



ELIOCENTRO

www.heliocentro.net

**BIORRITMOS - BIOSALUD – BIOENERGETICA
NEUTRINOTERAPIA**



helio@heliocentro.net

Tfno: 639619408

BIORRITMOS



Todos los días no son iguales. Existe un día idóneo para realizar una tarea y otro día complejo para vivir otro proceso. El ser humano es un elemento dentro de un orden. Nada se da por casualidad. Si sabemos de antemano cuales son los momentos más idóneos para experimentar o vivir tal o cual proceso, obtendremos mejores resultados. Esta guía que ponemos a continuación trata de darte, mes a mes, las pautas y los indicadores para que te acoples con orden y armonía a realizar dichos procesos.

Mayo días 1 y 2

6. - BIORTIMO DE SALUD.- La zona somática por excelencia en estos días a la que hay que atender es el intestino y la frecuencia que tienes para evacuar. Si eres mujer no viene mal también vigilar los ovarios y si hay incidencias en estrógenos acudir al ginecólogo. Recuerda que hay que ir todos los días al baño, puesto que la toxicidad se puede almacenar en el intestino produciendo toxicidad general en el cuerpo. Si te pones nervioso se darán espasmos intestinales. Desayuna zumo y toma la dosis adecuada de Aloe Vera para ir al baño. Para regular estrógenos tienes el Wild-Yam.

BIORRITMO PSICOLOGICO.- Te pasas todo el día criticando a los demás o generando una autocrítica excesiva que te inmoviliza. Si te preocupas en exceso te vuelves inmovilista y no progresas. La vida de los demás no puede crearte tanto conflicto. Con dice el proverbio “Si las cosas tienen remedio, ¿Por qué te preocupas? Y si no tienen

remedio...¿De que sirve preocuparte? La clave en estos días es ver hasta qué punto estás centrado en ti mismo o diluido en los demás. El 5htp es el producto clave.

BIORRITMO EMOCIONAL.- Es inútil darle vueltas a las cosas reparando en que tu compañero ronca, come en exceso o tiene tal o cual defecto. Si tu amor no es capaz de asumir a tu pareja con defectos, es porque nunca has hecho autocrítica de los tuyos. Deja que el amor te posea y te guíe, no le des tantas vueltas al sentimiento que nace de corazón, puesto que si se aloja en la mente ya no es amor, sino un negocio. Toma un poco de Yohimbe y luego ama.

MAYO DIAS 3 Y 4

7.- BIORRITMO DE SALUD.- Estos días son especiales para revisar tu tensión arterial. En igual medida el funcionamiento renal y la vejiga urinaria son los puntos clave a considerar y revisar. La parte final de la espalda o zona lumbar nos pueden dar lectura de alguna anomalía, sobre todo si te baja molestia por glúteo. Otra de las funciones fundamentales en las que no reparamos mucho es la adrenalina. La ira, la cólera y el estrés alteran gravemente los flujos adrenales y estos nos pueden dar cansancio, arritmias cardiacas, vagotonías y dolores de cabeza. El complejo de vitamina B-100 está muy indicado en estas afecciones.

BIORRITMO PSICOLOGICO.- Si estás todo el día enfrentado al ambiente, a las personas y a las cosas, gastarás tu energía vital y esto te dará debilidad. Vivir en permanente combate no es bueno. Si teniendo razón la defiendes con la espada, de nada te vale tenerla, pues no has empleado la inteligencia y no has dejado que brote de tu alma el sentido del amor, la armonía y la belleza. Escuchar música, mirar un amanecer dando gracias a la Creación, evitará la agresividad y podrás sentirte en paz. Si no puedes por ti mismo te podemos dar un poco de Valeriana con Echinacea.

BIORRITMO EMOCIONAL. Si le dices a todo que sí. Si solo estás pendiente del otro, pierdes tu propia autoestima y te verás utilizado por los caprichos de la persona que amas, pero si por el contrario estás

¿TE GUSTARIA PASAR TUS VACACIONES EN UNA ISLA PARADISIACA, DIVIRTIENDOTE, MEJORANDO TU SALUD, FISICA, PSIQUICA Y EMOCIONAL? ... ¡PREGUNTANOS! LO TENEMOS TODO ORGANIZADO.



ENTRA AQUI

esperando el momento para reprochar y pelear, verás que en vez de vivir el amor, estás en un combate que desgasta y empobrece el espíritu. La clave de estos días es la armonía, la música, la poesía y la meditación. No vayas a la cama con la pelea que aún llevas en sangre del día que has vivido. Toma una tila, medita y deja la agresividad en la puerta.

MAYO DIAS 5 Y 6

8.- BIORRITMO DE SALUD.- El sexo forma parte de nuestra vida como un instinto primario del que no podemos escapar. Estos días son los que debemos emplear en revisar nuestras zonas sexuales. Útero, Vagina, próstata, pene etc, etc,. Son elementos vitales que requieren de nuestra atención y cuidado. También el cóccix puede darnos alguna sintomatología. ¿Cómo está nuestra potencia sexual? Es bueno revisar la frecuencia y la calidad de nuestras relaciones y la respuesta de nuestros órganos sexuales. El 7-Keto es un producto especialmente indicado para estas funciones, incluida la falta de actividad sexual. La melatonina puede darnos un rejuvenecimiento de tipo hormonal.

BIORRTMO PSICOLOGICO.- El sexo no es el amor y el amor no es el sexo, pero qué bello es practicar sexo con la persona que amas. No viene mal en estas fechas hacer una pequeña revisión de análisis sobre los lazos que nos unen a nuestro ser querido, si son más platónicos o más viscerales. El odio, y el resentimiento de viejas faltas y afrentas desgastan nuestro sistema inmune; ¡Pasa página! Si has caído puedes levantarte tantas veces como lo desees, no te rindas y se alquimista de tus emociones. Convierte el dolor en oro. El Ginseng Koreano te puede echar una manita.

BIORRITMO EMOCIONAL.- Eros y Tanatos son los dos instintos primarios que mueven al ser humano; o lo que es lo mismo el instinto de procreación y supervivencia y el miedo a la muerte. Nacemos y morimos en cada momento de nuestra conciencia y de nuestro pensamiento. Es bueno por tanto matar lo viejo y renacer en la sonrisa, en la esperanza y en el compromiso de ser mejor personas y dar más a los demás. El miedo nos paraliza incluso el miedo a tener de nuevo miedo nos frena aún más. No mires atrás con dolor. Tómate un poquito de hierro y verás la diferencia.

MAYO DIAS 7 Y 8

9.- BIORRITMO DE SALUD.- Los antiguos herméticos decían que el alma está en la sangre y ciertamente la sangre es el vehículo primario de la vida, pues nos transporta oxígeno y riega todo nuestro organismo. Es el momento de ponerse a desatascar nuestras tuberías orgánicas, es decir, venas y arterias. No viene mal hacerse un hemograma y ver los niveles de hierro en sangre. También observar la circulación en piernas, puesto que si se marcan las venas y molestan por la circulación nos está indicando que hay toxicidad sanguínea o ateromas circulatorios. Hay que tomar desde ahora y hasta el final de tus días un antioxidante de

amplio espectro que contenga selenio, zinc y te verde. Haz deporte y mueve las piernas.



**El Hipericum está especialmente indicado
En los estados de ansiedad**

BIORRITMO PSICOLOGICO. Estamos en un tiempo de revisar los valores éticos, morales y espirituales que impulsan nuestros actos. No podemos ser dogmáticos, puesto que esto da rigidez emocional y arterial, pero tampoco podemos ir por el mundo guiados por instintos irracionales y viscerales. Hay que parar un poco, mirar al horizonte y ver que hay en el más Allá, cual es el

objeto de la vida y de la muerte y para que estamos en el mundo. Estos días tenemos que filosofar sobre nuestros valores y contrastarlos con los que nos impone la sociedad. Quizás hayas cedido a la corriente apática de la vida y tengas que rescatar lo que te enseñaron tus padres y tus viejos maestros para que guíen tu andadura vital. El 5htp te viene muy bien.

BIORRITMO EMOCIONAL.- Como estamos en días filosóficos, quizás haya que apartar un poco el amor instintivo para ver qué nivel de compromiso tenemos con el dolor humano, con el hambre del mundo y con la preservación de la naturaleza. Es el momento de matar el ego para formar parte del compromiso ético universal que tiene como guía el amor a los demás y la dignidad del espíritu por encima de la materia. ¿Por cierto sabías que se puedes ayudar a través de las ONG?. Tómate un poco de ginko biloba y te ayudará en estos días.

MAYO DIAS 9 Y 10

10.- BIORRITMO DE SALUD.- Normalmente nos recetan calcio cuando llega el periodo de menopausia femenina o andropausia masculina. Pero ya es un poco tarde para preocuparse de ingerir las dosis de calcio adecuados. La leche no da estos valores y además es muy reactiva. Vigila el calcio de tu cuerpo y lee algo sobre artritis, artrosis y osteoporosis, sobre todo si has pasado ya de los cincuenta. Ocuparse de los huesos es la consigna para estos días. Por cierto no viene mal tomar un poco de Sol para que la vitamina D fije el Calcio y si tienes muchos años, pídenos citrato de calcio.

BIORRITMO PSICOLOGICO.- La rigidez del carácter y la ambición somatiza siempre en los huesos dando artrosis y artritis. Estas en el momento oportuno para saber si tu comportamiento y reacciones son estrictas, rígidas o frías. Lo que para ti te parece aristocrático o preciso para los que viven contigo les puede parecer frio, duro o desinteresado. No todo es tan serio, ni tan frio, ni tan pesimista. Ríete de vez en cuando en voz alta y rompe los protocolos interiores para hacerte más elástico y más permisivo. Toma Sulfato de Glucosamina.

BIORRIMO EMOCIONAL.- Ya sé que le/a amas, pero ¿ porqué no se lo expresas?. La mayoría de las veces no necesitamos un regalo lujoso o caro, sino una sonrisa, una caricia o que te escuchen con paciencia. No se ama de 8 a 9 o siempre por la mañana o con tal o cual protocolo o formalidad. Se ama a veces a lo loco, a veces con pasión, a veces con ternura, a veces con desesperación. No encorsetes tu corazón. Vete a una clase de risoterapia y toma jengibre.

MAYO DIAS 11 Y 12

11.- BIORRITMO DE SALUD.- No sé si has reparado que cuando comes no eres consciente de cómo y porque se mueve la cuchara, son movimientos automáticos. Resulta que tenemos un sistema nervioso simpático y otro parasimpático que se encarna de los impulsos que generan movimientos o funciones automáticas, conscientes e inconscientes. En estos días debes ocuparte de comprobar tus reflejos y tus reacciones a los estímulos externos. Es el sistema nervioso el que recibe en estos días más carga psicofísica, por lo que no viene mal que tomes un buen complejo de vitaminas, minerales y aminoácidos, el ideal sería la formula 100.

BIORRITMO PSICOLOGICO.- Si no adquieres disciplinas mentales de sedación, voluntariedad y fuerza de voluntad, tu cerebro se volverá anárquico y tu sistema nervioso te dará malas jugadas, desde tic nerviosos hasta agotamiento neurasténico. Este periodo es bueno para poner orden en tu mente y en tu corazón. Programarse horarios, pautas y hábitos saludables. La anarquía mental no es libertad, sino libertinaje. Practica Yoga , respiración y tómate un poco de Phosphatidilsherina.

BIORRITMO EMOCIONAL. Solo los santos y los héroes son capaces de amar a todos y a todas a la vez, pero tú no eres ni uno ni otro, por tanto habrá que amar primero a tu pareja, a tu hijo o a tu vecino,

y luego al resto. Y sobre todo ámate a tí mismo, comiendo lo adecuado y produciendo hábitos emocionales que te hagan más estable, más armonioso y menos imprevisible. La Parsiflora ayuda mucho.



MAYO DIAS 13,14 Y 15

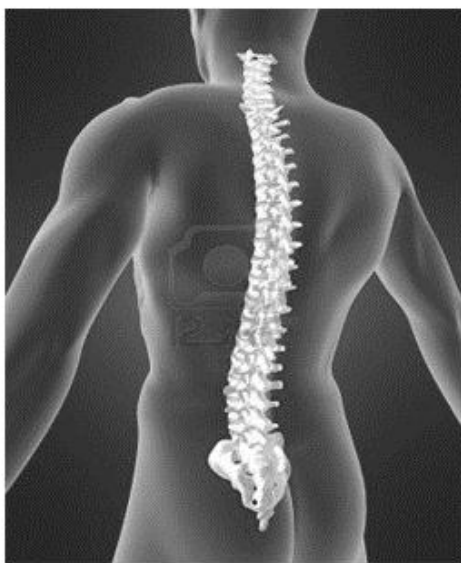
12.- BIORRITMO DE SALUD.- En estos días habrá que preocuparse de la salud psicológica; es decir, como reacciono ante el miedo, el dolor o la tristeza. Valorar cuantos días estoy triste o melancólico, cuantos días tengo ganas de comerme el mundo y cuantos de meterme en la cueva. También desde el punto de vista somático, habría que vigilar el área

motora de los pies, la forma de caminar y el cuidado de las extremidades inferiores. Si tienes ganas de llorar no viene mal dejar que fluyan las lágrimas, pero un ratito solo. Después ponte las pilas y a la lucha diaria de la vida. Toma un poco de Acido fólico y Ginseng.

BIORRITMO PSICOLOGICO.- En estos días hay que meterse en la cueva psicológica para volvernos santos, poetas, brujos y redentores. Se trata de mirar dentro de nosotros mismos y ver nuestras reacciones ante el sufrimiento y el dolor. La idea sería ahondar en nuestros complejos del comportamiento y en las reacciones de miedo o de inseguridad. Si tenéis un buen amigo o una persona de confianza viene bien sincerarse sacando de vuestro baúl interior los dragones y los diablos que os invalidan y nos atormentan. También te puedes ayudar de 5HTP.

BIORRITMO EMOCIONAL.

Has reparado en que se mueren de hambre al día miles de indefensos.



TRATAMIENTOS OSTEOPATICOS Y FISIOLOGIOS DE ESPALDA

Y si es así, ¿Cómo y cuando te ocupas de ellos? Este es el momento de conjugar en tu corazón el amor, la ayuda, la compasión y la redención y comprometerse con los que no tienen nada o sufren dolor, enfermedad o injusticia. Es el momento de expandir el amor doméstico, para proyectarlo hacia tu vecino, hacia el africano o hacia el último bicho que se mueve en nuestro planeta. Toma tila con amapola.

MAYO DIAS 16 Y 17

1.- BIORRITMO DE SALUD.- La zona fisiológica donde se pueden dar más incidencias es la de la cabeza con todas sus funciones. Cuidado con los golpes en la misma, los ojos, los oídos y la boca. Se dará una mayor actividad cerebral, con posibilidad de jaquecas y olvidos. El Ginko Biloba te vendría de maravilla y si falla la memoria, tenemos para ti la Phosphatidilserina.

BIORRITMO PSICOLOGICO. Notarás una mayor necesidad de comenzar cosas, de ponerte en marcha y de acelerar el ritmo. Pero cuidado con la agresividad, el temperamento acelerado y la improvisación. En estos días puedes comenzar el proyecto que tenías guardado en la maleta. Valor, fuerza, iniciativa, ingenio pero a la vez agresividad e improvisación. Si tomas uno poquito de hipérico te sentirás mucho mejor

BIORRITMO EMOCIONAL.- El sentimiento pasivo de los días anteriores se vuelve ahora dinámico, activo y en vez de dejarte llevar pasas a la acción sin dilación. Toma la iniciativa y ama, deja que el fuego de la pasión inunde tu corazón. Es el tiempo de poner un poco de picante en la comida y de tomar Maca, 7-keto y jengibre.

MAYO DIAS 18,19 Y 20

2.- BIORRITMO DE SALUD.- En estos días tendrás que vigilar la garganta, la nariz y los oídos. Todo el otorrino. El cuello puede darte un aviso importante, sobre todo si pasas muchas horas en ordenador. Comprueba asimismo si estás engordando, quizás la tiroides esté bajo mínimos. Si es así te podemos enviar unas algas kelp, que te harán

adelgazar. Y si el problema es de garganta, la Echinacea con Sello de Oro te puede dar el tono adecuado para sentirte bien.

BIORRITMO PSICOLOGICO.- Si hasta hoy no tenías paciencia, este es el momento para tomártelo con calma y emprender con perseverancia cualquier objetivo. Pero también puede ocurrir que te vuelvas terco, celoso y posesivo. La cuestión económica puede ser clave en estos días, bien para atenderla o en todo caso para no descuidarla. La Valeriana te va que ni pintada.

BIORRITMO EMOCIONAL.- Es el tiempo de la sensualidad, no de la sexualidad, es decir, invita a tu ser querido a cenar, luego a la ópera y ama con calma, sin prisa y con pasión. Si te riñen, es el momento de rodearte de paciencia no repliques inmediatamente puesto que la calma en estos días es la clave del éxito. Te podemos dar un complejo de B-100 y tu sistema nervioso se tonificará saludablemente.

MAYO DIAS 21 Y 22

3.- BIORRITMO DE SALUD. Será en los bronquios, pulmones y sistema respiratorio donde pueden darse incidencias en todos los sentidos, si eres mujer, tampoco hay que descuidar las mamas. Los hombros, dedos y codos pueden propiciarte algún pequeño accidente. Respira conscientemente y si notas alguna dureza en las mamas acude al médico. Cuidado en la cocina con los cuchillos y objetos punzantes puedes tener accidentes en dedos. Te podemos dar Beta-caroteno y verás los resultados.

BIORRITMO PSICOLOGICO.- Estarás parlanchín, divertido y hablador, pero cuidado con la exageración, la mentira y la indecisión. Es tiempo de dudas y de inseguridad. Ahora más que nunca puedes leer, estudiar o enriquecer tus conocimientos. Piensa despacio, y si emprendes algo, termínalo. Un poco de hierro puede ayudarte.

BIORRITMO EMOCIONAL.- Cuidado con lo que dices pues todo queda registrado en el eterno presente, mide tus palabras y no tomes decisiones de las que luego puedes arrepentirte. Es tiempo de dialogar contigo mismo y de hacerte tu propio juicio, no de juzgar a los demás. Ama con el corazón y no con la boca. Te puedo aconsejar el Pau de Arco para encauzar las emociones.

MAYO DIAS 23, 24 Y 25

4.- BIORRITMO DE SALUD.- ¿Qué y cómo comes? En estos días tendrás que atender a la comida y a los procesos digestivos. La vesícula biliar es la zona somática de este tiempo. Si eres mujer también pueden darse afecciones en las mamas y en ambos sexos, los dientes, y la acidez del proceso gástrico hay que cuidarlo. Carnes rojas, tabaco, café, alcohol, etc,etc, producen una gran acidez que puedes neutralizarla con enzimas digestivas de origen vegetal.

**SI QUIERES SABER MAS
ACERDA DE TU SALUD. SI
QUIERES CONSEGUIR UN
BUEN EQUILIBRIO
EMOCIONAL. SI QUIERES
TENER UNA BUENA
REALIZACION PROFESIONAL
Y ECONOMICA, CONTACTA
CON NOSOTROS**

BIORRITMO PSICOLOGICO.- Tu familia es la clave. En este tiempo debes reparar en las emociones, lazos y ataduras que te unen a los tuyos. ¿amas o posees? ¿Estás a gusto en tu casa...? No viene mal afrontar alguna reforma, hacer alguna limpieza y llamar o visitar a la familia lejana que hace tiempo que no ves. ¿Pasas de la risa al llanto y de la emoción a la depresión sin saber por qué? Practica la calma y te podemos dar un complejo vitamínico adecuado.

BIORRITMO EMOCIONAL.- son tiempos de fluctuar en tus sentimientos. No sabes si amas o no. No sabes si merece la pena establecer lazos permanentes emocionales. El estado físico y los sentimientos pueden darte fluctuaciones emocionales y producirse desapegos, malos modos y reproches con tus seres queridos. Toma vitex agnus castus y no tomes decisiones precipitadas de las que te puedas arrepentir.

MAYO DIAS 26 Y 27

5.- BIORRITMO DE SALUD.- La espalda puede darte guerra en estos días, sobre todo en la zona dorsal. La energía se concentrará en el corazón y en los procesos cardio-respiratorios. Hay vigilar el peso, chequearse el colesterol y los triglicéridos y hacer ejercicios respiratorios. Tomarse el pulso y vigilar la tensión arterial. Tomar

coenzima Q-10 y L-Carnitina son la clave para una buena salud cardiaca.

BIORRITMO PSICOLOGICO.- ¿Crees que eres el más grande del mundo y que siempre tienes razón? O por el contrario ¿Te sientes un gusano que a nada ni a nadie le importa? La autoestima y tu integración social son las claves reflexivas de este periodo. La intolerancia, la arrogancia y el egocentrismo pueden dar paso a la pasividad, los complejos y la falta de valoración personal. El producto que te recomendamos son los Factores de transferencia.

BIORRITMO EMOCIONAL.- Si siempre conjugas el YO, e ignoras EL NOSOTROS, te verás pronto solo y nadie te soportará. Si solo buscas la autosatisfacción y no te pones en el pellejo del otro, no podrás amar con generosidad. La clave en estos días es compartir y valorar al otro, pero no hasta el punto de anularte en exceso. ¿Qué es más importante amar; o ser amado? Esta es una buena reflexión para estos días. Te viene bien practicar Yoga y tomar sello de oro.

MAYO DIAS 28 Y 29

6. - BIORTIMO DE SALUD.- La zona somática por excelencia en estos días a la que hay que atender es el intestino y la frecuencia que tienes para evacuar. Si eres mujer no viene mal también vigilar los ovarios y si hay incidencias en estrógenos acudir al ginecólogo. Recuerda que hay que ir todos los días al baño, puesto que la toxicidad se puede almacenar en el intestino produciendo toxicidad general en el cuerpo. Si te pones nervioso se darán espasmos intestinales. Desayuna zumo y toma la dosis adecuada de Aloe Vera para ir al baño. Para regular estrógenos tienes el Wild-Yam.

BIORRITMO PSICOLOGICO.- Te pasas todo el día criticando a los demás o generando una autocrítica excesiva que te inmoviliza. Si te preocupas en exceso te vuelves inmovilista y no progresas. La vida de los demás no puede crearte tanto conflicto. Con dice el proverbio “Si las cosas tienen remedio, ¿Por qué te preocupas? Y si no tienen remedio...¿De que sirve preocuparte? La clave en estos días es ver hasta qué punto estás centrado en ti mismo o diluido en los demás. El 5htp es el producto clave.

BIORRITMO EMOCIONAL.- Es inútil darle vueltas a las cosas reparando en que tu compañero ronca, come en exceso o tiene tal o cual defecto. Si tu amor no es capaz de asumir a tu pareja con defectos, es porque nunca has hecho autocrítica de los tuyos. Deja que el amor te posea y te guie, no le des tantas vueltas al sentimiento que nace de corazón, puesto que si se aloja en la mente ya no es amor, sino un negocio. Toma un poco de Yohimbe y luego ama.

MAYO 30 Y 31

7.- BIORRITMO DE SALUD.- Estos días son especiales para revisar tu tensión arterial. En igual medida el funcionamiento renal y la vejiga

urinaria son los puntos clave a considerar y revisar. La parte final de la espalda o zona lumbar nos pueden dar lectura de alguna anomalía, sobre todo si te baja molestia por glúteo. Otra de las funciones fundamentales en las que no reparamos mucho es la adrenalina. La ira, la cólera y el estrés alteran gravemente los flujos adrenales y estos nos pueden dar cansancio, arritmias cardiacas, vagotonías y dolores de cabeza. El complejo de vitamina B-100 está muy indicado en estas afecciones.

BIORRITMO PSICOLOGICO.- Si estás todo el día enfrentado al ambiente, a las personas y a las cosas, gastarás tu energía vital y esto te dará debilidad. Vivir en permanente combate no es bueno. Si teniendo razón la defiendes con la espada, de nada te vale tenerla, pues no has empleado la inteligencia y no has dejado que brote de tu alma el sentido del amor, la armonía y la belleza. Escuchar música, mirar un amanecer dando gracias a la Creación, evitará la agresividad y podrás sentirte en paz. Si no puedes por ti mismo te podemos dar un poco de Valeriana con Echinacea.

BIORRITMO EMOCIONAL. Si le dices a todo que sí. Si solo estás pendiente del otro, pierdes tu propia autoestima y te verás utilizado por los caprichos de la persona que amas, pero si por el contrario estás esperando el momento para reprochar y pelear, verás que en vez de vivir el amor, estás en un combate que desgasta y empobrece el espíritu. La clave de estos días es la armonía, la música, la poesía y la meditación. No vayas a la cama con la pelea que aún llevas en sangre del día que has vivido. Toma una tila, medita y deja la agresividad en la puerta.

**LOS BIORRITMOS QUE HAS LEIDO SON
GENERICOS. SI DESEAS CONOCER TU
DIAGNOSTICO Y PRESCRIPCION ESPECÍFICOS
PUEDES LLAMARNOS Y CONCERTAR CON
NOSOTROS UNA CONSULTA.**

**www.heliocentro.net
<mailto:helio@heliocentro.net>**



BIOSALUD

En este apartado trataremos de llevaros unas notas sobre la salud de nuestro cuerpo y la forma más natural de atender a las diversas afecciones o patologías desde la perspectiva nutricional y sin emplear medicina alopática alguna. Dado que corresponde al individuo o enfermo la responsabilidad de conocer su cuerpo y la forma de procurarse salud y bienestar. Y al médico orientarnos y diagnosticarnos en la prescripción y aplicación de la medicina farmacológica.

EL TABACO Y LA ANTESALA DEL CANCER



Ideas generales

El fumar tabaco fue una costumbre religiosa, medicinal y ceremonial en la vida tribal americana precolombina. Traído a España por Colón, su uso se extendió rápidamente por Europa. Puede evitar la fatiga y el aburrimiento y mejorar la coordinación de diversas tareas rutinarias. Aumenta la actividad en tareas que implican rapidez de reacción, vigilancia y concentración. Calma los nervios y es un relajante muscular durante periodos de estrés. La falta de motivación es el principal problema para dejar de fumar. Además, existe una aceptación social del hecho de fumar. También hay que tener en cuenta los beneficios económicos que representa para algunos gobiernos y para las compañías comerciales. Finalmente, se trata de una droga barata y de fácil obtención para sus consumidores.

No parece afectar ninguna capacidad comportamental del individuo. Sin embargo, se ha demostrado una estrecha correlación entre el uso del tabaco e importantes desórdenes médicos como la aterosclerosis coronaria y enfermedades respiratorias, que incluyen el enfisema pulmonar, cáncer de pulmón, laringe y boca. El que el dano asociado a su uso no sirva como aviso para los fumadores se debe en parte a que la manifestación de estas enfermedades sigue un curso lento y pueden pasar muchos años antes de que aparezcan sus efectos.

Un nuevo factor se ha añadido a la polémica sobre el uso del tabaco: es el de los denominados "fumadores pasivos". El término se refiere a aquellas personas no fumadoras que inhalan el humo de tabaco presente en el ambiente. Existe un riesgo de contraer enfermedades cardiovasculares y cáncer de pulmón. Se ha indicado que en Estados Unidos el número de muertes por esta causa ocupa el tercer lugar después de los fumadores activos y de los consumidores de alcohol.

El consumo de cigarrillos es una de las principales causas de muerte en el mundo occidental. El humo del tabaco contiene más de cuatro mil sustancias cancerígenas diferentes, muchas de las cuales son generadas en el proceso de la combustión del tabaco. Entre ellas, se encuentran el monóxido de carbono, dióxido de carbono, ácido cianhídrico y los alquitranes. Sólo una o muy pocas de estas sustancias aumentan el deseo o la necesidad de la autoadministración de dicha sustancia. Estímulos sensitivos como el sabor y el olor del tabaco, así como la irritación que produce pueden participar en la regulación de las

¿CONOCES NUESTROS CENTROS TERAPEUTICOS Y EN TODO LO QUE TE PODEMOS AYUDAR?



www.heliocentro.net

cantidades de humo a inhalar para conseguir la dosis deseada de nicotina y participar por tanto como reforzadores de la adicción. Aunque en la creación del hábito de fumar aparecen implicados factores muy diferentes, el objetivo primario de su consumo es la autoadministración de nicotina. Esta sustancia es el principal reforzador del consumo de tabaco. Existen evidencias de que el tiempo transcurrido hasta el siguiente cigarrillo viene marcado por la necesidad de mantener unos niveles corporales constantes de nicotina.

Los estudios realizados sobre la capacidad de adicción de una única dosis y sobre su poder de autoadministración proporcionan una evidencia directa de que en las dosis liberadas al fumar un cigarrillo, la nicotina puede producir el mismo tipo de dependencia que las drogas psicoativas. Esto quiere decir que la nicotina cumple los criterios de producir efectos euforizantes y servir como un reforzador farmacológico de su propio uso.

Un dato sobre su carácter adictivo nos lo proporciona la observación de que la eliminación de su consumo viene acompañada de múltiples recaídas o por el abandono de los intentos de dejarlo. Además, los exfumadores suelen mostrar en ocasiones un carácter irritable y obsesivo. Otros agentes reforzadores que complementan, aunque no sustituyen, el efecto de la nicotina son el «sabor» del humo del tabaco a su paso por la boca, nariz y pulmones y el control del estado de ánimo del fumador. Una persona puede fumar a veces para calmarse ante una situación estresante, mientras que en otras ocasiones lo hace para estimular su estado de ánimo. También se ha demostrado la existencia de dependencia a los aspectos comportamentales relacionados con la costumbre de fumar tabaco. Aquellos individuos que no inhalan el humo del tabaco y que por tanto absorben poca nicotina son un ejemplo de este tipo de dependencia.

De la hoja a la cajetilla

En lo referente a su cultivo y al terreno, a las semillas seleccionadas, al gran uso de abono y a la mecanización, en los almacenes e industrias transformadoras, es un proceso que excluye a los pequeños y usa tecnologías avanzadísimas.

Desde el momento en que la semilla se planta hasta el sellado, mediante celofán, del paquete de cigarrillos, y en cada fase de su elaboración, el tabaco sufre el envase de una cantidad de tecnología y procedimientos tan numerosos que lo han convertido en uno de los productos naturales más transformados.

Es incomparable el grado de manipulación actual sobre una planta como el cannabis para preparar sus derivados, frente al proceso necesario para volver fumable la hoja de la planta de tabaco.

Olvidando las fases de su cultivo, la primera fase verdadera de transformación es el curado. No sólo se trata de secar la planta eliminando de un 80% a un 90% de su humedad, sino de crear condiciones para que se produzcan una serie de transformaciones físicas y bioquímicas esenciales.

La operación se lleva a cabo de diferentes modos, pero sustancialmente el secado se realiza mediante aire o fuego directo o indirecto. Y, de las fases de elaboración, es la más importante, la que determina la calidad de la partida de tabaco que se está trabajando. Es muy difícil corregir los eventuales errores ocurridos durante el secado. En esta fase, las hojas deben perder la clorofila para coger su color peculiar; los almidones deben transformarse en azúcares, debe desaparecer el amoníaco y las proteínas deben descomponerse.

El tabaco, tras su curado, todavía no está listo para su consumo: es irritante, tiene un aroma desagradable y quema con dificultad. En esta fase, para aumentar la velocidad de evaporación del agua algunas empresas tabaqueras emplean campos eléctricos de alta frecuencia.

Después, el tabaco está sometido a una fermentación, proceso mediante el cual la hoja pierde el aroma y gustos desagradables y que le permiten una mejor combustión. Según el tipo de tabaco o su procedencia, los métodos serán diferentes, pero el principio general consiste en humedecer el tabaco en mayor o en menor porcentaje y dejarlo 5 o 6 meses madurando.

Cada fase se mantiene bajo un control estricto hasta la obtención del producto deseado. Para los problemas relacionados con el almacenaje se utilizan rayos ultravioletas e infrarrojos, y otros medios sofisticados como ultrasonidos.

Seguidamente, se seca y cura de nuevo, estas operaciones serán fundamentales para un producto que tiende a enmohecerse y deteriorarse muy fácilmente, y en ellas no falta el uso de sustancias naturales y de síntesis, reguladoras de los procesos enzimáticos que se suceden en el interior de la masa de tabaco prensada.

Si se opera a temperatura y humedad elevadas, la fermentación es más rápida, lo cual sirve para disminuir los problemas de almacenaje de centenares de balas en enormes almacenes.

Tras el curado, el tabaco se rehúmedece para permitir la manipulación de la hoja, se eliminan las costillas de las hojas y se mezcla todo, tras lo que vendrá el curado. Esta es la operación que permite estandarizar el producto. A las tabaqueras llegan miles de quintales de tabaco de calidad diferente, mejor o peor, según el lugar, añada, curado, etc. Las características varían partida a partida, año tras año; la materia prima nunca es la misma.

En este momento, se curte el tabaco para enmascarar sus diferencias y defectos (amargo o picante), para darle gusto y aromas particulares, para hacer que mantenga la humedad, para que no enmohezca, para que se queme mejor, etc.

Se le añaden productos para permitir que entre en el estándar cualitativo que lo caracteriza. Quien fuma Marlboro pretende que todos los cigarrillos que llevan este nombre sean iguales.

El corazón secreto de cada fábrica tabaquera es el laboratorio donde se preparan las recetas de los condimentos que se añadirán al tabaco. Rodeadas del secreto industrial y protegidas por centenares de patentes, las recetas son, para estos industriales, el patrimonio máspreciado a custodiar.

Un listado muy incompleto que comprende: extractos y aceites esenciales de tabaco; azúcar de caña; azúcar de arce; miel; sacarina; fructosa; regaliz; caucho, habita de tonga, vainilla, vino, vinagre, chocolate, anís, aceites esenciales de bergamota, genciana, valeriana, menta, clavos de clavel, canela, bálsamo de Perú, bálsamo de Tolú, extractos de melocotón, extractos de higo, glicerina, sorbitol, ácidos cítrico, acético, ascórbico, parapropil, benzoato de sodio, aceite de aráquidos, aceite de romero, parafina.

Aún así, la lista es incompleta. Parece contener un montón de productos naturales, pero son sus nombres los que figuran para referirse a productos sintéticos que los sustituyen completamente.

Así, en lugar de extracto de menta, encontraremos mentol industrial; en vez de aceite de bergamota, un éster sintético; etc.

Tras el curtido, que consiste en la inmersión del tabaco en esta "salsa", se tritura entre enormes cilindros metálicos y se seca llevándolo de nuevo a un grado de humedad muy bajo (proceso de torrefacción).

Ahora el tabaco está listo para su transformación final: su presentación en forma de cigarrillos en la correspondiente cajetilla con tanta advertencia sobre los riesgos que corre nuestra salud al consumirlo.

El veneno

Sólo las hojas de esta solanácea contienen: almidón, ácidos málico, cítrico, fumárico, succínico, oxálico, acético, gálico, láctico, cafeico, quínico, clorogénico y nicotínico; esparagina, pectina, tanino, levulosa, sustancias resinosas, parafina, esencia, cetona, celulosa, fosfatos, nitratos, sales de ácidos orgánicos, etc.

El jugo del tabaco es un poderoso insecticida que se usa en agricultura.

Los alcaloides que se encuentran en el tabaco (nicotina, nornicotina, anabasina, nicotirina y otros) son muy venenosos.

La nicotina pura resulta muy toxica por el mero contacto con la piel o las mucosas. La ingestión de 50 a 100mg es mortal para el hombre, pero fumada su toxicidad es menor.

Más de 10 cigarrillos diarios crean una toxicosis tabáquica, y el cuerpo, durante el reposo nocturno es incapaz de liberarse del exceso de alcaloides.

Todos los procesos de la preparación del tabaco, comenzando por la fermentación, disminuyen su toxicidad, así como las sustancias contenidas en el humo; no obstante, aunque suavizado, se mantienen también los efectos negativos del tabaco, como lo prueba la intoxicación nicotínica que se padece cuando se comienza a fumar o si se hace en

exceso. Los síntomas consisten en náuseas, vómitos, alucinaciones, vértigo, sudor frío y debilidad cardíaca.

Fumar causa: trastornos cardíacos crónicos como dilatación e hipertrofia, envejecimiento prematuro, riesgo sanguíneo insuficiente en las extremidades, inflamación crónica de las vías respiratorias, angina de pecho, catarros de las vías respiratorias, disnea, 4500 tipos de cáncer, pérdida de memoria, faringitis, úlceras, pérdida del gusto, olfato y agudeza visual, etc.

Mecanismo de acción de la nicotina

A pesar de la enorme investigación realizada sobre la actividad de la nicotina no se tienen aún muchos datos sobre el mecanismo de actuación del tabaco. Uno de los problemas para saber como actúa la nicotina como droga psicoactiva es el escaso conocimiento de sus efectos psicológicos. Aunque existe una considerable evidencia de su acción sobre el sistema nervioso central, tanto en animales como en humanos, sus efectos son mucho menos psicoactivos que los producidos por otras sustancias de abuso. El mecanismo de acción de la nicotina a nivel molecular está claramente definido. Es un agonista del receptor nicotínico de acetilcolina en el sistema nervioso periférico y en el central.

La acción estimuladora de la nicotina sobre el cerebro parece ejercerse sobre las neuronas noradrenérgicas procedentes del locus cerúleo y sobre las dopaminérgicas del área tegmental ventral. El locus cerúleo parece jugar un papel crucial en la vigilancia y en el despertar, en las reacciones relacionadas con el estrés y en la regulación de la actividad psicosomática. La administración tanto aguda como crónica de nicotina induce la actuación de esta región cerebral. Esto explica la activación de las reacciones de atención asociadas a su ingesta. Esta acción sobre el núcleo cerúleo podría explicar los efectos favorables de la clonidina en la abstinencia al tabaco, dado que este fármaco es un agonista 2-adrenérgico.

La actuación de la nicotina sobre el área tegmental ventral produce una estimulación motora y da lugar a un aumento de la liberación de dopamina en el núcleo accumbens. Esta capacidad de incrementar los niveles extracelulares de dopamina es una característica que la nicotina comparte con otras drogas de abuso como la cocaína, los opiáceos y el alcohol, y está relacionada con los sistemas de reforzamiento. Esto justificaría la conducta de búsqueda de droga asociada a los consumidores de tabaco, pese al conocimiento del peligro asociado a su uso.

Entre los síntomas que aparecen asociados a la cesación de su consumo se incluyen: alteraciones del sueño, náusea, irritabilidad, desasosiego, dolor de cabeza, ansiedad, dificultad en la concentración y en la coordinación psicomotora, ganancia de peso y cambios en el gasto cardíaco, presión sanguínea y pulso. El síndrome se experimenta al cabo de algunas horas o de varios días después de haber dejado de fumar y puede durar varios meses. Estos síntomas pueden ser respuestas fisiológicas a la interrupción del consumo de nicotina o pueden representar una reacción psicológica al cambio de un comportamiento habitual. La severidad del síndrome se correlaciona con el número de cigarrillos fumados.

Los patrones de retirada de la droga no son idénticos para todas las personas, debido a que dicho síndrome es el resultado de una compleja interacción entre la ingestión de nicotina, personalidad del individuo, factores ambientales y respuesta al estrés.

Hay tres tipos de aproximaciones al tratamiento del abuso de tabaco:

1) Terapia de sustitución, en la que se suministra nicotina de una forma más manejable y menos dañina, por ejemplo en forma de goma de mascar, de parches en la piel

o de implantes subcutáneos. Estos sistemas reducen el deseo de fumar y el síndrome de abstinencia a nicotina, pero muy pocas veces lo eliminan por completo. El tratamiento es muy eficaz cuando se usa en conjunción con terapias de soporte no específicas.

2) Terapia de bloqueo, en la que se usa una sustancia que bloquee los efectos de la nicotina como la mecamilamina.

3) Terapia de soporte, que puede acompañar al tratamiento con fármacos, y que a veces da resultados positivos sin necesidad de la intervención farmacológica.

ASMA INFANTIL

¿Puede L-Carnitina ayudar a los niños con asma?

Por Jane Hart, MD.

Los niños suplementados con L-carnitina tuvieron mejorías estadísticamente significativas en la función pulmonar y los síntomas

Para niños de asma los síntomas a menudo no están totalmente controlados con medicamentos, por lo que los investigadores están siempre en busca de opciones que pueden ayudar, incluyendo terapias nutricionales. Un estudio publicado en la revista Journal of Allergy encontró que tanto la función pulmonar y los síntomas mejoran en los niños con asma que complementados con el diario L-carnitina .

L-Carnitina vinculado a una mejor función pulmonar y el control de los síntomas

En este estudio, 50 niños con asma persistente moderada y 50 niños sanos entre 6 y 12 años fueron asignados aleatoriamente para recibir un suplemento de L-carnitina (350 mg tres veces al día) o placebo durante seis meses. Los niños tomaban sus medicamentos habituales, y junto con sus cuidadores, llenaron un cuestionario sobre el control de los síntomas antes y después del estudio. La función pulmonar, los niveles de carnitina en sangre y otras pruebas de sangre se midieron antes y después del estudio. Los resultados mostraron:

Los niños con asma tenían niveles más bajos de carnitina en sangre en comparación con niños sanos.

Los niños suplementados con L-carnitina tuvieron mejorías estadísticamente significativas en la función pulmonar y los síntomas después de la suplementación en comparación con antes de que se complementaron y se compararon con los niños que tomaron el placebo.

El grupo del suplemento tenían un número de visitas a urgencias e ingresos hospitalarios, y una disminución en la sangre un marcador de la inflamación (eosinófilos, un componente principal de asma), en comparación con los niños que tomaron el placebo.

Los autores del estudio comentan sobre los niveles sanguíneos más bajos de carnitina en niños con asma diciendo: "Ya sea que la disminución de la carnitina en suero en los niños con asma persistente moderada es una causa o un efecto,] es necesario estudiar más a fondo."

Por desgracia, mientras que los niños que tomaron el suplemento mostraron mejoras estadísticas, todavía había mal control del asma, según los autores. Así que la investigación adicional es necesaria para entender otros tratamientos, incluyendo el papel de la L-carnitina en el asma, la dosis óptima, y que podrían responder mejor a la suplementación.

La carnitina es muy importante para ayudar a todas las células en el cuerpo funcione adecuadamente. Investigaciones previas han demostrado que la L-carnitina (la forma de la carnitina usada para los suplementos) puede mejorar la función pulmonar en personas con diversas condiciones médicas. Pocos estudios han analizado el papel de la L-carnitina en niños con asma.

Las anomalías genéticas, varias condiciones médicas, y ciertos medicamentos puede conducir a la deficiencia de carnitina, de acuerdo con la Oficina de Suplementos Dietéticos. Si los niveles más bajos en sangre de carnitina en los niños aumenta la gravedad del asma, o si el asma hace que los niveles más bajos, o ambos, aún no se conoce.

Si su hijo sufre de asma mal controlada, hablar con un doctor experto en un enfoque integrador, y discutir las posibles opciones, incluidas las terapias nutricionales, para mejorar los síntomas de su hijo y la calidad de vida. Hable con un médico, para aprender acerca de los riesgos y beneficios potenciales, antes de dar suplementos a sus hijos.

Alergias y Sensibilidades

Tratamiento:

Probióticos

(alergias alimentarias)

2.6 mil millones de organismos por día para los niños Los probióticos como el Lactobacillus GG puede mejorar la digestión en personas con alergias a los alimentos, ayudando al control de la absorción intestinal del tracto alérgico y el cambio de las respuestas del sistema inmunológico a los alimentos.

Los extractos de timo

120 mg al día de timomodulina Timomodulina, una preparación especial de la glándula del timo de los terneros, se ha demostrado para prevenir las reacciones alérgicas a los alimentos en un estudio doble ciego en niños alérgicos.

Clorhidrato de betaína

(alergias alimentarias)

Consulte las instrucciones de la etiqueta El ácido clorhídrico secretado por el estómago ayuda a digerir las proteínas, y en teoría puede ayudar a romper los alérgenos alimentarios en moléculas más pequeñas que no son alérgicos.

Las enzimas digestivas

(alergias alimentarias)

Consulte las instrucciones de la etiqueta Las enzimas proteolíticas, en teoría, reducir los síntomas de la alergia al descomponer la proteína no digerida de los tamaños que son demasiado pequeños para causar reacciones alérgicas.

Los flavonoides

Consulte las instrucciones de la etiqueta Pruebas de laboratorio y estudios en animales han demostrado algunos efectos de los antihistamínicos naturales como los flavonoides, aunque ninguna investigación clínica ha demostrado si estas sustancias en concreto puede reducir las reacciones alérgicas.

Quercetina

Consulte las instrucciones de la etiqueta Pruebas de laboratorio y estudios en animales han demostrado algunos efectos de los antihistamínicos naturales, como el flavonoide quercetina, aunque ninguna investigación clínica ha demostrado si estas sustancias en concreto puede reducir las reacciones alérgicas.

Copyright © 2012 Aisle7.

La sal no es amigo de corazón o la cabeza

Por Suzanne Dixon, MPH, MS, RD

Los alimentos procesados es la mayor fuente de sal en la dieta de los estadounidenses

HealthnotesNewswire (3 de diciembre de 2009)-Cuando se trata de la salud del corazón y vasculares, casi todo el mundo se puede beneficiar de comer menos sal. Los estudios han vinculado las dietas altas en tiempo de sal a un mayor riesgo de tener presión arterial alta, un factor de riesgo para la enfermedad cardíaca y accidente cerebrovascular. Pero expertos en salud no está seguro de si las dietas saladas aumentan el riesgo de estas enfermedades en las personas sin presión arterial alta, y en los que no son tan sensibles a los efectos hipertensivos del exceso de sal. Una nueva investigación proporciona una cierta penetración.

Los estudios salados

Un proceso llamado meta-análisis se utiliza para combinar y analizar los datos de 13 estudios anteriores. La ventaja de este enfoque es que permite a un gran número de personas que se estudiarán en conjunto, aumentando la probabilidad de que las relaciones entre la sal en la dieta y el riesgo de la enfermedad se descubra, si es que existen.

El estudio reveló que:

Las dietas altas en sal están vinculadas a tasas más altas de accidentes cerebrovasculares y eventos cardiovasculares (ataques al corazón). Incluso entre las personas con presión arterial normal, el aumento de la ingesta de sal aumentó el riesgo de enfermedad.

La relación entre la sal y el riesgo de accidentes cerebrovasculares y los eventos cardiovasculares es dependiente de la dosis: más sal que come una persona, mayor es su riesgo de estas enfermedades.

Para un niño de 5 gramos por día de diferencia en el consumo de sal normal, hay una tasa de 23% mayor de accidente cerebrovascular y un 17% de aumento de la frecuencia de eventos cardiovasculares. Por ejemplo, un grupo de personas que comen un promedio de 10 gramos de sal por día tendrá un 23% más casos de ictus y un 17% más eventos cardiovasculares en comparación con un grupo de comer 5 gramos de sal por día.

En la población general, una reducción de 5 gramos en la ingesta de sal diaria podría conducir a la muerte de 1,25 millones menos de muertes por accidente cerebrovascular y menos aproximadamente tres millones de la enfermedad en todo el mundo cardiovascular.

La sal se compone de sodio y cloruro. En los EE.UU. la cantidad diaria recomendada (RDA) se da en términos de sodio no, sal. La ingesta máxima recomendada de sodio es de 2.400 mg (2,4 gramos) por día.

Para convertir gramos de sodio en gramos de sal, se multiplica por 2,5. Esto significa 2,4 gramos de sodio es el mismo que 6 gramos (2,4 x 2,5) de sal.

Promedio de consumo de sal en los EE.UU. es de 10-12 gramos por día. Esto significa que la mayoría de nosotros tenemos que reducir nuestro consumo de sal a la mitad para reducir nuestro riesgo de padecer presión arterial alta, enfermedades del corazón y derrame cerebral.

Desalinización

Para reducir el consumo de sal:

Los alimentos procesados es la mayor fuente de sal en la dieta estadounidense. Los delincuentes particulares de sal incluyen sopa, galletas, papas fritas, pan y productos horneados, cereales, salsas y aderezos, carnes frías y embutidos, alimentos en vinagre, y los alimentos curados y ahumados.

Lea las etiquetas y evitar los alimentos con más de 240 mg de sodio, o más del 10% de la ingestión diaria, por porción.

Disminución de sal en la dieta poco a poco con el tiempo. A medida que sus papilas gustativas adaptar, usted se sorprenderá de la cantidad de cosas saladas que utilizó para comer en ese momento el sabor.

Quitar el salero de la mesa para reducir la tentación de la sal a su comida.

La sal yodada es una de las principales fuentes de yodo en la dieta en los EE.UU., por lo que los estadounidenses comen menos sal es necesario asegurarse de obtener suficiente yodo a partir de otras fuentes, tales como un complejo multivitamínico que contenga este mineral.

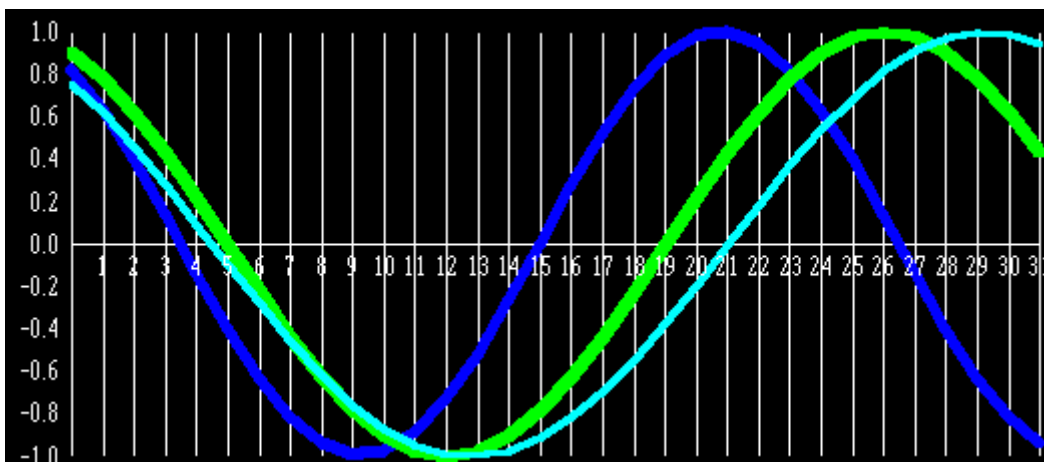
Cocine con menos sal.

Limitar los elementos salados, como la salsa de soja, salsa de tomate, el caldo, y los cubos de lingotes.

Siempre eligió "sin sal agregada" en la compra de alimentos enlatados.

Copyright © 2012 Aisle7. Todos los derechos reservados. Aisle7.com

BIOENERGETICA NEUTRINOTERAPIA



A lo largo de los próximos capítulos iremos adentrándonos en un mundo apasionante donde la fuente fundamental de trabajo será la bioenergía. Pero queremos comenzar ahora con los apuntes de un magnífico trabajo del Dr. Ulises Sosa Salinas En su libro Sobre Energía Piramidal y Terapéutica. Después de que Vds, hayan hecho su primera pirámide les invitaremos a realizar prácticas sencillas para aplicarlas a la alimentación o a la salud o a la botánica.

OTRAS EXPERIENCIAS CON PIRAMIDES

Siguiendo en la línea experimentativa sobre bioenergética y la aplicación de tratamientos piramidales, tenemos que acudir al DR. ULISES SOSA SALINAS y su probada experiencia las diversas aplicaciones terapéuticas:

En todas las bibliografías consultadas se informan innumerables experiencias con el medio orgánico e inorgánico utilizando pirámides de diversos tipos y tamaños y de diferentes materiales. Ya hemos mencionado algunos de estas investigaciones a lo largo de este trabajo. Ahora quisiéramos referirnos a algunas experiencias que hemos realizado nosotros u otros compañeros cubanos, médicos o de otras profesiones, en el transcurso de los últimos años y que han servido de base para terapéuticas efectivas en el ser humano. Vamos a referirnos fundamentalmente a experiencias con animales, plantas y medio inorgánico.

EXPERIENCIAS CON ANIMALES

El Dr. Héctor Navarro González, Responsable de Medicina Natural y Tradicional de la Clínica del MININT en Camagüey, realizó una interesante experiencia con dos gallinas de su patio aquejadas de una enfermedad invalidante, mortal y desahuciadas por la medicina veterinaria:

1- GALLINA A: esta gallina no comía ni bebía, no podía caminar, su cresta era muy pálida y demostraba muy poca vitalidad, permanecía postrada en espera de la muerte. El Dr. Navarro la colocó en el centro de una pirámide de aluminio de 65 cms de base, colocada en la tierra:

PRIMER DIA DE TRATAMIENTO: Al minuto de estar en la pirámide se paró sobre una pata y la cresta comenzó a colorearse de su rojo normal. A los 5 minutos empezó a picar el pienso. A los 10 minutos tomó agua y al cabo de una hora espontáneamente abandonó, ella sola, la pirámide.

SEGUNDO DIA: se le dio alimentación energizada previamente durante 12 horas en pirámide. Se mantuvo, sin estar amarrada, una hora en la pirámide. Se veía más activa, comía y tomaba el agua o se mantenía parada en el centro de la pirámide sin deseo de abandonar la misma.

TERCERO, CUARTO Y QUINTO DIA: fue necesario amarrarla pues, llena de vitalidad, quería abandonar la pirámide a los pocos minutos de estar colocada en ella. A partir del tercer día hizo por trepar al sitio donde dormía habitualmente en el gallinero. El tratamiento duró solo 5 días. A partir de esa fecha comenzó a poner huevos y a retornar a su forma normal de vida.

Actualmente, en el mes de Junio (el tratamiento comenzó el día 15 de Abril de 1999), mantiene buena vitalidad y no ha presentado tendencia a recaer su enfermedad.

2- GALLINA B: el tratamiento comenzó también en Abril. Esta gallina era la compañera de casilla de la anterior pero enfermó mucho más intensamente que la otra. Se mantenía totalmente postrada sin comer ni tomar agua con una cresta extremadamente pálida. No tenía vitalidad alguna y parecía al borde de la muerte. Se utilizó una pirámide de aluminio de 35 cm de base, de lados iguales.

PRIMER DIA: Al poco tiempo de estar en la pirámide la cresta comenzó a enrojecer. Se mantuvo echada todo el tiempo durante los 30 minutos de tratamiento. A los 15 minutos, sin incorporarse comenzó a picar el alimento y beber agua.

SEGUNDO DIA: Mantuvo los mismos parámetros, pero la cresta adquirió el color rojo natural.

TERCER DIA: Se paró, aunque se mantuvo quieta en el centro de la pirámide. Se le acercó el alimento y comió y tomó agua en esa posición.

CUARTO DIA: Comenzó a deambular dentro de la pirámide. Después de sacarla de la misma, deambulaba por el patio.

QUINTO DIA: Saltó hacia el sitio donde dormía habitualmente.

El tratamiento se mantuvo durante quince días en que comenzó a poner huevos. A los 12 días saltaba y recorría el patio con las otras gallinas y dormía en el gallinero.

Actualmente, en el mes de Junio, continúa sin problemas y no se le distingue de las demás gallinas.

OTRAS EXPERIENCIAS DEL DR. NAVARRO

El Dr. Navarro ha experimentado con plantas, semillas y objetos inanimados. Además ha tratado 30 pacientes de diversas patologías que incluyen un caso con cirrosis hepática en fase terminal que ha tenido una recuperación maravillosa al asociar la energía piramidal a la dieta, homeopatía y electro acupuntura. Posteriormente expondremos los resultados de estos 30 pacientes.

La experiencia con plantas, se redujo a sembrar, en recipientes diferentes, dos semillas el mismo día y a la misma hora. Uno de los recipientes lo colocó en la pirámide de aluminio de 35 cm de base y la otra no la colocó bajo pirámide. A los pocos días la semilla que estaba bajo la pirámide germinó y creció rápidamente, mientras la otra aun no ha germinado y ya han pasado más de dos semanas.



**LLÉNATE DE ENERGIA CON NUESTRO
NEUTRIKEEPER
MEJORA TU SALUD FISICA PSIQUICA
Y
EMOCIONAL
MEJORA LA CONCENTRACION EL
SUEÑO
Y LA FUERZA VITAL
Pídelo en
helio@heliocentro.net**

EXPERIENCIA CON LAS COPAS DE MADERA

El Dr. Navarro posee un juego de pequeñas copas de madera preciosa que le fueron obsequiadas durante el cumplimiento de una misión internacionalista en un país de Centroamérica. Guardó en una copa unas semillas de fruta bomba húmedas y en otra de níspero, colocándolas ambas bajo la pirámide. A los cinco días, la copa con las semillas de fruta bomba se agrietó de forma tal que la luz pasaba por la rajadura. La copa con las semillas secas de níspero demoró 15 días, pero también se agrietó la madera. Las retiró de la pirámide y a las 24 horas las rajaduras se habían soldado de forma tal que es irreconocible, en la actualidad, el sitio de rotura. O sea, que la energía almacenada en la pirámide deshidrató las semillas de fruta bomba y las de níspero, así como la madera, provocando la ruptura, al retirarlas de la fuente de energía, la madera retornó a su posición original.

EXPERIENCIA CON ABEJAS

Recientemente fui visitado por la Dra. Elena de Varona que trabaja en APISUM, empresa donde se elabora miel de abejas y sus derivados. Me planteó que existe un tipo de hongo que está atacando los panales de abejas y acaba con las crías (Ascopherosis). Me solicitaba apoyo para valorar la posibilidad de utilización de las pirámides de manera profiláctica y terapéutica sobre los panales. No tenía antecedentes de la utilización de energía piramidal en abejas y así se lo expuse. No obstante convinimos que impartiría una conferencia en APISUM para posteriormente realizar algunos experimentos con los panales enfermos y ver los resultados. En el mes de Mayo de 1999 nos trasladamos a un apiario, el Centro de cría de reinas de la Provincia de Camagüey (Ver foto en Anexo) y colocamos pirámides de plástico sobre el techo de los panales. Previamente fotografiamos los panales con hongos. A los 30 minutos de exposición bajo la pirámide, el hongo había desaparecido casi por completo y las abejas se veían con más vitalidad. Además, colocamos la pirámide sobre una reina recién nacida que estaba con poca vitalidad y a los 15 minutos de exposición en la pirámide volaba por la pequeña jaula en que la habíamos colocado. Estos resultados preliminares nos han estimulado a continuar las experiencias y actualmente se confeccionó un protocolo investigativo cuyos resultados inmediatos han sido asombrosos. Ya se está generalizando esta técnica investigativa en otros apiarios de la Provincia.

Los resultados obtenidos en el primer trabajo de la Dra. Elena de Varona se resumen en la siguiente tabla:

Municipios

Municipios	No. Apiarios	Cantidad		Tto/ día.	Duración			
		Afectadas	Tratadas					
Camaguey	E:2	325	135	135	123	3	55	
lorida	2	50	19	19	17	3	55	
Najasa	1	50	16	16	10	3	50	
Santa Cruz	2	120	28	28	23	4	45	
Cespedes	1	40	12	12	9	4	45	
Total:	13	585	254	254	217	3	50	

OTRAS EXPERIENCIAS DE LA DRA. ELENA DE VARONA

EXPERIENCIAS CON ANIMALES

PERROS: 30 perros (diferentes razas) tratados por traumas en las extremidades y orejas. 7 sesiones de 50 minutos cada una. Al segundo día se observa franco restablecimiento. Se realizaron dos sesiones diarias, una a las 9 AM y otra a las 4 PM. Entre Octubre/02 a Abril/03. Todos los animales se recuperaron totalmente.

GATOS: 15 gatos (diferentes razas). Mantienen un comportamiento distinto al de los perros. Al finalizar las experiencias (4to o 5to día), terminaban durmiendo bajo la pirámide (Ver foto). Manifestaban signos de bienestar, se sedaban y a partir de la segunda sesión comenzaban a entrar espontáneamente a la pirámide. Este trabajo se hizo de Octubre/02 a Mayo/03. Todos se recuperaron totalmente en pocos días.

CERDOS: 3 cerditos recién nacidos con trastorno en la locomoción. 6 sesiones de 50 minutos cada una. (Ver foto). A partir del tercer día se observó la mejoría. (Abril/03)

62 cerdos por procesos inflamatorios en extremidades, cara y orejas. Total de 6 sesiones de 50 minutos cada una. Recuperación a partir del tercer día. Todos se recuperaron plenamente. (Septiembre/02)

CONEJOS: 20 conejos con ácaros (Sarna). 8 sesiones de 55 minutos cada una. Recuperados totalmente 18. Parcialmente 2 (Ver foto) (Marzo/02).

ORNITOLOGÍA: Se trabaja actualmente con periquitos de Australia, Alcapares y Negritos, en dos indicadores: puesta y resistencia de las crías. Tiempo 50 minutos. Actualmente se experimenta con un Negrito con Alopecia (falta de plumas en el ala derecha) Se observa mejoría a partir del sexto día.

Se utiliza la energía piramidal directa y en agua piramidal.

EXPERIENCIAS CON PLANTAS

ORNAMENTALES: Malangas, rosales y mariposa blanca. Son regadas a diario con agua piramidal entre las 8:30 – 10 AM y 4:30 – 6 PM. Los colores y fragancia aumentan considerablemente en comparación de otras plantas no tratadas.

FRUTAS Y VEGETALES: Se trabaja en lo referente a rendimientos en: lechuga, tomate, rábanos, calabaza, guayaba, plátano fruta y mango. Se utiliza agua piramidal dos veces al día, temprano en la mañana y tarde en la tarde. Resultados asombrosos: mejor sabor de las frutas, mayor carnosidad, mayor tamaño, mejor fragancia.

EXPERIENCIAS CON PLANTAS Y MEDIO INORGANICO POR ALUMNOS DE PREUNIVERSITARIO

Algunos alumnos de la Escuela Vocacional Camilo Cienfuegos de la Ciudad de Camagüey, bajo la tutela del Profesor Rafael E. Rodríguez Pino, están realizando interesantes experiencias con plantas, cuchillas y disquetes de computadoras. En lo referente a las plantas, colocaron una pirámide de tamaño suficiente para abarcar un cantero en el que sembraron diversas plantas. En otro cantero similar sembraron las mismas plantas pero sin pirámide. Encontraron que las plantas bajo la pirámide crecieron y se desarrollaron mejor y más rápido que las que no tenían pirámide.

Sobre el medio inorgánico trabajan con cuchillas y con disquetes defectuosos de computación. Encontraron que las cuchillas expuestas a la energía piramidal conservan el

filo durante el triple de tiempo que las cuchillas no expuestas a la pirámide. Además, han logrado reparar numerosos disquetes defectuosos de computación a los pocos días de mantenerlos expuestos a la energía piramidal. El resultado de sus investigaciones lo informaron en el Forum Estudiantil de Ciencia y Técnica.

COMENTARIOS FINALES

Muchas experiencias interesantes se realizan por toda persona que comienza a interesarse por la energía piramidal. Por ejemplo, nosotros colocamos dos platanitos o bananos, uno bajo una pirámide de aluminio de 29 cm de longitud de base y otro fuera de ella a cierta distancia de la misma. A las 24 horas, aproximadamente, el platanito situado fuera de la pirámide había comenzado a cambiar la coloración poniéndose más oscuro y se había llenado de “guasasas” a su alrededor. El que estaba bajo la pirámide, por el contrario, estaba más amarillo y no tenía ni un solo insecto a su alrededor. Entonces decidimos cambiarlos, colocamos la fruta que estaba fuera dentro de la pirámide con sus “guasasas” y la que estaba dentro la colocamos fuera. A los pocos minutos no quedaba ni un insecto dentro de la pirámide. 24 horas después, la fruta colocada fuera había comenzado a cambiar a una coloración más oscura y la que estaba en la pirámide había comenzado un proceso de desecación. Esta experiencia puede realizarse con cualquier fruta. Por ejemplo, la piña adquiere un mejor sabor y pierde su natural acidez si se coloca bajo una pirámide.

Hemos colocado también un pedazo de carne cruda dentro de la pirámide y otro fuera. A las pocas horas la carne fuera de la pirámide comienza su lógica descomposición con todas las características propias de este estado, mientras que la que permanece dentro de la pirámide comienza un proceso de deshidratación que puede llegar a la completa momificación de la misma, sin mal olor ni ninguna característica de descomposición.

También hemos momificado cadáveres de animales como gorriones y ratones, por el solo hecho de mantenerlos dentro de una pirámide por un determinado espacio de tiempo que puede oscilar entre días y semanas.

ANECDOTARIO PIRAMIDAL

Muchos de los fenómenos observados en la pirámide se manifiestan permanentemente. La capacidad para deshidratar tanto la materia orgánica (alimentos, plantas o animales) como la inorgánica, (filo de las cuchillas de afeitar) ha sido hasta el momento la más estudiada y experimentada¹².

Para deshidratar cualquier muestra de material orgánico perecedero (los más frecuentemente utilizados son huevos, con o sin cáscara, flores, retoños, frutas, embutidos y carne) la muestra debe colocarse sobre una plataforma dentro de la pirámide, a un tercio de la altura de ésta o directamente sobre el suelo de la base, con la longitud mayor alineada en dirección Norte-Sur y centrada con relación a la cúspide.

El tiempo requerido para la deshidratación varía de acuerdo al volumen y la proporción de humedad que contenga el cuerpo y oscila generalmente entre una y ocho semanas. Existen numerosos testimonios de experimentos con carne de cerdo o de res que se conservó perfectamente comestible durante varios meses¹². La fruta se reseca pero se mantiene dulce y en buen estado.

Se pueden realizar regularmente inspecciones, teniendo cuidado de volver a orientar después la muestra correctamente. Una vez realizada la deshidratación, el objeto puede sacarse de la pirámide para ser expuesto.

Algunos científicos plantean ciertas normas para que pueda valorarse un experimento con pirámides como un verdadero trabajo investigativo. Por ejemplo, un esquema podría ser el siguiente:

1- Se debe pesar el espécimen antes de colocarlo en la pirámide y repetir la pesada diariamente hasta que se haya producido la deshidratación, con el fin de determinar la velocidad de ésta.

2- Alinear otros recipientes que pueden ser de cartón, metal, madera, etc., y de un volumen equivalente al de la pirámide en uso. Colocar dentro de cada uno de estos recipientes un espécimen tan parecido el de la pirámide como pueda conseguirse. Estas muestras, conjuntamente con el ejemplar de la pirámide, se pesarán diariamente. Después de cada pesada, se colocarán con cuidado todos los especímenes en las posiciones anteriores y correctamente orientados.

3- Otra muestra idéntica, debe ser colocada sobre una superficie plana al aire libre y pesada todos los días al mismo tiempo que las otras.

4- Se debe abrir un libro de registro columnado: volumen y antigüedad de las muestras al comenzar el experimento, composición, dimensiones, forma y volumen de cada recipiente. Se pesarán diariamente, a la misma hora, todas las muestras, verificando visualmente su aspecto en cuanto a decoloración, consistencia y descomposición. Todos estos datos se deben consignar y fechar en el libro de control.

5- Muchos productos alimenticios han sido tratados con productos químicos conservantes, que pueden influir sobre la velocidad de deshidratación e invalidar el experimento. Para experimentar con productos alimenticios, se deben utilizar solamente los que nos conste que no tienen aditivos.

6- Se pueden utilizar también legumbres secas, arroz, café, etc. y, aparentemente, en todos los casos se da una notable mejoría del sabor. También se puede experimentar con cerveza, vino, ron y otras bebidas alcohólicas.

**PLANIFICA TUS VACACIONES ESTAS
FIESTAS, ENTRA Y CONOCENOS
Entra Aqui**



GERMINACION DE SEMILLAS

Se pueden realizar experimentos de germinación de semillas dentro de la pirámide. La mitad de las semillas se colocan en una pirámide, dispuestas en hileras orientadas de Norte a Sur y se dejan por un tiempo mínimo de dos semanas. Luego se plantan separadas pero en condiciones iguales, estas semillas y la mitad restante, la que no ha estado sometida al influjo piramidal. Observando cuidadosamente la velocidad a la que crecen las plantas de cada semillero, se observará fácilmente la notable diferencia entre unas y otras.

Un experimento fácil es dejar reposar un recipiente con agua debajo de la pirámide, por lo menos durante una semana, y utilizar el agua después para regar plantas domésticas. Las plantas regadas con esta agua, crecerán como si se hubiese añadido al agua algún fertilizante.

Recientemente impartí una conferencia en APISUM, antes de comenzar nuestras experiencias con las abejas. Como parte de esta conferencia, expuse la forma de construir modelos de pirámide de diversos materiales. El mismo día de la conferencia un compañero entusiasta se construyó dos pirámides de lados iguales con unas varillas de inseminación artificial. Tenía un pequeño cerdo enfermo que se negaba a comer y se mantenía postrado. Le colocó una pirámide correctamente orientada y fue muy grande su asombro al observar a los 30 minutos como el cerdito se paraba y comenzaba a comer saliendo por sus propios pies de la pirámide. Seguidamente, alentado por sus resultados, utilizó la otra pirámide en su esposa aquejada de frecuentes migrañas, logrando desaparición de la sintomatología a los 10 minutos de exposición a la energía piramidal. Al día siguiente, llegó, muy entusiasmado, contando sus experiencias a los compañeros de APISUM.

ES IMPORTANTE NO AUTODIAGNOSTICARSE NI PRESCRIBIRSE A SU ANTOJO PRODUCTOS SIN CONOCER SUS PROPIEDADES. NOSOTROS TE INFORMAMOS. PONTE EN CONTACTO EN ESTE CORREO; NO MOLESTAS. ES UN PLACER.

<mailto:helio@heliocentro.net>

