, fortaleciéndolos. Bombea más sangre a través de nuestro corazón, haciendo que circulen más nutrientes y oxígeno a todos nuestros tejidos, lo que los rejuvenece. Usted es una persona inteligente y determinada. Daniela, usted es capaz de hacer un espacio para ejercitar y mantenerlo.
- **8.** Use como ayuda suplementos nutricionales. Le recomiendo que comience con tres tipos de suplementos. Los 3 juntos, le costarán cerca de \$1.100 diarios, pero es dinero que fácilmente puede ahorrar cuando no lo usa para comprar basura. Primero, AHC, Garcinia Cambogia. Tome una cápsula con el almuerzo y otra en la tarde. Tener esta sustancia frutal concentrada en su cuerpo cuando come, ayuda a dirigir más rápido

la glucosa extra a los músculos, convirtiendo más de ésta en energía en vez de grasa, y su cerebro recibe mensajes desde los tejidos de su cuerpo que le indican que están satisfechos, por lo que debería dejar de comer. Muy útil.

Para fortalecer sus hormonas, órganos sexuales, corazón y músculos, tome Vitamina E natural, aceite de germen de trigo, procesado en frío, de manera que la vitamina esté viva, una cápsula en la mañana al romper el ayuno nocturno, y otra con su última comida cruda en la tarde. La vitamina E limpia más rápido nuestra sangre en las arterias, y de esta manera, lleva más nutrientes y oxígeno a todos nuestros órganos.

Y finalmente, la Vitamina C. Es la que más utiliza nuestro organismo cuando estamos bajo estrés, y el cambiar su cuerpo, de seguro produce todo tipo de estrés. La vitamina C es una gran limpiadora de los pequeños capilares de la piel, en el cuero cabelludo y alrededor de los ojos, por lo que rejuvenece la piel, el cabello y los ojos; es fundamental para hacer colágeno, que le da a nuestra piel elasticidad de manera que ésta retoma su forma suavemente mientras adelgazamos; y es la vitamina que ayuda a todos los otros nutrientes a llevar a cabo sus funciones. Tome un gramo de Vitamina C en polvo, mezclada con un poco de agua, tres veces al día, para que mantenga una cantidad constante en la sangre. Se sentirá más relajada.

Daniela, sé que el deseo de recuperar su vida ha sido muy fuerte para usted, que quiere estar orgullosa de sí misma, feliz y bien; quiere que todas las personas la admiren y respeten. Así que siga cuidando de sí misma, siga intentándolo. Cada día es un nuevo día; no importa cuanto la hayamos embarrado ayer, ahora tenemos una nueva oportunidad para hacer las cosas mejor. Tenga fe en que ha sido creada con extraordinarios poderes de recuperación, y cada esfuerzo que haga para facilitar estos poderes seguirá contribuyendo al beneficio.

Cariños y un gran abrazo,

Vera

### **Biokine** Diagnóstico Biorresonancia Detectamos diversas enfermedades Rápido e indoloro

¡Solicitelo hoy!

Visitenos en www.biokine.cl o al fono:2252387

### **TRATAMIENTOS EFECTIVOS Y BREVES** Pánico escénico, depresión, miedos,

estrés, compulsión comerse las uñas, timidez, angustia, cambios de hábitos obesidad, autoestima, alcoholismo, tabaquismo, ira, traumas, duelo, ansiedad, celos, desenamorarse, fobias(aviones, ascensores, arañas, etc), abusos, descontrol de emóciones. Llama por tu caso.

Marco Araya E. Master Practitioner International of NLP (PNL) (USA)
PROGRAMACION NEUROLINGUISTICA

Av. Luis Thayer Ojeda 0127, oficina 302, fono: 2320939 / 07-652 5371/ **Santiago** 





### Detenga las con el milagroso remedio del repollo (funciona mejor que los fármacos) úlceras estomacales con el milagroso remedio del repollo

MIKE ADAMS, **EDITOR DE NATURALNEWS** 

El repollo es una de las hortalizas más medicinales que existe y está fácilmente a su alcance. Contiene poderosos compuestos medicinales que ayudan a curar el cáncer, pero uno de sus usos más conocidos es como remedio natural para las úlceras estomacales.

Puede que el repollo no suene a medicina sorprendente, pero en términos de compuestos de fitonutrientes complejos, es en realidad uno de los tratamientos naturales más avanzados que ha diseñado la Madre Naturaleza para tratar las úlceras. A continuación, incluimos algunas referencias sobre este tema.

¿Cómo cura el repollo las úlceras estomacales? Las úlceras duodenales de los pacientes alimentados con repollo también se sanaron en un tercio del tiempo habitual para esta dolencia. En un estudio de doble ciego realizado con 45 reclusos en la prisión de San Quintín, California, el 93% de las úlceras de los prisioneros que tomaron jugo de repollo concentrado en cápsulas, el equivalente al consumo diario de un litro de zumo fresco de repollo, se curaron después de tres semanas. En aquellos que recibieron placebo, sólo un 32% de las úlceras cicatrizaron. ¿Cómo podría funcionar el repollo? Al parecer, mediante el fortalecimiento de la resistencia del revestimiento del estómago a los ataques del ácido. Food Your Miracle Medicine por Jean Carper

Los clásicos remedios europeos, cuya eficacia ha sido comprobada mediante investigación médica, incluyen jugos de repollo, papa y apio crudos. Tomar una taza de jugo de repollo cuatro veces al día puede curar las úlceras estomacales en sólo diez días. Si beber jugo de repollo no se ajusta a su intenso horario, puede adquirir polvo de repollo crudo deshidratado, en tiendas de alimentos naturales. El ingrediente mágico en el repollo es denominado algunas veces factor antiulceroso U. Su nombre técnico es glutamina, y este compuesto también está disponible en cápsulas. La glutamina ha demostrado ser una mejor cura para la úlcera que los antiácidos.

Herbs for Health and Healing por Kathi Kevill

En el repollo existen fármacos antiulcerosos naturales. Que el repollo puede ayudar a sanar las úlceras fue demostrado a través de experimentos pioneros realizados por Garnett Cheney, MD, profesor de medicina en la Facultad de Medicina de la Universidad de Stanford, en los años 50. El investigador demostró que el consumo diario de un litro de jugo de repollo fresco, aliviaba el dolor y sanaba úlceras gástricas y duodenales mejor y más rápidamente que los tratamientos habituales. En una prueba con cincuenta y cinco pacientes que bebieron jugo de repollo, el 95% declaró sentirse mejor entre los dos y cinco días de haber iniciado el tratamiento.

Food Your Miracle Medicine por Jean Harper

No estamos seguros de cómo el repollo (entero o hecho jugo) se convirtió en el recurso popular número uno para el tratamiento de las úlceras, pero nuestra investigación ha demostrado su gran popularidad. De hecho, ninguna otra sugerencia para esta condición tuvo tantos adeptos. Linda Mae, de 44 años, de East Canton, Ohio, y Austin, de Wichita Falls, Texas, fueron dos de aquellos fanáticos. "Mejora las úlceras en un dos por tres", declaró Austin. De hecho, parece ser que existe un largo historial respecto del repollo como cura para las úlceras. Los médicos romanos usaban repollo para tratarlas, así como para atender condiciones tan diversas como dolor de cabeza, cólicos e insomnio.

Home Remedies: What Works: Thousands of Americans Reveal Their Favorite Home-Tested Cures for Everyday Health Problems por Gale Maleskey, Brian Kaufman

Hoy en día sabemos que sus efectos en la cura del cáncer provienen de sus numerosos compuestos anticancerígenos y antioxidantes. El repollo acelera el metabolismo de estrógenos, que se cree ayudan a bloquear el cáncer de mama y a suprimir el crecimiento de pólipos, un preludio al cáncer de colon. Según la investigación, consumir repollo más de una vez a la semana, detiene las posibilidades en hombres de sufrir cáncer de colon hasta en un 66%. Tan sólo dos cucharadas diarias de repollo cocido, protege contra el cáncer de estómago. El repollo también contiene potentes compuestos anti-úlcera; su jugo ha demostrado ayudar a sanar úlceras en seres humanos. Timeless Secrets of Health & Rejuvenation: Unleash The Natural Healing Power That Lies

Dormant Within You por Andreas Moritz Las antiguas civilizaciones romanas y griegas mantuvieron al repollo en alta estima, ya que consideraban que era capaz de tratar una serie de condiciones de salud. Los romanos desarrollaron una pomada hecha a base de manteca de cerdo y cenizas de repollo quemado para usar en la desinfección de heridas. El jugo de repollo a menudo se vende en tiendas de alimentos saludables, como un remedio casero popular para

101 Foods That Could Save Your Life! por David W. Grotto, RD, LDN

A través de un estudio realizado en Japón, se descubrió que las personas que consumían más repollo tenían la tasa de mortalidad más baja entre todos los tipos de cánceres. Esto pone al repollo en la misma categoría que el yogur y el aceite de oliva como potenciales prolongadores de la vida. Sus altos niveles de Vitamina A ayudan al rejuvenecimiento de tejidos, y su contenido de azufre ayuda a combatir infecciones y protege la piel contra el eccema y otras erupciones. En su forma cruda y sobre todo como jugo, el repollo contiene ascorbigeno o Vitamina U, que cura y protege contra las úlceras estomacales.

Prescription for Dietary Wellness: Using Foods to Heal por Phyllis A. Balch, CNC

En la década de 1940 un prominente médico norteamericano tuvo la idea de que el repollo fresco era un fármaco natural anti-úlcera. El Dr. Garnett Cheney, un profesor de la Facultad de Medicina de la Universidad de Stanford, suministró con un cuentagotas pequeñas cantidades de jugo de repollo fresco a conejillos de Indias, y luego trató de inducirles úlceras; ni uno solo desarrolló el daño estomacal que se esperaba.

The Food Pharmacy: Dramatic New Evidence That Food Is Your Best Medicine por Jean Carper

Los jugos frescos de manzana, remolacha, repollo, zanahoria, apio y uva también son buenos, como lo son 'las bebidas verdes', que están hechas de vegetales de hoja verde. Estas bebidas verdes son excelentes desintoxicantes. El jugo de repollo crudo es particularmente bueno para las úlceras, el cáncer, y todos los problemas del colon. Sólo asegúrese de beber el jugo de repollo recién exprimido. A medida que el jugo se oxida, pierde

¿Por qué mi cuerpo

pierde su forma?

contenido vitaminas.

Como regla general, usted no debe

combinar jugos de frutas y verduras (excepto las de hojas verdes). Las manzanas son la única fruta que hay que añadir a los zumos de verduras.

Prescription for Nutritional Healing, 4th Edition: A Practical A-to-Z Reference to Drug-Free Remedies Using Vitamins, Minerals, Herbs & Food Supplements por Phyllis A. Balch, CNC

El repollo, tanto el morado como el verde, es uno de los alimentos más económicos y ricos en vitamina protectora y uno de los más saludables. El repollo crudo desintoxica el estómago y los intestinos de los residuos putrefactos, mejorando así la eficiencia digestiva y facilitando su rápida eliminación. También trabaja para alcalinizar el organismo, estimulando el sistema inmunológico, mata bacterias y virus dañinos, alivia y cura las úlceras, ayuda a prevenir el cáncer, y aclara la

Whole Foods Companion: A Guide For Adventurous Cooks, Curious Shoppers, and lovers of natural foods por Dianne Onstad

El jugo del repollo se considera un remedio popular tradicional que puede ayudar a cicatrizar las úlceras pépticas, pero su sabor no es muy agradable. Afortunadamente, el compuesto sanador de úlcera del jugo está disponible en forma de suplemento. Uno de los ingredientes activos es la glutamina, un aminoácido que nutre y repara el revestimiento del tracto digestivo.

Alternative Cures: The Most Effective Natural Home Remedies for 160 Health Problems por Bill

Es, y seguirá siendo un hecho que los jugos crudos de la papa y el repollo curan las úlceras gástricas y duodenales. Aún más interesante es la observación que hice en relación con el jugo de papa, repollo (verde y blanco) y de zanahoria crudos en el tratamiento de gota, reumatismo y condiciones similares. Si estos jugos se toman en combinación con una dieta estrictamente natural, estas enfermedades responden al tratamiento.

The Nature Doctor: A Manual of Traditional and Complementary Medicine por Alfred Vogel

### Rincón del filósofo

### Yo sé disfrutar la vida

Un hombre rico se escandalizó al ver un pescador tranquilamente recostado junto a su barca, contemplando el mar y fumando apaciblemente su pipa después de haber vendido el pescado.

- ¿Por qué no has salido a pescar?

-le preguntó el hombre rico.

camentos para bajar

de peso.

- Porque ya he pescado bastante por hoy –respondió el apacible pescador. - ¿Por qué no pescas más de lo que
- necesitas? –insistió el potentado. ¿Y qué haría con ello? –preguntó a su vez el pescador.
- Ganarías más dinero –fue la respuesta- y podrías poner un motor nuevo y más potente a tu barca. Y podrías ir a aguas más profundas y pescar más



peces. Ganarías lo suficiente para comprarte unas redes de nailon, con las que sacarías más peces y más dinero. Pronto ganarías para tener dos barcas... y hasta una verdadera flota. Entonces serías rico y poderoso como yo.

- ¿Y qué haría entonces? –preguntó de nuevo el pescador.

- Podrías sentarte y disfrutar la vida -respondió el potentado.

- ¿Y qué crees que estoy haciendo en este preciso momento? -respondió sonriendo el apacible

León Tolstói Novelista Ruso (1828 - 1910)

### Regale salud en esta Navidad

Eliminar los cientos de químicos que se han acumulado en nuestros tejidos

Corregir la dieta para reconstruir nuestra salud

Lograr un cuerpo firme y energía ilimitada para disfrutar la

Evitar las enfermedades degenerativas modernas, incluso

### Todo lo que usted necesita

para ponerse hoy en la senda hacia la victoria sobre la obesidad y una salud deficiente

Disponible en librerías, tiendas naturistas y farmacias homeopáticas Si no puede conseguirlo, comuníquese al 632 1887



SIEMPRE







Procesado en frio para mantener su máximo valor nutricional

Vitamina E natural Maravilloso antioxidante y limpiador del sistema

Ayuda a aucmar grasa

Eleva los niveles de energia

Facilità el sumministro de axigeno y nutrantes de todox las células
 Estimula las glándulas productoras de hormonas

Fortalece el sistema immunológico
 Equilibra el colesterol en la sangre

 Pratege el corazón y el sixtema circulatoria Promueve el mejor funcionamiento del aparato

Optimiza el rendimiento atlético
 Mejora la piel, pelo y solud en general

La eficacia de la vitamina E es optimizada-si consumimos suficiente Vitamino C, ya que ambas vitaminas son pode-

Aminas Nutrición, Fono: 02-632 1887 - www.aminas.cl - www.dynamogold.cl - Av. Lib. Bdo. O'Higgins 494 – Santiago.



### **EDELMIRA BARRIOS**

"Bajé de 110 a 72 kilos", así decía el titular de El Guardián de la Salud de febrero de este año. Han pasado 10 meses desde que apareció mi historia. Actualmente estoy en una nueva etapa de mi vida, han pasado muchas cosas desde que iniciamos el cambio de alimentación con mi familia. Creo que la principal de ellas es que me siento más activa, con mucha energía. Ahora estoy trabajando, cumpliendo uno de mis mayores deseos, después de tantos años de no poder conseguir un trabajo, no por falta de conocimientos, sino por mi aspecto personal y otras cosas más. Si pienso en los kilos que mi cuerpo cargaba era imposible que me contrataran. Como lo dije la primera vez y lo vuelvo a repetir, cada cosa que a uno le sucede no es al azar sino que es con un propósito y desde que salió publicada mi historia, no he parado de conocer a personas que tienen el mismo problema que yo, o bien algún familiar o amigo está pasando por lo mismo.

He recibido llamados telefónicos desde el primer día en que se hizo pública mi historia, es increíble cuantas personas se identificaron con mis padecimientos por tener sobrepeso. He conversado con personas de todo el país, algunos simplemente me llamaron para felicitarme por la fuerza de voluntad para realizar este cambio, otros necesitaban urgentemente ayuda. Para mi se trató de un cambio radical que debía asumir, ya que mi salud estaba muy deteriorada.

La falta de conocimiento sobre lo que ponemos en nuestra boca es impresionante. No sabemos qué es bueno y qué no lo es, entonces fue básico educarme sobre estos temas. Una de las cosas que

### Por siempre delgada y sana

que me muestre la publicidad de la televisión como 100% natural, inmediatamente debo leer los ingredientes para saber si realmente lo es. Por supuesto, ponen esta información con la letra más pequeña en el envase.

Me he encontrado con productos que venden en el comercio que no tienen nada pero ¡¡¡nada de natural!!

En estos meses, además me han solicitado que dicte charlas, partiendo por el colegio de mis hijas, en Antofagasta, donde la Directora autorizó tres charlas para los apoderados como una forma de prevenir la obesidad en los niños preescolares. En esta oportunidad participaron muchas madres preocupadas

por sus hijos pequeños que ya son obesos. Ellas se dieron cuenta de que hay mucha información falsa circulando libremente, como por ejemplo, el dar todos los días leche pasteurizada a los niños. Avudé v aclaré muchísimas dudas, basada en mi experiencia. Todo lo que nuestros hijos comen y llevan a su boca es y será siempre nuestra responsabilidad desde el primer día que llegan a nuestra vida; esto no es fácil de supervisar, pero hay que buscar la forma. Me pasa con mis hijas, por mucho que en casa hayan cosas naturales para comer, ellas se van siempre por lo más fácil cuando la mamá no está, y he tenido que ser muy pesada y estricta con ellas, ya que si dejo que se alimenten como prefieran, volverán a estar con obesidad como antes. Igual ha costado mantener sus pesos normales ya que dos de ellas almuerzan en el colegio y allí no hay un control de lo que comen como lo hay en casa. Incluso familiares piensan que me voy a los extremos por no permitir que mis hijas coman pan blanco, ellos creen que las estoy dañando, pero no se dan el trabajo de investigar de qué está hecho realmente el pan y de qué forma nos contamina el organismo, produciendo enfermedad. De todas maneras seguiré ayudándolas a mantenerse con estos nuevos hábitos de alimentación y enseñándoles qué es realmente nutritivo.



En el mes de julio fui invitada por El Guardián

de la Salud a Santiago, donde dicté un seminario. Nos extendimos por más de 2 horas. Valió el esfuerzo de viajar tantas horas. Me gusta mucho enseñar. Sé por experiencia propia cómo se siente una persona con sobrepeso y enferma, pero también sé cómo se siente salir de ese abismo y mantenerse fuera de él. Por esto pongo a disposición mi testimonio para quien quiera conocerlo en forma personal o bien grupal, siempre estaré dispuesta a ayudar. Me gustaría que todas las personas tuvieran la oportunidad de leer el libro que avudó en mis cambios de hábito. "Siempre Delgado con Salud y Sabiduría".

En estos meses, de febrero a noviembre, he conocido muchas personas que decidieron hacer un cambio en sus vidas luego de leer mi testimonio; he seguido en contacto con ellos y han tenido excelentes resultados. Un día me llamó una señora, ella tomaba casi los mismos medicamentos que yo, nos identificábamos plenamente, conversamos mucho, nos emocionamos y fue entonces que ella decidió en una forma muy valiente (porque hay que ser valiente para esto) y responsable cambiar sus hábitos, al punto de Ílegar a dejar todos los fármacos que la mantenían envenenada. Ella logró excelentes resultados, ahora se siente con mucha forma. Es grato darme cuenta que no soy la única. Me gustaría mucho que todas las personas que tienen problemas de salud busquen alternativas sanas y naturales ya que nuestros cuerpos fueron creados con millones de células sanas y no enfermas, como algunos creen o nos hacen creer. Deben informarse, ahora hay tecnología para buscar todo lo que queremos saber y debemos usarla para nuestro beneficio.

También he visitado personalmente a muchas personas en sus casas, con el sólo fin de motivar y orientar en este cambio de estilo de vida que recupera la salud. Claro está que por más que yo les cuente cómo lo hice, siempre depende exclusivamente de que usted sienta en su corazón la convicción de que está en un camino que conduce a la vida y no a morir lentamente.

Preguntas frecuentes ¿Qué droga tomó? ¿Dónde se operó? ¿Qué hizo con la piel que sobró? ¿Pasó mucha hambre? Bueno debo ser siempre muy clara y precisa: No utilizo drogas, por el contrario dejé de tomar todos esos medicamentos que me recetaban los médicos; no hay operación alguna, gracias a Dios que no tuve los millones que me pedían para esto; mi piel volvió al lugar original gracias a los aminoácidos; eso de pasar hambre, para nada, por el contrario, siempre quedo satisfecha. Ahora no tengo esa ansiedad terrible de que si no comía algo dulce sentía como que me iba a desmayar. Y lo mejor de todo ¡Adiós a la depresión, nunca más!, como les digo a mis más cercanos, yo cambié mi chip, en otras palabras reprogramé mi vida. Creo que estoy haciendo tal como dice Hipócrates: "Que tu alimento sea tu medicina y que tu medicina sea tu alimento."

No puedo terminar este relato sin dar gracias primero a Dios todopoderoso que siempre ha estado a mi lado cumpliendo su promesa que dice: "Si Dios es por mí, ¿Quién contra mí?, nada ni nadie nos podrá separar de su amor", a mi madre que incondicionalmente siempre me ha apoyado en todo, y por supuesto, a este hermoso diario El Guardián de la Salud que como su nombre lo indica, nos guarda y cuida nuestra salud todos los meses, informándonos de todos los avances, métodos de salud natural y testimonios que nos ayudan a corregir nuestros malos hábitos en todos los sentidos, ya que siempre habla con verdad y fundamentos.













www.youtube.com/quiropracticochile

Avda. Santa María 217 ofic. 13 Teléfono-Fax 7354577



## Revolución Verde

**RUTH AMBER** 

En el mundo está ocurriendo una revolución de batidos o licuados verdes, y cada vez más personas están disfrutando esta deliciosa bebida rica en clorofila. El asco y temor de la gente hacia este "líquido verde", desaparece una vez que descubren su sabor sorprendentemente agradable.

Se le llama batido verde por su alto contenido de clorofila (pigmento verde en las hojas) que se obtiene a través de la maravillosa fotosíntesis. Las hojas verdes son lo único vivo que puede captar y almacenar la luz solar, y sirven como alimento para todas las criaturas. Así que, al consumir un batido verde ¡se podría decir que estás bebiendo luz solar líquida!

La molécula de la clorofila es la base de todas las formas de carbohidratos en nuestro planeta. De hecho, toda la energía en los alimentos naturales proviene del sol. Cuando consumimos clorofila obtenemos beneficios importantes, entre ellos, la limpieza de residuos del organismo y mejoras en la digestión (con lo cual se evita el mal aliento y olor corporal desagradable). Además, apoya la función de los tejidos y órganos, y es una poderosa defensa contra el cáncer de estómago, colon e hígado.

En el pasado, los humanos solían consumir muchos más vegetales verdes, incluyendo muchas variedades que ya no se cultivan comúnmente, utilizándolos en ensaladas y como remedios. A través de Europa eran muy respetados; el repollo incluso llegó a tener fama como una cura para todas las enfermedades.

Pero a medida que nos volvimos cada vez más modernos y comenzamos a procesar gran parte de nuestros alimentos, se propagaron cuatro enfermedades como resultado directo de los alimentos empobrecidos en nutrientes esenciales: escorbuto (desangramiento generalizado por falta de vitamina C), raquitismo (debilidad de los

huesos por deficiencia de vitamina D), beriberi y pelagra (debilitamiento con problemas nerviosos y cardiacos por una dieta pobre en vitaminas del grupo B).

Después de muchos fallidos intentos por tratar estas enfermedades con todo tipo de fármacos y venenos, se descubrió que, de hecho, se producían por la deficiencia de estas vitaminas que se perdían con los procesos de refinación y al dejar de comer alimentos frescos y crudos. Pero en vez de aprender de esto, con el pasar del tiempo lo único que se hizo al respecto fue adicionar vitaminas sintéticas a algunos alimentos comunes para "enriquecerlos" y así prevenir la aparición de estas enfermedades causadas por deficiencias extremas. Sin embargo, continuaron las deficiencias sub-clínicas (pequeñas deficiencias que no son fácilmente detectables para la medicina).

Desde entonces los alimentos se han vuelto más refinados, se inventan nuevos aditivos químicos cada día, y estamos desarrollando cada vez más, graves enfermedades degenerativas por deficiencias y toxicidad.

La solución obvia a este problema es comenzar a incluir más alimentos llenos de nutrición en nuestra dieta, pero, ¿cuáles son las cantidades suficientes y cómo podemos lograr consumirlas?

Victoria Boutenko también se había planteado la misma pregunta cuando buscaba el elemento faltante en la dieta de su familia, que les impedía tener una salud óptima. Ella descubrió que, a pesar de que como familia consumían una dieta 100% cruda (www.rawfamily.com), no estaban ingiriendo suficientes vegetales, especialmente los de hojas verdes. Les era imposible llegar a consumir suficientes hojas verdes dentro de su alimentación (entre 3 y 6 tazas al día).

Un día, la Sra. Victoria descubrió que la clave era preparar las hojas verdes como un batido, junto con frutas en una licuadora de alta potencia. Fue tan bueno el resultado en su propia familia que escribió un libro al respecto: "The Green Smoothie Revolution" (La Revolución de los

Batidos Verdes), para compartir su descubrimiento con otros.

Cuando la solución es simple, Dios está respondiendo – Albert Einstein.

¿Por qué preparar las hojas verdes como batido? Lamentablemente, muchas personas hoy en día no tienen niveles normales de ácido hidroclórico en su estómago, debido a deficiencias de minerales, particularmente el zinc. Si no masticamos correctamente nuestros alimentos verdes y además tenemos niveles bajos de ácido hidroclórico, desarrollamos un rechazo por estos vegetales, ya que nuestro cuerpo no es capaz de asimilar su nutrición.

Licuar los vegetales rompe las paredes celulares, haciendo más biodisponible los nutrientes, y al combinar estas hojas verdes con frutas, podemos disfrazar el olor y sabor fuerte de la clorofila,







FONOCONSULTA (2) 850 11 28



### Un salto radical hacia la salud natural



convirtiéndola en un alimento que nuestro organismo disfruta.

Pero ¿no se supone que no debiéramos combinar frutas con verduras? El problema es que muchos alimentos que consideramos como vegetales resultan ser de la familia de las frutas; ej. Tomates, pepinos, pimentones, paltas, etc. Entonces ¿qué es un vegetal? Una de las clasificaciones en la botánica, considera que un vegetal es el que contiene almidones, como zanahorias, papas, betarraga, brócoli, repollo, etc., mientras que los vegetales de hoja verde, como la lechuga, están dentro de la categoría de hojas y flores, por lo que pueden ser combinados exitosamente con frutas (o verduras) sin crear problemas digestivos.

La forma moderna de agrupar las frutas y verduras está causando mucha confusión, pero con la

información correcta podemos aclarar nuestras dudas.

Los batidos de hojas verdes suministran fibra, que es vital para eliminar toxinas y otros desperdicios. Al mismo tiempo revitalizan todo el organismo. Los vegetales de hoja verde son una muy buena fuente de calcio, magnesio y vitamina C, contienen carotenoides, que ayudan a proteger contra la degeneración macular y aportan ácido fólico. De hecho, contienen todo tipo de nutrientes (incluso proteínas), con excepción de la vitamina B12.

Los Batidos Verdes ayudan a:

- · Incrementar el nivel de energía
- Mejorar el cutis
- Reducir dolores
- Mejorar la calidad de sueño
- · Reducir ansiedad por dulces y comida chatarra
- Eliminar adicciones
- Fortalecer la inmunidad

#### Los niños y nuestras mascotas ¡también pueden disfrutar batidos verdes!

¿Alguna vez has notado que los animales suelen comer pasto u otras plantas verdes cuando no se sienten bien? Esto nos indica que ellos también necesitan de la clorofila (en el caso de gatos no adicionar frutas al batido verde, no las pueden

A todos nos beneficia aumentar la cantidad de vegetales verdes y frutas que consumimos a diario, para lograr un equilibrio en la dieta. Incluso si no estás gravemente enfermo, puedes estar sufriendo de falta de concentración, insomnio, somnolencia, mal humor, y un sin número de otros síntomas por deficiencias nutricionales.

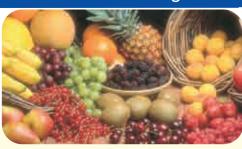
Esto de los batidos verdes se basa en la simplicidad (ejemplo: 4 peras maduras, 1 paquete perejil, 2 tazas agua, licuar bien), pero utilizando la enorme cantidad de opciones en la naturaleza, tienes suficiente variedad para complacer las papilas gustativas de cualquiera. Los batidos sólo deben ser deliciosos y nutritivos. No te preocupes si en un comienzo utilizas muchas frutas para



satisfacer tu gusto por lo dulce, con el paso del tiempo tu propio cuerpo pedirá y disfrutará más verde en tus batidos. Como guía, la idea es ir aumentando hasta llegar a 40% hojas verdes o más por batido.

La regla general al preparar batidos, es ir variando las verduras de hoja verde que utilizas para obtener un mejor abanico de nutrientes y no producir un desequilibrio (esto asegura que no recibas proporciones muy altas de algún alcaloide específico). Cualquier cosa en exceso es dañina. Ejemplos de vegetales de hoja verde: lechuga (de todos los tipos, verde o roja), espinaca, acelga, hojas de remolacha, apio (incluyendo sus hojas), hojas de zanahoria, hojas de pepino, perejil, cilantro, menta, diente de león (sus hojas y flores),

Durante el año 2010 estaremos haciendo charlas sobre cómo preparar batidos verdes. Los días y horarios saldrán publicados en el recuadro de Charlas Gratuitas en nuestro Centro de Capacitación.



Algunos ejemplos de recetas para principiantes:

#### Batido Verde de Invierno

- 1 taza berries (frambuesas, arándanos, frutillas, etc.) congelados
- 1 taza espinaca fresca
- 2 tazas agua

Un poco de jengibre a gusto o 1 plátano (Sin el plátano esta receta es ideal para diabéticos)

#### Batido Increíblemente Rico!

- 1 mango maduro
- 2 plátanos
- 5 ĥojas lechuga costina
- 3 tazas agua

(Puedes adicionar un poco de jugo de limón a gusto si lo deseas)

### Batido de Perejil Dulce

- 1 taza perejil fresco
- manzana Fuji
- l plátano
- 4 dátiles sin carozo /4 taza jugo de limón
- 2 tazas agua

Estas recetas rinden 1 litro aprox.

Preparación: Mezclar los ingredientes en una licuadora (mientras más potente el aparato, mejor textura tendrá el batido). Idealmente consumir el batido fresco, será más nutritivo, aunque se puede conservar refrigerado por un máximo de tres días.

Los batidos verdes aportan más enzimas, más vitaminas, más minerales y más antioxidantes a nuestra dieta en un formato simple de preparar y agradable de consumir, siendo un alimento completo que es de fácil digestión y rápida asimilación.

¡Que disfruten sus batidos verdes!

Dsifrute los batidos verdes cuando pase por la Estación Central en Centro Natural "donde los koalas", al lado de la boletería de trenes Terra Sur F: 689 4383

### ¿PROBLEMAS DE SAL S - Electro Dermal Screening



Ya está disponible en Chile un examen completo de salud, capaz de detectar enfermedades en sus estados iniciales o antes de que ocurra un agravamiento considerable del organismo.

Cada enfermedad necesita de algún tiempo para desarrollarse y nuestro cuerpo está constantemente expuesto a una gran diversidad de aflicciones y disturbios del medio. Sólo cuando un gran número de células han sido destruidas, nuestro cuerpo reacciona con síntomas clínicos manifiestos como fiebre, náuseas, dolores, etc. Y nos sentimos enfermos.

La más pequeña de las aflicciones causa alteraciones energéticas. Toda enfermedad tiene los siguientes estados:

- 1. Alteración energética
- 2. Alteración bio-química
- 3. Alteración funcional 4. Alteración mecánica
- El examen EDS, con el Equipo Aparato de Völl, detecta estas pequeñas alteraciones energéticas de cada célula, órgano o sistema en una especie de scanner holístico. Es decir, mucho antes de que el paciente tenga algún síntoma.

El examen se realiza con bio-impedancia mediante el sistema Electro Dermal Screening, no invasivo e indoloro, y usted puede tener un diagnóstico inmediato (una hora) con las recomendaciones y tratamientos naturales más convenientes como: Medicina Ortomolecular, Fitoterapia, Homeopatía o Terapia Neural.

El examen detecta:

Riesgos: Digestivos, Cardiovasculares, Oncológicos, etc.

Problemas en sistemas: Endocrino. Neurológico, Sanguíneo, Linfático, Óseo, Nutricional, etc.

La evaluación es realizada por un profesional calificado, Médico Naturópata, con especialidad en Medicina Ortomolecular y acreditado por WONM.

Solicite su hora al teléfono: **753 7134 – 8852548** Providencia, Santiago. Valor del examen y consulta \$30.000

Dr. Juan Cvitanovic Cigna N.M.P. Naturopatía – Medicina Ortomolecular Reg. WONM 1003 World Organization of Natural Medicine



Admisión 2010: Nueva carrera ajustada a los requerimientos de la autoridad sanitaria (Decretos Nº 42 y Nº 123, del MINSAL).

### LICENCIATURA EN TERAPIAS DE MEDICINA COMPLEMENTARIA

### **Pueden matricularse**

Egresados de Educación Media; quienes buscan acreditar conocimientos ante el MINSAL; convalidando estudios; profesionales de la salud; personas con formación previa.

### **Plan Curricular**

Ciencias básicas de la salud y especialización en Acupuntura (MTChina) y en Homeopatía + Práctica Profesional y Seminario de Titulación. Posibilidad de Continuidad de Estudios en Terapias Florales y Naturopatía (\*) Considera opción de Técnico Nivel Superior

### Proyectamos un egresado con capacidad para

Intervenir profesional y laboralmente en el ámbito de la salud pública y/o privada y participar en equipos multidisciplinarios de la salud.

¡¡Matricúlate Ya!! Solicita tu inscripción a los teléfonos 363 08 61 o 363 08 62 Ven con nosotros a Padre Miguel de Olivares 1625. Santiago Centro. Acceso desde Metro Los Héroes, La Moneda y Toesca Envía tu correo electrónico a: sede.santiago@uac.cl o patricia.opazo@uac.cl o mariaelena.ruz@uac.cl

### El Guardián SALUD de la SALUD

### **Revisando Libros**

### El arqueólogo Jonathan Gray le entrega al mundo una mirada más de cerca de Noé y el Diluvio

R.M.R.

La salud, el estilo de vida, la esperanza de vida y las creencias de todas las personas sobre la tierra están fuertemente ligadas a un evento que ocurrió hace 4.500 años aproximadamente, y que cambió absolutamente todo.

De acuerdo a nuestros escritos y tradiciones más antiguas que han sobrevivido a nivel global entre todas las razas, hubo un tiempo en que la gente vivía más años de los que vive hoy, en un mundo que no sufría cambios climáticos estacionales

Existen escuelas del pensamiento que son divergentes respecto de la historia de la tierra: una que acepta los registros bíblicos, y otra que intenta reemplazarlos por una idea más moderna como el Big Bang, de origen desconocido, que supuestamente nos dio todo lo que tenemos hoy y que demoró muchos miles de millones de años en ocurrir o 'evolucionar'. Esta teoría fue introducida en las mallas curriculares de los centros de enseñanza durante las últimas generaciones, casi en el mismo lapso de tiempo en que observamos la expansión de la industria farmacéutica moderna. De la misma forma fue cambiando y reformándose radicalmente la religión, para cuadrar con las teorías del Big Bang y la evolución.

No se puede enseñar la Biblia y la teoría de la Evolución al mismo tiempo, porque son demasiado diferentes. Una de las dos se tiene que ir, sin que se permita abrir un debate en condiciones equitativas. Un tema que es muy diferente es el Diluvio Universal relatado en la Biblia, cómo toda vida en la faz de la tierra, excepto por (A) una familia, (B) un arca muy bien construida para transportar animales, y (C) la intervención divina, cambiaron al mundo entero.

Sin embargo, existe evidencia irrefutable de un antiguo clima cálido global que se extendía de polo a polo. Existe además evidencia de que esto cambió repentinamente en todo el planeta. Esto ocurrió de manera tan súbita que se han encontrado animales del trópico congelados en Siberia y en muchos otros lugares, bajo varios metros de hielo y barro. A menudo están mezcladas especies animales de gran tamaño y otras más pequeñas, muchas de las cuales en condiciones normales, no podrían vivir tan cerca.

Es común encontrar a estos animales aún con comida en su

boca, sin tragar, lo que indica la ocurrencia de una catástrofe repentina que fue instantánea. Quedaron enterrados tan sorpresivamente, que no entraron en putrefacción como ocurre con los animales que yacen en la superficie. Se conservan en buenas condiciones. Muchos de ellos son especimenes completos y otros están severamente dañados. Hoy día sirven como registro fósil, pero aún tenemos mucho que aprender acerca de ellos. Esto no está restringido a una sola área geográfica o a un solo continente. La evidencia está en todo el mundo, y nos indica que algo ocurrió y sepultó todo en medio del caos y la destrucción. Ningún rincón del planeta escapó y los registros fósiles

Jonathan Gray escribe sobre sus estudios de los eventos de la prehistoria, mientras visitaba numerosos sitios arqueológicos alrededor del mundo, registrando la evidencia de millones de cuerpos sepultados vivos desde Alaska a Australia, de Siberia al Polo Sur. Grandes animales terrestres y acuáticos de las profundidades del mar fueron mezclados violentamente.

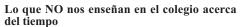
En su libro The Killing of Paradise Planet (La Matanza del Planeta Paraíso), el primero de su trilogía, nos habla de una tierra que hoy está arruinada y con muchas áreas totalmente inhabitables. Esto no fue siempre así. Hubo un tiempo en que todo y todos vivían bajo una especie de toldo protector gigante. La temperatura estaba controlada y existía un planeta paraíso con un clima constante, apto para las abundantes formas de vida que encontramos en los sitios arqueológicos en todo el mundo. Luego, algo ocurrió. Un mundo completo se esfumó, pero las leyendas y tradiciones de los pueblos se preservan y hablan de ese evento, relatando muy vívidamente lo acontecido. El impacto se produce cuando observamos la evidencia física que se conserva alrededor del mundo. No se ajusta a la teoría de la evolución ni la investigan los estudiosos de la teoría del Big Bang, que es el precursor de la teoría de la evolución. Para poder mantenerse firmes en sus planteamientos, es necesario negar la evidencia.

Existe una gran cantidad de evidencia de la ocurrencia de un evento repentino que acabó con la población del mundo, cambió el clima y alteró la distribución de tierra y agua en este planeta.

Existen pruebas de que habían mayores extensiones de tierra firme de las que existen hoy, de hecho casi el doble. El mar era proporcionalmente mas pequeño debido a que tanto el agua como el vapor de la tierra eran recogidos dentro de una especie de toldo alrededor del mundo, y distribuido extensamente en una tierra sub-tropical llena de humedad y vapor, exactamente como se describe en el relato bíblico

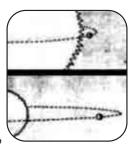
Actualmente, del 30% de nuestro planeta que es tierra firme, sólo la mitad es habitable y sustentable (alrededor de un 18%). Extensas áreas que en la actualidad son desiertos perpetuos, solían ser zonas fértiles, exuberantes y habitadas. Si comparamos este mundo perdido con nuestra actual situación, podemos concluir que hemos sido dañados y empobrecidos. No era así antes del gran diluvio.

Ejemplos de esto que no se informan libremente a los estudiantes, dan cuenta hoy en día de la existencia de ciudades bajo los océanos a más de 1 kilómetro de profundidad, playas sumergidas, y ejemplares de vegetación terrestre sepultados bajo el mar hasta el día de hoy, cosas que fueron descubiertas pero jamás investigadas apropiadamente. Esto significa que el lecho marino se hundió miles de kilómetros, o bien que el nivel del mar se elevó. Todas estas cosas existen, pero la ciencia ortodoxa ha escogido no explicarlas ni abrir el debate en torno a ellas.



La distancia entre la luna y la tierra está aumentando a razón de 5 cm. por año. Esto significaría que la tierra y la luna se habrían estado tocando hace 2.000 millones de años. O si lo miramos de otra forma, basados en el promedio actual y comenzando con una distancia de separación realista entre los dos planetas, si la tierra tiene 5.000 millones de años de antigüedad, a estas alturas ¡la luna debería haberse perdido de nuestra vista!

La ciencia nos dice que el sol se está encogiendo a razón de 0.1% por siglo, o dicho de otra forma, alrededor de 1.5 metros cada centuria. Si el sol existe hace tan solo 20 millones de años ¡la superficie del sol estaría en ese entonces rozando la tierra!



Tal vez necesitamos involucrarnos más y pensar, en vez de dejar que aquellos con un plan político o religioso piensen por nosotros. Hay tanto que estudiar acerca de la historia y de las características físicas de nuestra tierra y del universo a nuestro alrededor, que podríamos incluir una sección muy educativa acerca de estos temas en futuras ediciones de El Guardián de la Salud.

El debate abierto es algo muy saludable. Empezamos a aprende cuando hacemos preguntas y buscamos una explicación. Por lo general descubrimos que aún hay tanto por investigar. Incluso nuestras propias vidas dependen de que sepamos la verdad acerca de lo que es bueno para

Cuando nos dicen que callemos y escuchemos, sabemos que no nos instarán a pensar por nosotros mismos. La sabiduría y el conocimiento no necesitan la protección de un dogma. Por el contrario, aman el debate abierto.





Ozonoterapia

Traumatología

Reumatologia

Ontologia Natural

Kinesiología

Geriatría

Psicologia

100% NATURALES SIN EFECTOS SECUNDARIOS Oxigenación Cerebral Regeneración Cerebral

Medicina Integrativa Depresiones, Crisis de Pánico, Angustia Adicciones, Obesidad, Hipertension Arterial, Diabetes, Artritis, Artrosis, Osteoporosis

> Avenido el Cerro N. 0144 Providencia Telefonos de Comacto | 02 - 81 (75 (5 | 700 730 98 www.mgdizone.el | medicine syrrasis

metabólica de todas las funciones vitales del organismo humano. MEDIZONE, cuenta con una nueva línea de Cosméticos llamada OzonoActive, con Oxígeno Bioactivo. Ofrece Aceites, Geles y Cremas Ozonizadas, como NutraOzone, la cual sirve para todo tipo de piel, ya que es la 1ª crema en el Mundo que Oxigena, Nutre e Hidrata simultáneamente, dejando una piel limpia y fresca, reparando y regenerando el tejido celular desde las capas más profundas de tu piel, ya que es capaz de neutralizar los radicales libres, por su alto contenido de antioxidantes, ADN y ARN naturales, lo que permite corregir el código genético de las imperfecciones de tu rostro, protegiéndote incluso de los rayos UV, ya que el Ozono actúa como una capa protectora sobre tu piel.

MEDIZONE CENTRO DE MEDICINA BIOLÓGICA

& OZONOTERAPIA TRATAMIENTOS DE REGENERACIÓN CELULAR

MEDIZONE Centro de Medicina Biológica & Ozonoterapia es un centro de Medicina Integrativa, que complementa la Medicina Alopática con la Medicina Natural, junto a la más

alta Biotecnología. Medizone realiza Tratamientos de Desintoxicación Integral, que consisten en desintoxicar al organismo en forma natural de todos de los agentes patógenos que generan

enfermedad, para luego poder restablecer el equilibrio metabólico a través de la Nutrición

Ortomolecular y la Oxigenación Celular, lo que permite ofrecer tratamientos efectivos de Regeneración Celular; reparando y regenerando los diferentes órganos y sistemas del cuerpo

El Ozono es un gas natural que se encuentra en la estratósfera y tiene la función principal de proteger al planeta tierra, inmunizándolo de agentes patógenos de viajes espaciales, basura o meteoritos que sean atraídos por la gravedad terrestre. Es el único antiviral, antibiótico, antimicótico, fungicida y germicida natural que existe sobre la faz de la tierra; y está formado

por una molécula de 3 átomos (O3), siendo utilizado por la Medicina Biológica Alemana en

dosis homeopáticas, con finalidad de desintoxicar y oxigenar a todas y cada una de las células de nuestro cuerpo, ya que es oxígeno comprimido (O2), lo que permite la Reparación y

Regeneración Celular, aportando una mayor cantidad de energía vital a todo el organismo humano,

ayudando a mejorar nuestra calidad de vida en general, sin efectos secundarios y coadyuvante

La Ozonoterapia es conocida en los Países del primer mundo como la Terapia de la Eterna

Juventud, siendo muy utilizada por la Monarquía y Elite Europea. También es una técnica muy

utilizada por países con políticas preventivas en salud, como Cuba, Rusia y Suiza. Sus beneficios

terapéuticos son insuperables, ya que ayuda a aumentar la capacidad antioxidante (en su uso homeopático), disminuye el stress oxidativo, regula el metabolismo del colesterol y de la glucosa,

regenerando hígado y páncreas, estimula la respuesta inmunológica, es antimicótico y cicatrizante,

reduce el tejido adiposo y retarda el envejecimiento de la piel, restableciendo la regulación

y por ende, restaurando todas las funciones vitales del ser humano.

con los diferentes tratamientos de la medicina convencional.

ADQUIÉRLA EN LOS TELÉFONOS (02) 8137313 / 09.7309878

REGALA SALUD, REGALA LO NATURAL



Irritable, Gastritis, Hemorroides, Heridas, Quemaduras, Ulceras, Infecciones, Gangrenas, Hongos, Miomas, VIH, Tumores, Cancer.

O EN www.naturalyorgani.com

# Edición Nº 68 - Página15 El Instituto que formará los líderes de la Salud Natural de Chile

IEFC es un instituto en formación. Su nombre completo es Instituto para la Educación y Formación Cristiana, y su objetivo es desarrollar un ambiente óptimo para el estudio de la Salud Natural y otros temas relacionados. Su Director es Pablo Paulsen, quien escribe en nuestro periódico y a quien los lectores conocen.

Entrevista al Director.

Don Pablo, cuéntenos qué es lo que lo motivó a desarrollar el Înstituto IEFC.

Desde que me interesé en la Salud Natural cada vez he estado entrando más y más en ella. Hoy, luego de haber sido profesor de la carrera de Naturopatía Holística en una universidad de nuestro país, he visto la necesidad de una formación más profesional para todo quien se interesa en la Salud Natural con bases científicas sólidas de alto nivel académico,

talleres y cursos de nivel alto y nivel básico e incluso cursos de Salud Natural a distancia para tomar por internet, ya que el gran problema es que el porcentaje de personas interesadas en la Salud Natural es más alto en regiones

### ¿Por qué se necesita una base científica más

Porque hoy en la Salud Natural de Chile tenemos un escenario muy especial, mucha gente que practicó la Salud Natural sin una regulación ni educación uniforme por años, se está viendo en la necesidad de formalizar su situación con un título. El MINSAL está regularizando lo que ellos llaman 'terapias alternativas' como profesiones auxiliares de la medicina. Esto es positivo, pero estamos descontentos en 2 aspectos: Primero; carreras como la Quiropraxia, la Osteopatía y la Naturopatía que pertenecen al mismo nivel que la Medicina y Odontología, no son carreras de 'asistencia' médica. Tanto la OMS y la Unión Europea acuerdan que estos profesionales son doctores, no asistentes. Segundo; creemos que no funcionará el sistema de salud al tener médicos que deriven sus pacientes a osteópatas, ya que no veo a un neurocirujano pidiendo la manipulación

de la duramadre a un osteópata o quiropráctico, tampoco veo a un oncólogo pidiendo la desintoxicación de un enfermo de cáncer a un naturópata, para evitar tratamientos tóxicos.

#### ¿Pero cómo podría en chile haber una salud natural de este tipo?

Bueno, uno de los objetivos del IEFC es impartir cursos de alto nivel en las ciencias de la salud, tanto en anatomía, fisiología, ciencias básicas, etc. para que quienes realmente quieren

ampliar sus conocimientos al mismo nivel que los profesionales alópatas tengan un lugar donde hacerlo. Tanto mi experiencia como profesor de carreras de <sup>†</sup>terapias alternativas' como la de otros colegas se pueden resumir con la signiente idea: En las Universidades se les enseña v exige poco a los profesionales de Salud Natural, no se forman al mismo nivel que los profesionales de la Salud Alópata. Esto no está bien, y el IEFC se está formando para cambiarlo.

### ¿Pero no es acaso la Salud Natural algo más autodidacta e informal que la Medicina Alópata en todo el mundo?

Mucha gente tiene esa idea, pero la verdad es que no. En la Salud Natural hemos ganado 19 Premios Nobel, tenemos Universidades en diferentes continentes que imparten carreras de todo tipo e incluso postgrados, magister, doctorados y post doctorados. Incluso hay muchas revistas científicas exclusivas de Salud Natural. De hecho, en muchos lugares los seguros de salud, que serían equivalentes a FONASA e ISAPRES en Chile, en varias enfermedades no cubren la medicina alópata, sino que sólo cubren la Salud Natural. ya que se han dado cuenta que es un ahorro para ellos y un mayor beneficio para el paciente. Creo que no es malo que existan terapeutas naturales autodidactas, pero esos autodidactas se basan en los descubrimientos de grandes científicos de la Salud Natural, o sea, los autodidactas existen gracias a que alguien estudió responsablemente e hizo un descubrimiento. En Chile necesitamos ese tipo de personas también, ellos pueden cambiar el futuro de nuestro país.

¿Y cómo el IEFC puede lograr algo así en chile? Bueno, lo primero es formar a la gente adecuada. Si mucha gente comienza a formarse a alto nivel en la ciencia y en la verdad de la historia de la medicina e industria farmacéutica podemos tener una masa crítica de alto peso. El cambio deben hacerlo las personas, no las empresas, ni los Gobiernos.

#### ¿Y que ofrece específicamente el IEFC para formar a las personas?

Hemos desarrollado una serie de cursos y debido a que muchas personas tienen las ganas pero tienen familia, trabajan o estudian otra cosa, hemos desarrollado cursos los días sábado. Tenemos seminarios de formación en anatomía humana. que constan de 4 módulos, cada uno de un semestre. La idea es abarcar toda la anatomía tal como la conocen los médicos, odontólogos, etc. Otro es el seminario de Ciencias Básicas y Biológicas, que abarca biología, química, bioquímica, física, histología, embriología v otros. También desarrollamos el seminario de Fisiología v otro muy interesante, quizás mi favorito, es el seminario de Historia de la Industria de la Enfermedad, cuyo nombre es 'Cómo la Medicina se Volvió Una Fría Industria'. Seminario muy detallado e interesante, que muestra cómo la salud humana partió siendo una ciencia hermosa y hoy se ha convertido en una industria muy lucrativa.

#### ¿De qué se trata el seminario de Naturología? El Seminario de Naturología es nuestra estrella, en él juntamos todos los demás seminarios: Anatomía, Ciencias Biológicas, Fisiología, Historia de la Industria de la enfermedad, y técnicas de salud natural básicas como la alimentación naturista y la masoterapia, tratamientos que se han traspasado de generación en generación, como lo hizo don Manuel Lezaeta Acharán. De esta forma quienes quieran practicar la salud natural más elemental lo harán con el máximo

en mi casa una cataplasma sobre la herida de mi hijo sin conocer el cuerpo humano, que conociendo el cuerpo humano a la perfección. Este seminario tiene una duración de 6 semestres y las clases son todos los días sábado. Lo llamamos nivel 1, porque queremos que siga desarrollándose con más niveles, ojalá completar 2 ó 3 niveles

más para alcanzar 12 ó 14 semestres de estudio

y abarcar materias como la osteopatía, fitoterapia,

conocimiento científico, no es lo mismo aplicar

¿Quiénes pueden participar en estos seminarios? Todo el mundo, eso es lo mejor. Nosotros abrimos nuestras puertas para toda persona que quiera

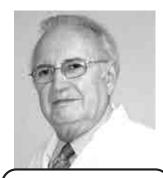
tomar el desafío, ya sean personas que no tienen relación con la salud, amas de casa, padres, hijos y para quienes hacen terapias naturales, hasta personas que están estudiando Salud Natural en la Universidad. Incluso Nuestros cursos son perfectos para estudiantes de Salud Alópata, especialmente el seminario de Historia de la Industria de la Enfermedad. Este seminario se imparte los días sábado y es una recopilación maravillosa de los hechos que han cambiado el rumbo de la salud. Hemos dividido nuestros cursos en 2 niveles: avanzado y básico. El nivel avanzado implica una exigencia y profundidad de enseñanza tal como es para los profesionales alópatas, y el nivel básico consiste en cursos con menor dificultad y evaluaciones sencillas.

#### ¿Dónde está ubicado IEFC y cuáles son los costos de los cursos?

Este año 2009 las clases se están impartiendo en el centro de capacitación de El Guardián de la Salud. El lugar que usaremos el año 2010 estará informado constantemente en el sitio web y en El Guardián de la Salud.

El costo de los cursos varía ya que tenemos talleres de 15.000 pesos mensuales hasta el seminario de Naturología que tiene un valor de 150.000 pesos mensuales. Este seminario es el único que cuenta con becas, la más grande es de 60% por el total del seminario y el único requisito es ser distribuidor de Vitamigos, compañía fundada por el señor Ronald Modra. El distribuidor es capacitado en nutrición, tanto de suplementos alimenticios, como en alimentación sana. Para más información acerca de esto deben visitar la página web, la mayoría de las personas que están pensando en el Seminario de Naturología me han comentado que piensan usar esa beca inscribiéndose como distribuidores. yo creo que es la mejor opción, porque ayuda a hacer más práctico el paso por el seminario.

¿Qué nos comenta para terminar esta entrevista? Luego de esta explicación no queda más que invitar a todos quienes quieran aprender y hacer crecer la Salud Natural a acercarse a IEFC. Visiten por favor nuestra página web , donde pueden enviar un correo electrónico a contacto@iefc.cl, o pueden enviar un mail a escuelasaludnatural @hotmail.com. También podrán participar de las charlas informativas que dará IEFC en diciembre y enero en el centro de capacitación de El Guardián de la Salud. Muchas gracias a todos.



**Dr. Carlos Vargas G.** Urólogo y Sexólogo U. de Chile Centro Médico Men's Quality Santiago Centro

Aunque la disfunción eréctil y la eyaculación prematura son problemas completamente masculinos, afectan directa y fuertemente a la pareja de quien los padece, dañando seriamente a ambos, llegando incluso a la separación, pasando antes por una etapa muy dura y desgastante al no comprender y no saber cómo enfrentar el problema de fondo.

Por ello, lo invitamos a que dialogue con su pareja sobre lo que está sucediendo, que pida su apoyo y que juntos busquen la solución a su problema, verá que ella no dudará en hacerlo así, "juntos" iniciarán el camino hacia una recuperación de su intimidad.

Hoy en día, gracias a los adelantos de la tecnología médica, es posible llegar al diagnóstico preciso de estas disfunciones, lo que permite llevar a cabo un tratamiento oportuno y de alta efectividad.

### ¿Por qué la Eyaculación Precoz y Disfunción Eréctil Afectan la Relación de Pareja?

medicina oriental, etc.

Eyaculación Precoz Uno de cada tres hombres en vida sexual activa padece este problema. De estos, sólo 1/3 llega a la consulta médica, luego de luchar largo tiempo contra su vergüenza, o bien, presionado por el ultimátum de su pareja. LÁSTIMA, YA QŬE EL 95% SE CURA.

Esta disfunción repercute enormemente en la relación de la pareja. Ella, si se está iniciando en la vida sexual, sea por ignorancia o inseguridad, adopta una actitud

complaciente, tolerante ante la Eyaculación Precoz de su hombre, pero con el paso del tiempo, aspira a vivir el orgasmo durante la penetración; de hecho, algunas terminan rechazando otras formas de estimulación. El siguiente paso es buscar evitar el contacto, a expensas del supuesto cansancio, dolor de cabeza, etc., a la vez que su libido se deteriora progresivamente.

El hombre por su parte, atormentado por esta falla, empieza a evitar los contactos frecuentes, y como si fuera poco, una buena parte de ellos termina presentando fallas de erección de



La eyaculación suele ocurrir en ellos antes de la penetración y en el mejor de los casos, antes de 3 minutos de haber penetrado, dejando a su compañera a mitad de camino, con las consecuencias anteriormente

Esta disfunción se cura en forma gradual en un promedio de 4 a 6 meses, al cabo de los cuales el paciente podrá a futuro "volar sin ningún tipo de ayuda". El tratamiento consiste en el uso de medicamentos magistrales, ejercicios musculares, educación, y varias otras técnicas que gradualmente llevarán a la solución del problema.

¿Qué es la disfunción eréctil?

En términos simples, la disfunción eréctil es la incapacidad para alcanzar o mantener una erección firme para tener relaciones sexuales completas y satisfactorias

Este problema afecta al 50% de los hombres entre 40 y 70 años, en diferentes grados (leve, moderado o severo) y, de acuerdo a los estudios realizados, el 80% de los casos se debe a causas físicas, en especial a enfermedades como la diabetes, hipertensión arterial, colesterol elevado, obesidad, entre otras, así como hábitos negativos

como el alcoholismo, tabaquismo, drogadicción, sedentarismo, etc.

Si usted nota que tiene problemas con su erección, es importante que busque atención médica de inmediato, ya que esto puede ir aumentando hasta llegar a una disfunción eréctil total, es decir, perder la capacidad de erección por completo. Afortunadamente, hoy en día existe un tratamiento eficaz para tratar esta disfunción, con el que podrá mejorar la calidad de sus relaciones sexuales desde el inicio del tratamiento.

Avalando lo anterior, la mayoría de nuestros pacientes en su primera consulta requieren aproximadamente de un par de horas para ser estudiados y diagnosticados, y así recibir la formulación del tratamiento, en un ambiente de alta privacidad para ellos y sus parejas.

En nuestro Centro Médico contamos con una mezcla de cuatro medicamentos. Todos ellos aprobados por el Ministerio de Salud Nacional y la F.D.A. de Estados Unidos. Esta mezcla es aplicada al pene por el mismo paciente, mediante un dispositivo en forma fácil e indolora. Gracias a ella, logramos recuperar la calidad de vida sexual de muchos pacientes diabéticos e hipertensos, quienes intentaron con fármacos como el Viagra, Levitra, Ciales y Caverjet, pero no obtuvieron resultados

Cuando una pareja tiene una vida sexual plena, sin duda disfruta de una mejor calidad de vida, en todo sentido.

La solución esta en ¡atreverse! Lo invitamos a recibir la ayuda

Llámenos a los teléfonos (02) 632 31 79 - (02) 638 75 24, para que un asesor telefónico masculino le oriente para acceder a los tratamientos que Men's Quality Medical Group realiza en forma personalizada.

Nota: Los lectores de El Guardián de la Salud tienen un 20% de descuento en la consulta médica y tratamiento, sólo por el mes de Diciembre del 2009.

### Genocidio y holocausto mundial por parte de las Naciones Unidas

POR RODOLFO NOVAKOVIC FÍSICO, INGENIERO FÍSICO RODOLFONOVAKOVIC@GMAIL.COM

Nadie sabía que una amenaza de muerte era promovida por las mismas Naciones Unidas (NU) a través de la Organización Mundial de la Salud (OMS), para ser llevada a cambio en todo el Mundo durante el año 2009. Entre los años 2002 y 2008, nuevas normas y regulaciones fueron cuidadosamente preparadas con el objetivo de tomar el control de todos los países y naciones miembros de las Naciones Unidas. Hasta 2005 tanto las NU como la OMS efectuaban recomendaciones y sugerencias; mas a partir del 2005 cuando es decretada una Pandemia, ellos dan órdenes e imponen programas de vacunación para los países miembros.

En efecto, hasta el 2008 Pandemia se definía como una enfermedad epidémica o infecciosa responsable de la muerte de gran cantidad de personas, diseminada entre la población dentro de una gran extensión o territorio, como un país, continente o el mundo entero. Sin embargo, desde mayo de 2009 la antigua definición ha cambiado. Hoy las NU y la OMS han definido Pandemia como una posible amenaza que podría provocar un agente infeccioso y que podría potencialmente causar la muerte de personas, como por ejemplo, un "brote" global de cualquier cosa (tal como un brote de Hipokalemia, un nuevo tipo de virus, etc.). No obstante, todos sabemos que una enfermedad cualquiera o una condición clínica no es necesariamente una Pandemia porque mate personas, sino porque además tiene que ser infeccioso y contagioso.

La anterior definición de Pandemia garantiza que la OMS obligue a todos los países, tal como Chile, al uso de las vacunas elaboradas por Baxter y Novartis (este último laboratorio hov con nuevas instalaciones en Argentina). Así, aunque la condición clínica conocida como Hipokalemia no corresponde a una enfermedad o brote, el Ministerio de Salud de Chile declaró a inicios del año 2008, utilizando el caso denominado "Nutricomp ADN" (producto que era exportado a más de 25 países), la aparición de un "Brote de Hipokalemia". Pocos meses mas tarde, tanto en Estados Unidos como en Europa, la OMS declaró una emergencia global de Pandemia al más alto nivel, impulsando la aplicación de una ley marcial global a pesar de la evidencia de que la Gripe Porcina era inocua. Esto resultó que tanto USA, Europa, como Chile, por medio del D.S. 86, firmado el 23 de octubre de 2008 por la presidenta Michelle Bachelet, pasaran de la aplicación de leyes civiles a leyes militares. Toda persona, aún miembros de las Fuerzas Armadas, podrían ser forzadas a vacunarse en contra del virus AH1N1 o Gripe Porcina, usando una vacuna compuesta de dos

antígenos bien definidos: un antígeno natural formado por dos virus no atenuados (es decir no irradiados), siendo estos virus el de la Influenza Humana estacional H3N2 y la AH5N1, más un antígeno artificial compuesto por Polisorbato y Escualeno, definidos como coadyuvantes de vacunas que no hacen otra cosa que provocar reacciones inflamatorias que originan, junto a los dos virus no atenuados ya mencionados, un debilitamiento del sistema inmunológico. Los Polisorbatos son una clase de emulsificantes o surfactantes no iónicos que pueden inducir reacciones anafilácticas, mientras que el Escualeno es una clase de hidrocarburo (un hidrocarburo alifático) que se obtiene del aceite de pescado (en particular del aceite de hígado de tiburón) y que, sobre ciertas cantidades, puede producir Esclerosis Múltiple, Artritis Reumatoide, y Lupus Sistémico, entre otros desórdenes. Tal como lo escribió la periodista austriaca Jane Bürgermeister: "En julio de 2009, el Departamento de Salud de los Estados Unidos y la Secretaria Kathleen Sibelius firmaron una orden ejecutiva, otorgando, tanto al laboratorio Baxter Internacional como al Gobierno de Estados Unidos, inmunidad legal por cualquier persecución o demanda en su contra debido a muertes, daños y perjuicios provocados entre los ciudadanos americanos por las vacunas fabricadas y suministradas por ellos". En pocas palabras, la NU y la OMS han intentado asesinar gente alrededor del mundo con total impunidad.

La primera alarma fue dada en Europa, cuando la OMS a través del laboratorio Biomédico Baxter de Austria dio la orden de elaborar y distribuir 72 kilogramos de Material de Vacunación contaminado con los antígenos natural y artificial ya descritos, de modo que un total de 72 millones de dosis fueran repartidas entre 16 laboratorios pertenecientes a los siguientes cuatro países europeos: Alemania, Austria, Eslovenia y República Checa. Sin embargo, un bioquímico miembro del equipo de un laboratorio subcontratado de la República Checa, descubrió esta letal contaminación, cuando todos los animales que él invectó murieron debido a esta vacuna, situación que se informó al resto de las Autoridades de Salud

El 11 de junio de 2009 la OMS y las NU declararon, sin una adecuada rigurosidad científica, criticada por muchos expertos, que se decretaba a nivel mundial una Pandemia nivel 6, lo que dio lugar a la aplicación de leyes que permitían el control sobre las tropas, sobre las leyes de seguridad nacional y de los servicios de salud, todos los cuales eran ahora transferidas a las Naciones Unidas y a la OMS. De acuerdo con el Reglamento de Salud Internacional del año 2005, que había sido también incorporado a la Asociación Internacional de la Gripe Aviar del 2005, dentro de los planes de pandemia nacionales de USA y de otros países, la OMS y las NU se transformaban en las agencias

controladoras de los Estados Unidos en el evento que se declarase un nivel 6 de Pandemia, quedando todos los derechos de dicha nación bajo ley marcial, con las evidentes implicancias para todos al utilizar este poder bajo el pretexto de combatir una emergencia pandémica. Todo aquel que se rehusase a ser vacunado bajo el mandato de la OMS sería criminalizado, quedando la policía autorizada a usar hasta la fuerza extrema contra aquel "criminal sospechoso" que se oponga a estas vacunas.

Aquel mismo día 11 de junio de 2009, en Chile, la presidenta Michelle Bachelet Jeria, el Ministro de Salud don Alvaro Erazo Latorre, y el Ministro de Hacienda don Andres Velasco Brañes, emitieron un Decreto Supremo bajo el número 39, en el cual se imponía, entre otras órdenes, que el Ejército de Chile debían ser vacunado con aquellas vacunas tóxicas clasificadas, por la propia legislación de los Gobiernos Europeos, como armas biológicas. Se cuenta que durante los ejercicios militares conjuntos, denominados "Salitre 2009", donde en octubre pasado participaron al norte de la ciudad de Copiapó ejércitos de diversos países como Brasil, Argentina, Chile, Inglaterra y Estados Unidos, entre otros, los comandantes del Ejército de USA dispusieron la obligación de que todos los soldados participantes fuesen vacunados con las mencionadas armas biológicas. Esta orden causó alarma entre todo el contingente militar, siendo los brasileños los primeros en oponerse, siguiéndole los miembros del resto de las fuerzas armadas presentes. Todos ellos rechazaron tales vacunas, e incluso los propios soldados americanos estuvieron en contra de las órdenes emanadas de sus superiores.

Como muy bien lo relataron la periodista **Jane Bürgermeister** y la religiosa española

Dra. Teresa Forcades i Vila: "estos incidentes no han sido investigados o reporteados por ningún medio periodístico o por agencia de noticias alguna porque ellas están controladas por un mismo Sindicato Corporativo Criminal con base en bancos internacionales, donde por la via de sociedades de inversión institucionales como Goldman Sachs, se controla también a Baxter Internacional".

Tal como ahora sabemos, en 2006 el banco **Goldman Sachs**, quien controla la empresa **Cognis GmbH**, a las empresas Watt's S.A. y B. Braun Medical S.A., cambió las antiguas grasas utilizadas en el producto "Nutricomp ADN" por otras nuevas (Mining Chemical Technologies oils) pertenecientes a grasas de origen mineral para aplicaciones de la industria minera, las que provocaron alteraciones organolépticas en el alimento enteral ADN dando lugar al

fallecimiento
y desórdenes
clínicos entre miles de
consumidores alrededor del mundo, donde este
alimento era exportado.

"Estos 72 kilos de vacunas contaminadas

Estos / 2 kitos de vacunas contaminadas fueron aprobados y distribuidas a otros países a pesar de haber pasado por "rigurosos" mecanismos de seguridad dentro de los laboratorios encargados de curar al mundo de una pandemia. Es difícil creer que los fabricantes no se hayan percatado de esto. Vemos cada vez más efectos secundarios que se han producido en personas de todas las edades, justo después de recibir la vacuna, como abortos espontáneos, ataques y hasta muerte. Lotes de vacunas que han tenido que ser retirados del mercado porque causaban reacciones alérgicas graves. ¿Significará esto que muchas de estas vacunas contaminadas, de las cuales no se sabe el paradero, hayan sido enviadas a otros destinos 'por accidente'? ¿Qué tipo de organizaciones están a cargo de nuestra salud? ¿No tendrá algo que ver con el deseo de disminuir de la población mundial de la que se habla?

Hay muchas preguntas sin responder y ninguna oportunidad para un debato oficial. A pesas de todo esto ¡nos piden que confiemos en ellos!"

### Dos valientes mujeres se oponen a las vacunas obligatorias



### **Dra. Sor Teresa Forcades**

Es médica, teóloga y monja benedictina española, conocida por sus manifestaciones críticas con la gestión de la Pandemia de gripe A (H1N1) por parte de las instituciones sanitarias (OMS) y las empresas farmacéuticas productoras de las vacunas.



### Jane Burgermeister

La periodista austríaca formuló recientemente cargos penales ante el FBI, en contra de la Organización Mundial de la Salud (OMS), las Naciones Unidas (ONU) y varios funcionarios del más alto rango gubernamental y empresarial involucrados en la vacunación forzada.

### Nocheeee de paaaaz, nocheee de amoooor...

CHEPITA FUENTES M.

Queridos amigos, en este mes de la locura por comprar, sólo encuentro paz y amor en las iglesias; porque en las calles...... El año pasado venía a mi casa y me pegaron en un ojo con un triciclo y ni siquiera me pidieron disculpas, que habría sido un consuelo para el chichón que se instaló en mi sien. Y para colmo llegué a mi casa sin la chauchera.

La magia empieza cuando cruzo el umbral del portón y mis ojos se relajan en los diferentes verdes de mis plantas. Un rosal trepador me hace pasar por un arco de triunfo, y adentro todo es paz y múltiples aromas.

A ustedes me los imagino ya gozando del crecimiento de alguna verdura en sus huertas. Mis lechugas verde oscuro de primavera ya se están subiendo y les va quedando sólo las hojas pequeñas de la copa, se ponen duras y amargosas de modo que las uso para las sopas o guisos.



Escojo las que fueron más frondosas para dejarlas de semillas y las otras las voy arrancando para el compost. Ese lugar de inmediato lo remuevo con la laya grande o pequeña (según el espacio) y le agrego compost, lo riego y dejo descansar un par de días, luego pongo algunas semillas o

trasplanto algún plantín, porque no hay que dejar de rotar los cultivos, para que la tierra no se empobrezca. Donde hubo lechugas, saldrán ricos rabanitos o zanahorias.

Lo mismo sucede con las acelgas tempraneras (que son los troncos que quedaron del año pasado) y este año es mejor arrancarlas; aunque ellas siguen dando sus nutritivas hojas, se van poniendo mas amargas, duras y de tallos mas delgados. Pero como recogimos sus valiosas semillas, podemos tener para cada temporada acelgas nuevas, que se pueden plantar durante todo el año. Para guardar sus semillas hay que cogerlas de una planta que madure en verano, son más fuertes, y brotan de ellas plantas de hermoso vigor.

Todos conocemos la acelga como hortaliza, pero además tiene principios activos desinflamatorios que bien podemos usar en caso de dolorosas hemorroides, que exponen a nuestro organismo a una posible infección. Se golpean dos o tres hojas suavemente con una cuchara, luego se colocan sobre las hemorroides (pueden afirmarse con un apósito o simplemente con la prenda

interior). Su poder para desinflamar se potencia si además le agregamos unas rebanaditas de tomate (otro remedio singular). Como pueden ver, ellas no pican dos veces como los ajíes, sino que "Nutren y sanan dos veces".

La betarraga es otra hortaliza que se puede plantar en "siembra directa", o sea que no necesita hacer almácigo primero. Y al igual que la acelga, se puede cultivar durante todo el año.

Los ajíes y pimentones son para almácigos; pero como estamos hablando de huerta casera donde necesitamos dos o tres matas, podemos enterrar las semillas por aquí y por allá directamente donde queremos que salgan y es mejor enterrar de tres pepitas para asegurar que una por lo menos nos brote. Si salen todas, en menguante y cuando tengan unas 5 hojas las podemos trasplantar dejando en el lugar sólo una. Lo mismo podemos hacer con los rabanitos y

No descuidemos el riego que es su vida, pero tampoco las ahoguemos porque pueden morir.

### Vacunas obligatorias

R.M.R.

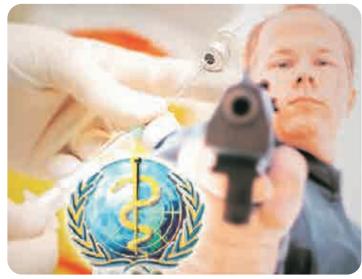
Se está presionando a los medios de comunicación y a los gobiernos del mundo para que cooperen, pero existen grandes vacíos respecto a las razones que hay detrás de las vacunas obligatorias, y de los eventos que han conducido a ellas.

Es algo que crea fortunas para las mismas personas que están involucradas en causar la pandemia, y es imposible que se emprendan acciones contra ellas si ni quisiera se están investigando.

Es tiempo de despertar ante acciones irresponsables que dan como resultado la liberación de cantidades masivas de virus vivos, siendo luego la misma industria la que hace fortunas de los gobiernos que pagarán por millones de vacunas con el dinero del público.

Cuando son las corporaciones las que gobiernan el mundo, nosotros somos sólo un recurso para sus objetivos, pero tampoco pueden decir si somos un recurso valioso o no.

Se supone que los gobiernos están para protegernos de los monopolios y de las grandes y poderosas multinacionales. Pero para hacerlo, deben ser más fuertes y valientes que los monopolios que constantemente los presionan con el fin de obtener favores.



### Proteja a sus hijos

Después de leer acerca de la vacunación obligatoria de una joven en Brooklyn, USA, que terminó en su hospitalización, muchos padres están preocupados de proteger sus propios hijos de los programas de vacunación en los colegios públicos.

Varios ciudadanos estadounidenses están tomando **precauciones especiales** por medio de una carta redactada con palabras firmes que le informa al director del establecimiento (y los miembros de enfermería) que si su hijo es vacunado sin su permiso, ellos los demandarán por daños.

Como un servicio público a los lectores de NaturalNews.com (uno de los sitios de salud natural más visitados), Mike Adams ha escrito y subido a su página web, una carta tipo cuya redacción puede ser modificado y usado con este propósito. A continuación la versión traducido al español:

### Carta para el director y miembros de enfermería del colegio

De: (nombre del apoderado)

Mat.: Solicitud para no vacunar a mi hijo/a (nombre del niño)

Estimado Director (nombre) y personal de enfermería:

Esta carta es para informarles que como apoderado de un alumno en su establecimiento, no otorgo mi consentimiento a cualquier tipo de vacunación del virus H1N1 (gripe porcina) a mi hijo/a .........Si mi hijo es sometido a este tipo de vacuna sin mi permiso, lo consideraré una flagrante violación no sólo a mis derechos como apoderado, sino que a los derechos civiles de mi hijo.

La vacuna de la gripe porcina H1N1, que actualmente se está dando a los estudiantes

en EE.UU., fue aprobada por el FDA (Departamento de Control de Alimentos y Medicamentos de los EE.UU.) usando una dispensación ilícita que permitió aprobar las vacunas sin absolutamente ningún tipo de prueba científica confiable. No hay ninguna prueba adecuada de seguridad o efectividad que haya sido conducida en ninguna de las vacunas para la gripe porcina, y los niños que están siendo inyectados con ella, están siendo tratados como conejillos de india humanos

Aparte de esto, la gripe porcina H1N1 ha resultado ser tan leve que puede ser superado fácilmente con un sistema inmunológico saludable ayudado con niveles suficientes de vitamina D en sangre. Mi hijo toma suplementos de vitamina D y por lo tanto tiene un sistema inmunológico extremadamente activo y saludable que puede formar con facilidad sus propios anticuerpos en contra de la gripe porcina u otro tipo de influenza. A causa de la salud de su sistema inmunológico y su régimen nutricional, mi hijo no representa una amenaza a la salud como "portador" de esta enfermedad, incluso sin haber sido vacunado.

Parte de mi responsabilidad como apoderado, es proteger a mi hijo de químicos potencialmente peligrosos o medicamentos cuyos resultados no han sido comprobados, que podrían causarle efectos secundarios neurológicos. Se conoce en la actualidad que un previo lote de vacunas para la gripe porcina en 1976 causaron el Síndrome de Guillain-Barre (GBS), un desorden neurológico serio que puede causar parálisis o incluso la muerte. Puede que sea pequeño el riesgo de tales efectos secundarios, pero son permanentes y no valen la pena a cambio de una supuesta protección contra una enfermedad que, según las estadísticas del CDC (Centro de Control y Prevención de Enfermedades de EE.UU.), es muchas veces

menos virulenta que la gripe estacional común.

Por favor, tome nota de que mi hijo no debe recibir ninguna vacuna sin mi previo consentimiento por escrito y, si mi hijo es sometido a cualquier tipo de vacunas sin tal permiso, inmediatamente buscaré ayuda legal en un intento de responsabilizar a su establecimiento de todos los costos médicos a largo plazo potencialmente asociados a los efectos secundarios de la vacuna. Además, demandaré a los responsables por la violación de los derechos civiles de mi hijo.

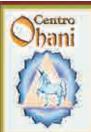
Si un acontecimiento así llegase a ocurrir, estará en mis planes hacerlo público, tanto a nivel local como nacional, para que la gente esté consciente de la gran violación a los derechos de los apoderados. Una copia firmada y con fecha de esta carta estará disponible a la prensa para probar que solicité, clara y específicamente, la NO-VACUNACIÓN de mi hijo/a. Tampoco tendré problema alguno de facilitar esta documentación a cualquier regulador estatal o investigador de la orden pública que se involucre en ese punto.

Puede evitar todo esto respetando mi solicitud de salvaguardar a mi hijo de cualquier y todas las vacunas que se estén dando en su establecimiento.

Saluda atentamente,

(Nombre del apoderado) (Sello notarial aquí)

Su credibilidad estará inmensamente mejorada si tiene una carta con fecha firmada y certificada ante notario (junto con pruebas de su recepción por correo). Para mayor seguridad imprimir una copia que puede andar trayendo su hijo en todo momento.



Terapias Alternativas

**CENTRO OHANI** 

Formación de terapeutas www.ohani.cl

Conozca el adelanto más significativo en salud alternativa: el **BIOMAGNETISMO**, extraordinario descubrimiento del Dr. Isaac Goiz de México, avalado por la Universidad de Chapingo en México, y la Universidad de Loja en Ecuador. Constituye un poderoso recurso para combatir las más graves dolencias como cáncer, SIDA, diabetes, artritis, etc., con el adecuado uso de poderosos imanes.

Próximo curso de Biomagnetismo 23 al 27 de abril del 2010
Curso de Osteopatía Bioenergética Celular
desde el 24 al 28 de marzo
con la Dra. Italia Oloarte (de México)

Ver testimonio en TV: http://www.ohani.cl/biomagnetismo testimonios en TV.htm

### **Biomagnetismo**

(Terapia con imanes)

Aromaterapia - Masaje terapéutico - Yoga Iyengar Kundalini Yoga - Naturismo - Cáncer - Obesidad Fitoterapia - Reflexología Holística - Tarot
Canalizaciones - Thought Field Therapy
Fotos Kirlian - Numerología Tántrica
Niños Índigo - Yoga y Terapia Floral Bach para niños
Regresiones a vidas pasadas - Astrología
Osteopatia bioenergetica celular

#### **TERAPIAS**

Medicina General - Psicología - Reiki Esencias Florales del Mediterráneo, Albas, Damas y Rosas de Pércival

### **TALLERES Y CURSOS**

Reiki I, II y maestría - **Biomagnetismo**Esencias Florales del Mediterráneo Yoga Iyengar - Kundalini Yoga Osteopatia Bioenergetica Celular - Eneagrama

### **TERAPEUTAS**

Adriana Rubio - Nuna Peralta - - Michèle Buijüy Sergio Córdova - Leonor Murillo Patricia Loos - Andrea Ortiz - Pamela Ebensperger Ezio Cecchetto - Pedro Catalán Octavio Ortiz - Marcia Gómez Veronica Vidal - Natalia Cordova - Yolanda Espinoza

Visite nuestro sitio web: www.ohani.cl

Fonos 2075968 - 2084148 Fax 4948954 Nevería 4697 Las Condes Metro Escuela Militar

> E-mail: terapias@ohani.cl



# FARNIACIAS HAHNEMANN Casa Matriz: 556 9439 SUCURSALES Bandera 666: 698 8290 Moneda 683: 639 4457 Santo Domingo 922: 632 8961

### Colon Irritable

Es un síndrome funcional caracterizado por: malestar, distensión abdominal y cambios bruscos entre episodios de estreñimiento y diarrea.

Además de tener en cuenta recomendaciones como beber suficiente agua, llevar una alimentación adecuada e ingerir fibra. Se debe prestar atención a otros factores, que pueden favorecer la aparición de este síndrome. Por ejemplo el tratamiento con medicamentos irritantes para la mucosa intestinal (antibióticos), la intolerancia a ciertos productos (lactosa o gluten) y por último estrés, ansiedad o alguna alteración del sistema nervioso.

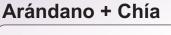
Tomar suplementos dietéticos promueve las diferentes funciones del sistema digestivo y ayuda a suplir posibles carencias de nutrientes producidas por alteraciones en nuestra dieta, cambios en el estilo de vida o carencias constitucionales. La *Vitamina C* favorece el sistema inmunológico, la *Vitamina B* desempeña un papel importante en el sistema nervioso central, la *Vitamina A* interviene en la formación de la mucosa que recubre el intestino, los *probióticos* ayudan a repoblar de flora natural a las paredes intestinales y la *fibra* ayuda a la formación de heces.

QF Myriam Ampuero



### EXIJA LO MEJOR - NO ACEPTE IMITACIONES

Pensado para la salud de la mujer



La combinación de arándano más chía da como resultado un ANTIOXIDANTE espectacular.

Fortalezca su salud desde el cerebro y el corazón hasta el tracto urinario.

Disponible en 30 y 60 cápsulas

Fono consultas: (02) 632 1887



### Punto de saturación

R.M.R.

Todo lo que conocemos en la tierra tiene un punto de saturación o un límite, y si éste se sobrepasa, se producen daños y colapsos que pueden presentarse rápidamente o en forma gradual. Tendemos a comprender esto más claramente cuando lo observamos en cosas materiales, especialmente en la construcción e ingeniería. Si sobrecargamos un auto o a un animal, un río o una represa, entendemos las consecuencias, que incluyen daño o destrucción total.

#### Dependemos de las enseñanzas correctas. Comprendemos porque se nos enseñan las verdaderas leyes que siempre están involucradas.

¿Qué pasaría si nos enfrentáramos a algo cuyas leyes o instrucciones no se nos han enseñado, y por lo tanto no sabemos, por ejemplo, cómo operar una máquina para que funcione correctamente y pueda durar toda su vida útil? En tal caso, seríamos engañados o estaríamos siempre trabajando en la oscuridad, incapaces de tomar las decisiones correctas por falta de información disponible.

En el pasado, las familias confiaron siempre en el consejo tradicional, traspasado de generación en generación. Este consejo se basaba principalmente en los resultados obtenidos por otros que utilizaron esa información como guía.

Cada nación tiende a tener opiniones un tanto disímiles por lo que es común escuchar aquello de que 'viajar amplía tu mente'.

Hoy en día se nos enseña a creer cada vez menos en la tradición y a poner nuestra fe en opiniones de expertos a nivel global. Esto es la ciencia o consejo experto en los Siglos XX y XXI. Puede que incluso se nos anime a desechar el consejo proveniente de nuestras generaciones pasadas, diciendo que nuestros antepasados ignoraban ciertas cosas y la ciencia hoy ha encontrado las respuestas.

Sin embargo, puede que esto no se ajuste a la realidad en muchos casos, si la nueva información

proviene de un área aliada con el marketing, por ejemplo:

A. Los expertos pueden estar trabajando para una industria que compite por nuestro dinero y nuestra confianza.

B. Puede incluso ser un consejo que proviene de expertos que no han desarrollado completamente sus sentimientos hacia los habitantes de este planeta.

En nuestros tiempos modernos, las situaciones A y B son muy comunes.

Una forma de verlo es que A compite por nuestro dinero cuando vamos de compras y desean desesperadamente que compremos más sus productos por lo que las reglas del juego limpio se doblan para obtener nuestra atención.

B puede incluir al equipo de marketing y de científicos de una gran empresa tan rica y poderosa hoy en día, que ya ni si siquiera necesitan a los consumidores. Tienen socios mayoritarios que piensan que el mundo está muy poblado, y que el bienestar propio es más importante que el de la gente.

Cuando varias de las mayores organizaciones del mundo se comienzan a reunir (amalgamarse), la sala de directorio comienza a asemejarse más a una colección de dioses, que a lo que era originalmente cuando esas compañías estaban en sus inicios y dependían de la calidad para volverse grandes. Ahora son multinacionales, convertidas en algo más que una empresa, y pueden ser más, mucho más poderosas que los gobiernos de los países donde operan.

Esto es el 'Punto de Saturación', y ahora estos conglomerados se convierten en gobierno por derecho propio, mejor financiado que los gobiernos tradicionales a los que estamos acostumbrados. La gente ya no los conoce; constituyen el 'Nuevo Orden Mundial'. Gobiernos normales no pueden lidiar con esto, si no conocen y no se les enseña lo que está ocurriendo. De hecho podemos ver claramente que no es de su interés incluirnos, las masas, dentro de su círculo de confianza. Es mejor

trabajar a través de sociedades secretas y alejados de nosotros. Funciona si se mantiene a las masas fuera de las salas de directorio y totalmente ignorantes de lo que está ocurriendo a nuestro alrededor.

A un nivel muy personal, esto afecta nuestra

salud física y mental en forma extrema. Sin embargo, eso no constituye una preocupación para los grandes jugadores que nos ven principalmente como un recurso. Si las personas fueran escasas, seríamos un recurso muy valorado y nuestra salud y educación serían importantes, pero debido a que somos reemplazables, no se consideran nuestras necesidades de salud o de una educación apropiada, y esta es la razón principal por la que mientras más confía el mundo en el gran negocio para proveer sus necesidades y educación, nos volvemos cada día más débiles y permanecemos así. No podría estar más claro. Consumimos alimentos preparados para nosotros por científicos,

El punto de saturación ya se ha alcanzado, y el primer gran peligro para todos está en la salud. Es inevitable el colapso completo en salud de todos aquellos que ciegamente han seguido este nuevo régimen que hoy en día controla gran parte de nuestros alimentos y nuestra educación. A pesar de ello algunos podemos liberarnos de esto y volvernos saludables.

recibimos educación de los mismos monopolios,

y fracasamos en ser más saludables, ricos y sabios.

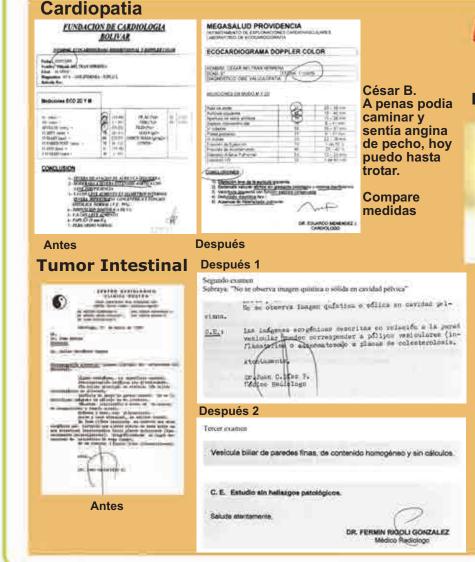
Es de primordial importancia en estos tiempos de grandes retos, conservar nuestra capacidad de permanecer aptos para pensar claramente y libres de la debilidad constante, a raíz de tratamientos pobres e incorrectos. Sólo aquellos con un pensamiento fuerte y claro atravesarán esta época adversa en forma exitosa. Nos preocupamos e informamos por el bien de todos, ya que la próxima generación deberá corregir lo que nosotros permitimos que ocurriera en las altas esferas de nuestra sociedad.

Nuestro primer paso es salvarnos del envenenamiento masivo que emerge de los supermercados y de centros de salud que se supone deben tratar nuestras enfermedades. Ellos no pueden cambiar, pero nosotros sí Nuestro sistema inmunológico ha alcanzado su "punto de saturación", por tanto no podemos aceptar más de estos sofisticados alimentos modernos que acarrean sólo enfermedad y muerte. Las personas que mejoran su salud, se ponen en forma y piensan con más claridad. Este es el primer paso y es una deuda con nosotros mismos comenzar a alejarnos de todo aquello que nos daña. Si continuamos introduciendo en nuestro organismo productos que no alimentan, que han sido desnaturalizados, continuaremos enfermos e incapaces de exigir una mejor vida para nuestras próximas generaciones.

De la misma forma en que millones de personas en el mundo se enferman, otros tantos millones están diciendo ¡suficiente!, informándose y haciendo imposible que estos tiranos industriales y comerciales continúen alimentándonos de basura, a través de la comida y la educación.

En tanto se disponga de internet, por favor acceda y baje toda la información disponible para vivir sanamente e informado. Las próximas generaciones necesitarán de esa información desesperadamente, ya que la tendencia es borrar todo lo que hemos aprendido de manera real y práctica, reemplazándolo por nueva ciencia que no ha sido probada.

No debemos tener miedo del futuro si comenzamos a hacernos responsables de nuestro bienestar y de nuestra propia vida. Ya hemos visto lo que ocurre cuando dejamos esto en manos de expertos.



# Energía de Moisés Gómez Solicite su hora Hernia de Columna Fono 233 77 95



La hernia de columna y los dolores de don Miguel Farias se fueron con 10 sesiones de Energía Sicopránica.

Desaparece tumor de 60 mm de diámetro del intestino de Carlos Hernández y luego nódulos de vesícula biliar. Es la evidencia radiológica.



Moisés Gómez Atención exclusiva en Santiago

Av. 11 de septiembre 2214
Oficina 44, Providencia. Metro Los Leones
www.moisesgomez.cl



### Secretos de la Naturaleza®

Productos orgánicos 100% Naturales sin excipientes, rellenos y placebos innecesarios.

### Orientación en Salud para la Prevención de Enfermedades, mediante la utilización de Plantas Naturales.

**ACHIOTE:** PARA AFECCIONES DEL SISTEMA URINARIO Y LA PRÓSTATA. Recomendado en infecciones a la vejiga y contribuye a disminuir las visitas al baño.

**BELEN:** COLON IRRITABLE. Para Hígado graso, Riñones y Sistema Digestivo. Depurativo (purifica la sangre) y diurético. Evita hemorragias internas y sangramientos.

**CAIGUA:** ADELGAZANTE. Poderoso quemador de grasas Limpia la sangre y ayuda en caso de várices, celulitis, arterioesclerosis, colesterol alto e hipertensión.

CALAGUALA: PSORIASIS, VITILIGO, DERMA-TITIS Y ESCLEROSIS MULTIPLE. Además se utiliza en casos de dermatitis alópica, alopecia universal y areata, liquen plano, alzheimer, lupus eritematoso sistémico, enfermedad de Crohn, hepatitis autoinmune.

CHUCHUHUASI: HUESOS Y ARTICULACIO-NES. Tratamiento de osteoporosis y fractura de huesos. Alivia el dolor muscular, de las articulaciones, el reumatismo y la inflamación por artritis

YACON: TRATAMIENTO DE LA DIABETES. Reduce la cantidad de azúcar (glucosa) en la sangre y es una solución para quienes se inyectan insulina. **GRAVIOLA:** TRATAMIENTO DEL CANCER. Especialmente indicado en mamas, páncreas, colon, próstata, pulmón e hígado. Elimina células cancerosas sin dañar las sanas. Es considerada la quimioterapia natural.

MACA: ENERGIZANTE Y MULTIVITAMINICO. Complemento nutritivo. Beneficioso para el sistema óseo, la anemia, la fatiga y el estrés. Ayuda en los trastornos de la menopausia. Aumenta el rendimiento intelectual.

**PULMONARIA:** PULMONES, SILICOSIS, TOS Y BRONQUITIS. Para afecciones de vías respiratorias.

VALERIANA: ANTIESTRES Y CALMANTE NER-VIOSO. Util en casos de insomnio, histeria, vértigo, crisis de pánico y pérdidas. Restaurador del sueño y antidepresivo. No produce acostumbramiento.

VIGOR MAX: ESTIMULANTE DE LA ACTI-VIDAD SEXUAL. Es una gran ayuda en la disfunción eréctil. Fortalece la libido femenina y masculina. Es un potente vigorizante y energizante natural.

**NONI:** RECONSTITUYENTE CELULAR. Aumenta las defensas del cuerpo y regenera las células naturalmente. Dosis sugerida: 2 cucharadas soperas al día (una por la mañana en ayunas y la otra media hora antes de la cena).



Consulte por envíos dentro de Santiago y Regiones. San Martín 414, Metro Santa Ana, Santiago. Fono: 671 8106 - www.secretosdelanaturaleza.com



Para actuar mejorando desde la primera sesión Autoestima – Seguridad – Sexualidad - Depresión Ansiedad - Habilidades Sociales - Regresiones TEL: 02 - 6389919 Cel: 09 - 92253596

Santa Lucía Nº 270 OF. 501 www.nuevavision.cl

www.hipnoterapisomv.com

Depresion? Alegre su vida con terapia floral

Debilidad? Aumente sus defensas con alce vera y digitopuntura

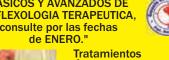
Lea Plaza 227 6176 - (09) 783 3859



Carlos Hermosilla Flores diplomado en E.E.U.U. OFERTA: atención 2 personas por el valor de 1 Huerfanos 786 - Local 30 Fono: 638 76 85 Stgo.

### www.escueladereflexologia.cl

"CURSOS INTENSIVOS **BASICOS Y AVANZADOS DE** REFLEXOLOGIA TERAPEUTICA, consulte por las fechas



Único en Chile con 33 años de experiencia profesional

F: (02) 475 4658

### **INST. "LOS ANGELES" CURSOS A TU ALCANCE**

PODOLOGIA, (Clases día Sábados) COSMETOLOGIA, REFLEXOLOGIA. MASAJES CORPORALES, REIKI, FITOTERAPIA.

ATENCION DE PODOLOGIA Y MASAJES CORPORALES

MONJITAS 843 Of.54 ASCENSOR A. T: 638 3456 WWW.ACTIWEB.ES/INSTITUTOANGELES

### KINESIOLOGIA

Dolor Lumbagos, Cervicalgias, Fibromialgias, Hombro doloroso, Túnel carpiano, Tendinitis Artrosis Artritis Pie Plano, Hallux valgus, Parálisis facial, Accidentes vasculares

Plantillas Fajas Ferulas Rodilleras Collar cervical Corrector de hombros Sonda Fuji

235 47 80 • Manuel Montt

### **Terapias complementarias**

### **BIOMAGNETISMO**

- Himnosis Regresiones
- Esencias Florales - Osteopatía Bioenergética
- Talleres Orientación
- Reiki

F: (032) 297 5562 cel: 747 8656 email: nancyfontenelle@gmail.com 3 Poniente 107 - Viña del Mar

### Podología a domicilio

- Paciente Diabetico

 Uñas encarnadas Sra. Eugenia Henriquez

747 9449 / 07 - 763 3828

### Biomagnetismo

Terapias con Imanes

- Para Estress, depresión y diferentes patologias
  - Elimina virus, bacterias, hongos parasitos equilibrando su PH

Av. Providencia 2529 Loc. 21 Metro Tobalaba (Lado Sur) edir Hora: 333 8698 - Cel: 07 4500274

### SOBREPESO-OBESIDAD

Baje de peso en forma definitiva y natural, ontrolando: ansiedad, quema de grasa y digestión 17 años de experiencia en niños y adultos Farmacia Av. Vicuña Mackenna 590 M. Sta. Isabel F: 222 7139 - 635 5894 Despacho Provincias

### ¿DOLORES?

Artritis Reumatoidea, Artrosis, Dolores Articulares, Esclerosis Múltiple, Migraña, Hemiplejias, Incontinencia Urinaria y mucha otras enfermedades. Masaje descontracturante

con piedras calientes Medicina Alternativa Apiterapia Acupuntura Estimulación Eléctrica Camas de Jade

**ENFERMERA UNIVERSITARIA Domicilios** Fonos: **823 46 18** 09-4351817

### TRATAMIENTOS DENTALES SIN DOLOR **NIÑOS Y ADULTOS**

Facilidades – Todas las tarjetas – Convenios Atención Lunes a Domingo

Ortodoncia - Aparatos fijos - Removibles Invisibles - Prótesis blandas - Coronas Puentes - Tapaduras blancas - Blanqueamientos Dr. Jaime Iglesias H. Ahumada 131 of. 515 Irarrázabal 5185 of. 604 698 86 04 - www.jih.cl

### BIOMAGNETISMO Terapia con Imanes Laura Llancafil

- · Alumna del Dr. Goiz, certificada
- 3 sesiones por \$25.000
- Socia SOCHIBIOMAG A.G.

Luis Thayer Ojeda Norte 0115 of. 34, 2' nivel A media cuadra del metro Tobalaba 312 1872 - 08 2893361

### **Productos naturales Gira - Soles**



Regale Salud Semilla de Chia x Kilo \$1000 Frasco Benexia 375 grs. \$5990 Te verde - Rojo - Oolong y

Pu-erh. (potentes quemadores de grasas) Jalea Real - Ginseng - Maca (energizantes) Alga Spirulina - chitosan - vinàgre de manzana (Ansioliticos y quemadores de grasa) Cápsulas: Hercampuri, Omega 3, Levadura de cerveza, yacon, Achiote, uña de

mac-iver 510 local 2 CL:8-2339938

### Centro Gilania

"Cursos de Masaje Tradicional Tailandés por empezar" Cursos de doce clases.

Seis alumnos por curso.

en Santiago y Viña del Mar. gestalt.gilania@gmail.com

F: 02-7852043 / 08-4090507 / 07-9473176

www.centrogilania.blogspot.com El Llano Subercaseaux 4005 Of. 1103 \*\*\* San Miguel

### STEVIA PLANTA MEDICINAL

Antidiabética, regula los niveles de glucosa en la sangre. Una excelente ayuda para la pérdida de peso. Reduce la ansiedad y mejora el metabolismo. Antioxidante, 6 veces más que el té verde.

Diurética, digestiva, mejora la circulación. Reduce la hipertensión

CEL 8-4533107 stevia.01@gmail.com



#### **ASMA - ALERGIAS** Rinitis, Sinusitis, Asma Bronquial, Dificultad Respiratoria, Dependencia Inhaladores TRATAMIENTO NATURAL, RÁPIDO Y SEGURO Farmacia Av. Vicuña Mackenna 590 F: 2227139

Providencia Metro Sta. Isabel

### ANTES DE COMENZAR TU DIETA,

ee esto y te evitarás molestias Ya te habrás preguntado: ¿Cuál es la mejor opción? ¿Cómo saber qué será lo mejor en tiempo y resultado? Solicita mi artículo titulado:

"Las 10 cosas que debes saber antes de iniciar tu baja de peso"

Este envío es **GRATIS** a tu correo. Escríbeme a: herbalmejorsalud@hotmail.com, y/o Visita: www.herbalmejorsalud.com

### **Biomagnetismo**

José Ugrin Bode

Terapeuta discípulo del Dr. Goiz Previniendo, mejorando y conociendo su real estado de salud, mediante scanner corporal.

F. 356 9874 - 09-9081478 joseugrinbode@gmail.com



MIEL BALDE 5 KG. \$ 10.000.POLEN FRESCO \$ 7.000 KILO
JALEA REAL \$ 5.000
10 GRAMOS
PROPOLEO \$ 1.000 C/GOTARIO
VARIEDAD FRUTOS DEL PAIS,
CONDIMENTOS,
PROPULCOS NATURALES PRODUCTOS NATURALES

**AVENIDA MARINA Nº 1180** FONO: 2883637 MERCADO MUNICIPAL, VIÑA DEL MAR

### POTENCIADOR SEXUAL

(NATURAL DE BRASIL) Eyaculación precoz, falta de erección, bajo deseo, provocado por estres, Hipertensión, Diabetes

Problemas Prostáticos. Av. Vic. Mackenna 590, Providencia, F: 222 7139

Depresion? Alegre su vida con terapia floral

Debilidad? Aumente sus defensas con aloe vera y digitopuntura

Carolina Lea Plaza 227 6176 - (09) 783 3859

### **Eddie Valencia- Angel** Gerontólogo U.C. Iridólogo Cambio de

perspectiva de vida. **Emociones** Alimentación F. 872 0764

### ¿Tiene CANCER de piel? Crema de Tahiti

Cura el cáncer de piel Simple y efectiva, no se necesita más cirurgía

Con una o dos aplicaciones comenzará la mejoria

Resultados comprobados Tel: 08-6728077 gsbossert@gmail.com Portal Bulnes 483, Plaza de Armas

### TERMOMASAJEADOR VICTORIA

3 CAMAS CALIENTES Corrige in columna Buena para el estrés PIEDRA JADE Reduce dolares de espuida -Luz infrarroja 40 minutos \$1500

Sistema nervioso • Purifica la sangre, climinando las grasas y toxinas

Ceragem Ayuda a bajar de peso Ventas de Productos Naturales REUMA ARTROSIS

¡Lo mejor de la Cisternal Fuenzalida Urrejola 130 Metro lo Ovalle - Pida su hora al 526 5393 / 09 417 9924

### IRIDOLOGIA-REIKI **FLORES DE BACH**

HIPNOSIS MAGNETOTERAPIA Cursos de Reiki desde 1º nivel a maestria gvaldesp@gmail.com F: 234 9388 Cel: 09-7469687 Suecia 42, Of. 406 600 Metro Los Leones

### **ACUPUNTURA LASERTERAPIA**

- Tabaquismo y otras adicciones
- Dolores Reumáticos,
- Musculares, Articulaciones
- · Neuralgias, Jaquecas, Ciática - Alergias, Ansiedad, Insomnia,
- Depresión

Olaya Pérez Spearman Licencia en Tri-State College de Nueva York Pedir hora al 274-5080

### **ESCUELA DE ARTES Y OFICIOS**



TALLERES INTENSIVOS DE VERANO FLORES DE BACH -**AROMATERAPIA REIKI -TAROT TERAPEUTICO** 

**SANTO DOMINGO 2338** Fonos 773.30.45 / 9334.37.05

### EN ESTA NAVIDAD REGALA NATURALEZA

Cremas de Leche de Burra, Shampoo caída del cabello, Aceite de EMÚ, MACA en cápsula y polvo, Crema de caracol ELICINA Energizante Sexual, Crema de Murtilla

Informaciones en www.ventasnaturales.cl Fono Compras: 2 6892030 / 6899632 Despacho a todo chile.

### **IMANES** PARA SANACIÓN

- Biomagnetismo y Magnetoterapia.
- Preparar Agua magnetizada o imantada
- Artritis, várices y dolores en general

Cursos de magnetorerapia: Fundamentos científicos y aplicaciones Socoter Ltda. Rapanui 328, Recoleta Tel.:737-0720,Cel.: (09) 828-1273

### socoter@entelchile.net www.socoter.cl SYNTALIA TERAPIAS HOLISTICAS:

Psicologia + homeopatia y terapia floral Shiatsu: masaje que equilibra la energia Quiromasaje reductivo y de relajación Psicopedagogia con terapia floral

Agustinas 1442. Ofic. 609 - B fonos 699 29 77 - 08- 454 27 40



### Se compra Miel pura de productores

El Guardian de la Salud F: 632 1887 - Vera Lea



-Mall Plaza Vespucio La Florida Fonu: 5863076 Local C 113

-Mall Plaza Norte Huechuraba Fanu: 5860538 Local B 12 (Lider)

-Mull Pluzu Antofagaxia Fano: (55) 533207 Local L09 (Frente caja Tottus) Avenida Balmaceda Nº2355 (Antofagasta)

ofrece a sus clientes alternativas naturales para la salud y la belleza en forma de homeopatía, fitoterapia, terapia floral, antroposofía, aromaterapia, etc.

# El origen de la industria de la enfermedad

### La única manera de entender es conocer nuestro pasado

PABLO PAULSEN KINESIOLOGÍA OSTEOPATÍA

Al conocer el origen de las cosas es mucho más fácil entender lo que está pasando el día de hoy con el mundo, como dice la noble frase 'un pueblo que olvida su pasado, está condenado a repetirlo', por eso es importante conocer nuestra historia humana.

El origen se remonta al siglo XIX, en Alemania, donde la química era una ciencia con interés académico para saber de qué estaban hechas las cosas que usaban cada día, y con interés por conocer la naturaleza. Pero esto desembocó en una maratón de esfuerzos acertados y errados por copiar lo natural, reproduciendo sustancias artificialmente, o sea científicos que buscaron ser creadores, es decir ser Dios.

¿Podía terminar bien esta aventura? ¿Existía alguna posibilidad de que la ciencia se fuera por buen camino desde ese momento? La verdad es que desde ese instante todo funcionó mal. Si queremos retomar un punto de la historia para arreglar las cosas en la ciencia este es el punto.

La historia comienza con W.H. Perkin, quien a los 15 años entró en el Colegio Real de Química (hoy en día parte del Imperial College de Londres). A los 17 años, era alumno del Ilustre profesor August Wilhelm von Hofmann, quien pretendía sintetizar artificialmente quinina o chinchona, un componente de la medicina contra la malaria, muy demandado en las colonias y el cual extraían de la corteza de un árbol peruano.

En 1856, Perkin probó una idea suya y oxidó la anilina. Al diluirla para eliminarla, observó que esta se coloraba, y se dio cuenta de que había obtenido el primer tinte sintético: la anilina morada, malva o, en su honor, la púrpura de Perkin. Al darse cuenta de que su creación podría llevarse a la industria textil patentó la idea con sólo 18 años. Logró desarrollar una tintura púrpura, este era el color de reyes, emperadores y cardenales ya que cuando los emperadores romanos comenzaron a seguir el hábito de Julio César de usar púrpura imperial en sus vestimentas, el imperio romano impuso estrictos límites al uso del color. Con un golpe de lo que algunos llamarían suerte, la esposa de Napoleón tercero se sintió cautivada por el color y comenzó a usarlo en sus ropas, luego de esto todas las mujeres aristócratas comenzaron a usarlo y así comenzó el mercado de las tintas

Luego de un tiempo comenzaron a aparecer más y más compañías de tintas artificiales. Los empresarios notaron que como las materias primas eran traídas en barco, era conveniente ubicarse cerca del gran rio Rinhe, y ahí se asentaron grandes compañías como BASF (Badische Anilin Und Soda Fabrik), BAYER (que debía su nombre a Friedrich Bayer y compañía), Hoechst (su nombre lo recibió en honor a la localidad que la acogió) ahora Sanofi Aventis y AGFA (Aktiengesellschaft für Anilinfabrikation o compañía para la fabricación de anilina) que se instaló lejos en Berlín.

Entonces, mientras la compañía Bayer se encontraba en problemas económicos, un talentoso joven apareció, Friedrich Carl Duisberg, un niño humilde, de padres trabajadores, su padre ganaba tan poco que la madre debía vender leche para aumentar los ingresos de la familia. Desde su nacimiento el 29 de septiembre de 1861 su vida se desarrolló en austeridad, fue al colegio, hizo sus tareas y mantenía la cabeza abajo, no esperaba llegar más lejos que sus padres. Pero al comienzo de su adolescencia, en su primera clase de ciencia en la secundaria se dio cuenta que su futuro sería la química.

A pesar de su deseo de ser científico químico su padre decidió que a los 14 dejaría la escuela y entraría al negocio de la familia, pero su madre lo apoyó en sus sueños ya que sabía el potencial



de ser un químico en esa época. Duisberg terminó el colegio a los 16 años, corrió al Colegio Técnico Elberfeld y luego a la Universidad Georg-August-Universität (Göttingen) por un año, estudió muy duro, en 12 meses aprobó las materias de 3 años y completó su tesis en tiempo record. Obteniendo su doctorado a los 20 años, luego un fellowship post-doctoral.

Este hombre luego fue contratado por Bayer como la promesa que los sacaría de apuros económicos, poco a poco Duisberg demostró sus habilidades como químico y lo más importante como empresario. Finalmente fundó junto con Hermann Hummel **IG Farbenindustrie** AG, versión corta de Interessen-Gemeinschaft Farbenindustrie AG, en español "Sindicato de la industria

colorante", también llamada I.G. Farben. Esta fue la unión de compañías productoras de químicos artificiales de Alemania.

En esta época muchas empresas formaron carteles para monopolizar el mercado, pero al mismo tiempo cayeron en un problema, **las patentes.** Cuando una compañía creaba una tinta de un color vendible, la única forma de que fuera un buen negocio es que el color fuera exclusivo de ellos, de lo contrario la gran oferta haría bajar los precios. Entonces, el negocio no residía

sino en la habilidad para patentar el producto. Para entonces la ley no permitió patentar el color si no el procedimiento químico por el cual la compañía lo obtenía, esto significa que todos podían vender el mismo color, pero todos debian encontrar una manera diferente de producirlo. Entonces los científicos de las compañías AGFA, BAYER, Hoechst y otras entraron en un ambiente de copia y astucias legales. La misión de Duisberg era copiar el color Rojo Congo de AGFA en 1884. Luego de varias semanas vio que uno de sus tubos de ensayo, el cual había etiquetado

cuidadosamente, se tiño de rojo escarlata brillante.

estrictamente en la belleza del color,

August Wilhem

Von Hofmann

Químicamente y físicamente era igual al rojo Congo, y la vía por la que llegó a él, dejaría a Bayer con absoluta libertad de usarlo. AGFA no se demoró en demandar a Bayer, pero Duisberg los convenció de que el costoso proceso legal no era buena idea, lo mejor era unirse para tener el monopolio de la industria de las tintas. Entonces AGFA aceptó. Este fue el primer Cartel de la historia de la química artificial. En los siguientes 3 años Duisberg hizo lo mismo con un par de colores más

Paralelamente algunos científicos seguían sus intentos de producir medicamentos artificiales, basados en el ex profesor de W. H. Perkin (inventor de la primera tintura artificial) August von Hofmann. Investigaban los potenciales efectos

médicos de los derivados del alquitrán de carbón, que eran similares químicamente a medicinas naturales como la quinina o chinchona, usado por los incas, con propiedades antipiréticas, antimalaria y analgésicas.

La mayoría de estos experimentos fracasaron, pero en 1884, Hoechst usó los estudios de un estudiante graduado para producir un tónico basado en anilina para reducir la fiebre Antipirina (Antipyrine). Debido a sus efectos secundarios estomacales tuvieron que sacarlo del mercado rápidamente, pero disfrutó de una buena fama momentánea. Luego, otras compañías desarrollaron fármacos artificiales, pero enfrentaron problemas para patentarlos por ejemplo la Briebrich Dye Firm de Kalle y compañía descubrió que un derivado del alquitrán, la acetanilida, tenía efectos antipiréticos, pero era un químico que todos usaban en sus tintas, por lo que no podrían patentarlo. Lo que hicieron fue ponerle un nombre artificial y patentar el nombre Antifibrina (Antifibrine).

Para entonces las farmacias vendían y publicaban en los journals los nombres genéricos de sus drogas, por lo que los médicos las prescribían con estos mismos nombres genéricos y dejaban al farmacéutico escoger de qué substancias obtenían el medicamento. Esto permitía a los farmacéuticos cotizar y escoger sus mejores proveedores, por lo que los pacientes obtenían bajos precios en sus medicamentos. Pero el nombre antifibrina era más fácil de recordar que el nombre genérico y estaba

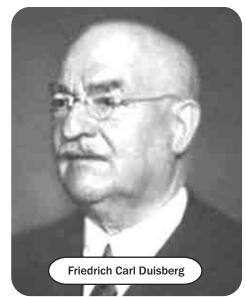
muy bien publicitado, por lo que el médico lo recordaba más fácil y lo recetaba más. Debido a que legalmente la receta médica debía ser seguida al pié de la letra, los farmacéuticos debían vender

el medicamento que el médico recetara, por lo que se vieron obligados a comprar antifibrina. Por supuesto esto no fue suerte, el laboratorio planeó la estrategia de marketing. Los médicos se dieron cuenta que luego de usar la Antifibrina por un tiempo tenía los mismos efectos secundarios que la Antipirina, la que se había retirado del mercado. Incluso volvía azul la piel de algunos acientes.

Mientras Duisberg pensaba cómo podría entrar a este negocio, recordó que tenía 30 mil kilos de un químico desperdiciado llamado paranitrofenol, que era el resultado de procesos químicos de las tintas. Se preguntó si tendría efectos antipiréticos y comenzó a investigar. Entonces descubrieron la acetofenetidina, la llamaron Fenacetina y prometía tener mejores efectos y menos reacciones adversas que sus antecesores, pero no fue así. La verdad es que la Fenacetina tenía los mismos efectos secundarios, pero no se publicitaron tanto. Esta ventaja permitió a la compañía publicitar mucho su invento como "mucho más seguro que la de sus rivales". Por esto se convirtió en el primer fármaco en ser un gran negocio.

Además de producir fármacos y otros productos artificiales IG Farben financió la 2° Guerra Mundial y puso a Hitler en el poder con la condición de que la industria química de cada país conquistado debía ser entregada a IG Farben. Cuando terminó la guerra, se llevó a cabo un juicio donde se condenaron a los líderes de IG Farben por: tortura y explotación, esclavitud y asesinato en masa, preparación, planeación y mantención de la guerra, entre otros crímenes.

IG Farben construyó una fábrica, llamada Planta química Buna, para producir hule sintético del carbón en Auschwitz. IG Farben fue la única



compañía alemana con su propio campo de concentración, donde murieron al menos 30.000 personas. En 1944, durante su mayor apogeo, esta fábrica utilizó 83.000 trabajadores esclavos. El pesticida Zyklon B, del cual IG Farben tenía la patente, fue manufacturado por Degesch (Deutsche Gesellschaft für Schädlingsbekämpfung), donde IG Farben poseía el 42,2% de las acciones y tenía gerentes en su comité director. La historia oficial cuenta que con este gas fueron ejecutados millones de judíos, gitanos y soviéticos.

Algunos de aquellos acusados en este juicio llamado Juicio de Nuremburgo se convirtieron en líderes de las compañías de post-guerra que se formaron al desmantelarse IG Farben. Las principales empresas sucesoras de IG Farben en la actualidad son Bayer, BASF y Hoechst (ahora parte de Sanofi-Aventis), las que heredaron el total de las propiedades de IG Farben, pero no así las responsabilidades penales.

¿Por qué es importante conocer esta historia? Porque ahora podemos hacernos las siguientes preguntas.

¿La industria farmacéutica nació como un intento de salvar a la humanidad de las enfermedades? No, nació como una forma lucrativa de vender artículos patentados, luego de que científicos jugaran a ser Dios, y es lo mismo que hace hoy en día. Es por eso que la industria farmacéutica no se puede beneficiar de las vitaminas, ya que nadie puede patentar la vitamina C, o el agua o el aire

¿Puede una industria que nació de la codicia y financió el peor episodio de muerte, esclavitud y tortura de la historia convertirse en la salvadora de los enfermos?

No, no es posible que la misma industria que hace 60 ó 70 años torturaba niños vivos y experimentaba sus medicamentos en los judíos, sea hoy la salvadora de los enfermos. Es más, conociendo el inicio de esta industria es posible entender por qué cada día tenemos más laboratorios, más médicos, más universidades, más fármacos pero cada día hay más enfermos. Esta industria funciona vendiendo sus productos patentados a los enfermos como Lipitor, Ritalin, etc. y le conviene mantenerlos enfermos por toda la vida.

¿Quiénes son los más afectados por las mentiras de esta industria?

Los enfermos y los médicos. Ya que ni los enfermos pueden sanarse, ni lo médicos sanar. Lamentablemente la industria farmacéutica ha llevado a cabo una estrategia de marketing tan poderosa por los últimos 150 años que los médicos creen que la forma más 'científica' de hacer su trabajo es con fármacos, pero en verdad, los intentos de ser Dios nunca lograron su objetivo. Todavía no hay mejor salud que la obtenida de la naturaleza.

### Noticias Internacionales

Niña de Brooklyn, Nueva York, termina en el hospital después de habérsele inyectado la vacuna para la gripe porcina H1N1 ;sin la autorización de sus padres!

Mike Adams Natural News.com

La niña de Brooklyn de 6 años, Nikiyah Torres-Pierre, fue hospitalizada después de habérsele inyectado la vacuna contra la gripe porcina. El procedimiento, se habría llevado a cabo sin el permiso de los padres de la afectada en un incidente que las enfermeras de su colegio describen como "un error".

La madre, Naomi Troy, comenta en "NY Daily News", un noticiero de Nueva York: "Estaba indignada". Después de recibir esta vacuna, su hija se quejaba de dolor de estómago y picazón de cuerpo. Fue en ese momento cuando los oficiales del colegio llamaron una ambulancia que trasladó a la pequeña al hospital.

Nikiyah tiene epilepsia y sigue un tratamiento médico para tratar su condición. A su madre le preocupaban los posibles efectos secundarios que la vacuna podría tener al mezclarse con las drogas para la epilepsia, por lo que esperaba una respuesta de su médico antes de autorizar la vacunación de su hija. Este permiso fue irrelevante, ya que algunos colegios simplemente vacunan a cualquier niño sin tener la autorización de sus apoderados.

Después de vacunar a su hija sin permiso, una enfermera del colegio llamó a Naomi Troy y trató de persuadirla para firmar un consentimiento después del hecho. "Me sentí ofendida. Estaba muy enojada" comentó Naomi.

A la fecha, 1.800 estudiantes de Nueva York han sido vacunados contra la gripe porcina. Cientos de miles más están en fila para ser vacunados, cuando el suministro de esta vacuna se haga disponible.

Proteja a sus hijos de los oficiales del estado Lo que demuestra este incidente es la gran necesidad que existe para que los padres protejan a sus niños del plan de vacunación que el Estado

está promoviendo. Con su permiso o no, sus hijos

pueden ser llamados a la enfermería del colegio

y ser inyectados a la fuerza con una sustancia que podría hacerles daño o hasta matarlos.

Usted, el padre, podría ser contactado después del hecho. Después de que su hijo termine en el hospital con rarísimos efectos secundarios a pesar de que los doctores juraron que la vacuna era "Perfectamente segura".

Cada día que usted envía a sus hijos al colegio público, corre el riesgo de que la próxima vez que los vea, sea en el hospital... o la morgue. Muchos trabajadores de departamentos de estado que trabajan como enfermeros, no le prestan ningún tipo de atención a las autorizaciones de los apoderados, solamente inyectan a cualquier niño que esté a su alcance.

A pesar de que su hijo se desmaye o caiga en coma por un colapso nervioso, o se muera por los efectos secundarios de la vacuna, la excusa será que fue "pura coincidencia" y que no pudo ser causado por la vacuna. ¿Cómo lo saben? Porque les han dicho que "la vacuna es segura"

### 3 millones de niñas sufren mutilación genital

Las Naciones Unidas han asignado el 6 de Febrero como el 'Día Internacional de Tolerancia Cero para la Mutilación Genital Femenina'. Hay decenas de millones de niñas que sufren en silencio. Física y mentalmente heridas, se mantienen calladas por miedo de sufrir la desaprobación de sus familias, sus vecinos o más aún de la comunidad a la que pertenecen. Estas mujeres han sido víctimas de mutilación genital, la mayoría de los casos por medio de cortes. Esta práctica, que se ha llevado a cabo por alrededor de mil años y que se mantiene por costumbre, más que por razones religiosas, va desde "una incisión pequeña del clítoris hasta la extirpación parcial o completa de los órganos genitales externos, y el sellar parcialmente el área vaginal (infibulación)", explica UNICEF, organización de las Naciones Unidas responsable de la protección de menores.

Esta operación tiene consecuencias bastante graves. Aparte de la falta de placer durante la relación sexual, el corte puede causar dolor intenso, hemorragia, infección, infertilidad y, a veces, hasta la muerte. El parto se vuelve mucho más difícil. Según las Naciones Unidas, 30 millones de mujeres en el mundo han sido víctimas de esta "violación a los derechos humanos más básicos de las mujeres y niñas".

En total, 28 países en África subsahariana y el Medio Este, son los que se ven involucrados en estos casos. Con más del 90% de sus mujeres sometidas a esta horrorosa experiencia. "Aunque hay indicaciones de que en ciertos países (Benín, Burkina Faso, República de África Central, Egipto, Eritrea, Etiopía, Kenya, Nigeria, Tanzania y Yemen), las cifras de prevalencia del acto están bajando, se ha progresado muy poco en su disminución en la escala global", declara UNICEF en este reporte. Los involucrados en esta práctica creen que de esta forma logran "aumentar la belleza de sus hijas, su honor, sus posibilidades de casarse, su estatus social y su castidad".

A pesar de este horrible escenario, la UNICEF se manifiesta en forma optimista. "Sabemos lo que se tiene que hacer para ponerle un fin al sufrimiento causado deliberadamente a millones de niñas cada año," expresa la asistente del director de UNICEF, Rima Salah. "Entendemos mucho mejor el porqué de esta práctica y el cómo detenerla. Hay muchas razones para creer que con el compromiso colectivo global, esta práctica puede ser eliminada dentro de una sola

### Comentario del director

¿Por qué están esperando el compromiso colectivo global? ¿No se trata acaso de dinero lo que debemos comprometer? La UNICEF cree que puede eliminar este problema en una sola generación, o sea, 25 años. ¿Cuántas otras jóvenes deben ser mutiladas para que la UNICEF ponga en práctica su sabiduría? La respuesta es 75 millones de niñas. ¡Bien hecho UNICEF! Deben ser reemplazados por una organización más efectiva que ayude, en vez de esperar por los billetes que les entregue el compromiso colectivo global. "Done su dinero por una generación completa y probablemente podremos arreglar la situación", es marketing hecho por lo más bajo de la humanidad.

### **Contradicciones sobre mamografías**

El 16 de noviembre, el Grupo de Servicios Preventivos de Estados Unidos, concluyó que sólo las mujeres mayores de 50 años deberían someterse a mamografías y esto año por medio, ya que antes de esta edad muchos de los exámenes tienen resultados erróneos, llevando a realizarse biopsias innecesarias y resultan ser una gran pérdida de dinero. La Dra. Diana Petitti, vice presidenta del panel investigador, comenta: "Los daños que este procedimiento provoca son mayores que sus beneficios cuando se realiza antes de los 50 años".

Esto significa que los doctores, que durante 2 décadas han recomendado el someterse a mamografías en forma regular desde los 40 años ¡nos han engañado todo este tiempo!. La reacción de la Sociedad del Cáncer ha sido desesperada al respecto y esto se ha convertido en un verdadero debate con los doctores que están tratando de ayudar con pruebas concretas. Claramente, la Sociedad del Cáncer no pueden aceptar las grandes reducciones económicas que esta información causará en sus bolsillos. Está bastante claro que las recomendaciones que publicamos anteriormente se están comprobando por la misma medicina alópata. (Vea Edición #59 pág. 17).

#### Supuesta mutación de la gripe AH1N1 aterra a habitantes de Ucrania

Desde el mes pasado, en Ucrania, Noruega y algunos otros países se están encontrando casos de lo que se describe como 'Plaga de Neumonía'. Este virus pasa directamente a los pulmones, causando una hemorragia interna que les da un color negro intenso. Comenzó en distintas regiones de Ucrania, y tiene más de 1 millón 700 mil infectados y 414 muertos. A pesar de su gravedad, más de 79 mil personas se han sido dadas de alta. Entre las teorías para explicarlo se menciona una mutación de la gripe porcina o la contaminación por estelas químicas (chemtrails) en la alta estratosfera, lo que se consideraría un ataque terrorista.

> http://ukraineplague.blogspot.com ¿Será esta Plaga Neumónica el sucesor de la gripe porcina?



### Ciclo **Cultural**

Adhesión \$500

Sábado 5 Charla 16:00 hrs. 'Cualidades de las hierbas' Marina Aguilar

'Vivencias en las produccion de los alimentos' Beatriz Farias

Sábado 5

Charla 17:00 hrs. 'Cómo funciona nuestro cerebro-El de nuestros hijos -El de nuestros mayores' Alfonso Paul

Sábado 26

Charla 16:00 hrs. 'Los agentes de salud natural tierra, agua, fuego, aire' Javier Muñoz

Alameda 494 Metro Santa Lucía dir.asociacionsaludnatural@gmail.com F: 632 1887

### **Charlas Especiales Gratuitas**

Para todo público y estudiantes de salud natural Diciembre 2009

### 'Conviértase en un Guardián de la Salud'

Aprenda efectivas técnicas no-medicas de sanación para aplicar en su propio hogar Por Ronald y Ruth Modra Martes 15, 22 y 29 11:00 a 12:30 hrs.

Sábado 5, 12, 19 y 26 15:00 a 16:00 hrs. (en Alameda 494)

Viernes 4, 11 y 18

11.00 a 12:00 hrs.

Martes 1 y 8 de diciembre, no hay charlas

'Iridología y Salud Natural' Por Jaime Pacheco

- Con el auspicio de: - El Guardián de la Salud
- AMINAS Nutrición
- Dynamo Gold
- Pan MI SALUD - Mega Natural

- LadyGym

Confirme su asistencia al fono 632 1887

Diagonal Paraguay 491, Esquina Alameda, Metro Santa Lucía, Santiago



### **B** Natural

Cada cápsula es un concentrado de abundantes fuentes naturales del grupo B: germen de trigo, lecitina de soya, y

> Vitamina B: El grupo de vitaminas para levantar el ánimo

> El complejo de vitaminas B en su forma natural es vital para la buena salud del sistema nervioso

### Aminas

Fórmula completa de aminoácidos, vitaminas v

Este revitalizador y tónico enérgetico es excelente para fortalecer la salud y formar tejido firme Reemplaza, repara y construye tendos del cuerpo.

Fortalece las defensas, aumenta los glóbulos rojos del sistema circulatorio





### Vitamina C

Fortalece las defensas

formación de colágeno que da integridad elasticidad a los tejidos Combate reacciones

alérgicas Garantiza la correcta

transmisión de impulsos nerviosos Facilità la absorción del

hierro y muchas otras vitaminas y minerales Previene la formación de manchas en la piel

### El Guardián SALUD de la SALUD

### ¿Sabía usted ...

... que según la investigación más reciente, la comida chatarra puede llegar a ser tan adictiva como el crack y la heroína?



En un estudio, pronto a ser publicado, el neurocientista Paul Kenny trabajó con tres grupos de ratas. A algunas ratas se les dio comida saludable, a otras se les dio comida saludable pero también un poco de comida chatarra, mientras que el tercer grupo recibió todos los bizcochos envasados y otras golosinas que quisieran comer.

Y esto fue lo que sucedió: las ratas alimentadas con alimentos procesados perdieron todo el control. Comieron y comieron hasta que sus pancitas se abultaron. Algo muy parecido a lo que les pasa a los humanos.

Luego, a todas las ratas se les dio estimulación eléctrica en los centros de placer de sus cerebros. Los roedores podían controlar el nivel de estimulación que recibían corriendo más o menos rápido en una rueda.

Resultó que las ratas alimentadas con chatarra corrieron más fuerte que las otras – lo que indica que necesitaban más estimulación para obtener el mismo nivel de placer que los otros roedores.

Lo mismo ocurre con los drogadictos, esta es la razón por la que cada vez necesitan más y más cantidad de droga para obtener el mismo efecto... y por la que tantos terminan con sobredosis.

Ahora bien, sabemos que los adictos a la comida chatarra también sufren sobredosis: diosa blanca de azúcar en vez de heroína, y "Coca" en vez de "coca"

Entonces, para mostrar realmente la importancia que adquirió la comida chatarra para estas ratas, los investigadores comenzaron a enviarles golpes eléctricos dolorosos a las patas de los roedores cuando comían ese tipo de alimentos. Aquellas ratas que sólo comían una pequeña cantidad decidieron rápidamente que no valía la pena y se alejaron. ¿Pero las ratas adictas? Siguieron comiendo, con o sin golpe eléctrico.

La parte que más me asusta es que no les tomó mucho tiempo a las ratas llegar hasta este punto – bastaron sólo cinco días de dieta de comida chatarra para que se volvieran completamente adictas.

Los investigadores dicen que éste es el primer estudio que descubre que la comida chatarra puede ser poderosamente adictiva, pero ¿hay alguien en verdad sorprendido? El restaurant de comida rápida White Castle lanzó una campaña de publicidad llamada "El morirse por..." que juega con la idea de que sus pequeñas y grasientas hamburguesas son adictivas. Tal vez, en retrospectiva, no se trató sólo de un slogan astuto... sino que de una publicidad poco común con contenido verdadero.

Ahora que sabemos el real poder de estos alimentos, tal vez es tiempo de empezar a tratarlos como las peligrosas sustancias que son.

Y si te dan ansias de comer este tipo de alimentos, entonces recuerda: la comida chatarra te puede energizar... o llamémoslo como debe ser – volar... por un momento o dos. Pero si bien llena tu estómago, siempre te dejará vacío.

Ed Martin Editor, *House Calls* www.healthrevelations.com

... que el AHC reduce el apetito y la ansiedad por alimentos altos en azúcar y almidón? Por lo tanto, esta sustancia es muy popular como un método de control de peso y más aún, como una ayuda para diabéticos que son adictos a la

comida chatarra, la que provoca estragos en sus lecturas de índice glicémico.

Lo maravilloso acerca de esta sustancia es que es 100% natural y no puede ser patentada. Por lo tanto, es poco rentable y por lo mismo despierta poco interés en la industria farmacéutica, pero el valor que tiene para los diabéticos amenaza su lugar en el mercado.

En algunos países este producto ha sido rotulado como medicamento, y por ende, su venta ha sido restringida.

En su país de origen, la India, es conocida como una fruta similar al limón y es particularmente buena para aliñar los alimentos y también para controlar el apetito.

Contiene ácido hidroxicítrico y al igual que otros alimentos cítricos tiene un sabor interesante. Es rica en bioflavonoides y ha sido usada por los nativos del continente europeo durante miles de años, como parte de sus alimentos y como cura para el apetito incontrolable. Es muy beneficiosa para aquellas personas que tienen problemas de azúcar en la sangre, y sólo se necesitan de pequeñas cantidades, es decir, entre 100 mg – 300 mg para obtener resultados positivos.

Se puede tomar junto con vitamina C ya que son parientes cercanos y se complementan.

### ... que comer nueces regularmente reduce la incidencia de cáncer?

Tras un experimento realizado con ratones, investigadores de la Escuela de Medicina de la Universidad de Marshall descubrieron que los roedores que fueron alimentados con nueces como parte de su dieta presentaron menos cáncer que los del grupo de control. El omega 3, la vitamina B17 y los antioxidantes presentes en las nueces son posiblemente los nutrientes que contribuyeron a esto.

Es mejor consumir las nueces crudas, sin tostar, porque de esta manera se reciben todos los aceites esenciales y otros nutrientes que no están disponibles en los alimentos cocidos.

Esta no es la primera vez que descubrimos los secretos beneficiosos de las nueces crudas.

### Secretos de la <u>abuela</u>



### Para problemas estomacales después de las fiestas

### Semillas para aliviar la condición

Cada una de las siguientes semillas es conocida por proporcionar rápido alivio al dolor producido por el gas: semillas de anís, comino (*Carum carvi*), eneldo y fenogreco.

Para liberar los aceites esenciales, triture suavemente las semillas y agregue 1 cdta. de éstas a una taza de agua recién hervida. Déjelo reposar por 10 minutos. Cuele y beba. Si los dolores no desaparecen de inmediato, beba otra taza de té de semillas antes de comer su próxima comida.

### Té de jengibre después de una comida pesada

Deje reposar ¼ cdta. de té de jengibre en polvo o varios trozos pequeños de jengibre fresco en una taza de agua caliente por cinco minutos, y beba el té lentamente.







# BALLENIP!

Productos Xaturales





**Beta Bronze** Vinagre de Manzana 3.890



**CLA 1000mg** Shelt

13.890



Reduce F-F Vinagre de Manzana



5.280



12.390









Santiago Centro: agustinas 695 fono: 580 35 30 fax: 580 35 31 / San Antonio 380 fono: 594 79 10 fax: 584 79 11/ Providencia: Centro Homeopatico Providencia 1314 fono: 580 35 38 fax: 580 35 40/ Providencia 2580 Fono: 580 35 44 fax: 580 35 47/ Providencia 2699 fono: 580 35 82 fax: 580 35 84 / Puente Alto: Concha y Toro N° 157 fono: 585 25 20 / Ñuñoa: Av. Irarrázabal 2661 fono: 580 35 34 fax: 580 35 37 / Vitacura: Padre Hurtado 1541/ Pudahuel: Av. Teniente Cruz 540 / La Florida: Av. Americo Vespucio 7500/ Callcenter: 580 35 42 – 580 35 43 / Recoleta: Av. Recoleta 3646 fono: 5714145 / Quinta Normal: Av. Carrascal 4436 Local 2 / Quinta Normal: Av. Carrascal 6003 / Valparaíso: Av. Pedro Prado Montt 2060 Fono: 32 314 28 76 / Viña del Mar: Arlegui 580 Fono: 714 375 fax: 990 146 / La Calera: Av. Latorre 280





### Vinagre de Manzana con L-Carnitina + Lecitina

La L-Carnitina es un devorador de grasa a nivel celular, el Vinagre de Manzana quema grasa en el tracto digestivo, y la Lecitina mantiene el colesterol y grasas triglicéridas en forma

# 100% Natural

### Maxvigor

Cuatro potentes nutrientes naturales que aumentarán su libido

Zinc: Necesario para producir las hormonas

Ajo: Beneficia la circulación de la sangre

afrodisiaco natural

Vitamina E: Una poderosa ayuda en la mantención de la salud en personas de todas las edades



### Arándano + Chia

#### Los arándanos pueden hacer cosas increibles tales como:

- Combatir el envejecimiento Mejorar la capacidad de memoria y aprendizaje
- Mejorar la visión
- Prevenir la degen maculardel ojo Mejorar la función cerebral
- Prevenir y combatir el cáncer
- Prevenir las infecciones urinarias

Chía es una gran fuente vegetal de Omega 3



Una excelente super alimento

Es rica en ácidos nucleicos RNA y DNA, por lo cual fortalece al sistema inmunológico y regenera el material genético celular.

Por su riqueza en clorofila es un buen destoxificador.

Por su riqueza en proteínas ayuda los hipoglucémicos al ingerirla entre comidas.

No acepte marcas interiores. Exija productos originales Aminas y Dynamo Gold. Si no puede encontrarios, llámenos al 6321887 y lo contactaremos con el distribuidor más cercano.

lo vido es una aventi