

Herramienta depurativa olvidada

Resulta tan evidente la carencia de oxígeno en los organismos crónicamente ensuciados, que hemos tenido que incluir este andarivel al Proceso Depurativo, a fin que las personas prioricen la reversión del habitual y peligroso cuadro de anaerobia interna. Este factor causal de la mayoría de los problemas de salud, pasa generalmente inadvertido para la ortodoxia médica. De allí la importancia de comprender la función del oxígeno, los inconvenientes que genera su carencia y las herramientas disponibles para revertir el problema.

Con justa razón se le atribuye tanta importancia al agua y a la hidratación, dado su rol clave en la constitución y en el funcionamiento orgánico. Pero mientras se toma consciencia que dos terceras partes de nuestro organismo están constituidas por agua, no parece otorgársele la misma trascendencia al hecho que el oxígeno es el elemento que compone el **65% de nuestra estructura física**. Por el contrario, tanto se habla y se manipula acerca de la necesidad de calcio, cuando este mineral forma apenas el 1,38% del organismo.

Quién se adentra un poco en la función orgánica y celular, comprende que **todo gira en torno al oxígeno**, el elemento más abundante en la corteza terrestre: un 20,9% del aire (en volumen) es oxígeno. Es el elemento esencial en los procesos de respiración de la mayor parte de las células vivas y en los procesos de combustión. Es uno de los elementos más importantes de la química orgánica, indispensable en el ciclo energético de los seres vivos, y esencial en la respiración celular de los organismos aeróbicos, como los humanos.

El oxígeno respirado por los organismos aeróbicos (liberado por las plantas mediante la fotosíntesis), participa en la conversión de nutrientes en energía (el oxígeno es usado durante la oxidación de la glucosa) y es imprescindible para la vida. Todas las células del cuerpo humano precisan del oxígeno para poder vivir, pues interactúa con elementos químicos, nutrientes, vitaminas y minerales para que el organismo obtenga adecuados niveles de energía. Pero el cuerpo **no puede almacenar oxígeno**, por lo tanto, es necesario abastecer las células con un **suministro regular de oxígeno**.

De allí la importancia de una adecuada respiración, aunque veremos luego que esto no es todo. Cada inhalación contiene normalmente 21% de oxígeno; de esta cantidad el organismo utiliza una cuarta parte para generar energía y el sobrante (16%) es expulsado en cada exhalación.

El oxígeno que es inhalado hacia los alvéolos, es recogido por la sangre alrededor de estos sacos de aire, transportándolo de regreso al corazón y a todo el cuerpo. A medida que el oxígeno es absorbido por la sangre, el dióxido de carbono es eliminado como producto de desecho, regresando a los pulmones y siendo exhalado fuera del cuerpo.

Una buena oxigenación no solamente permite mantenernos vivos, sino que, promueve la salud en general. Es sabido que el organismo puede trabajar con algunas carencias; el ser humano puede resistir sin alimento varias semanas, sin agua, varios días, pero **solamente puede sobrevivir unos minutos sin oxígeno**. Al no recibir la cantidad adecuada de oxígeno, las células comienzan un deterioro importante, y de no recibir oxígeno mueren definitivamente.

Uno de los síntomas más comunes de falta de oxigenación, es sentirse desganado, mareado o con la necesidad de bostezar constantemente. Esta simple falta de oxígeno en el organismo, provoca pérdida de concentración, problemas de aprendizaje y malestar en general. Es sencillo comprobar cómo esos síntomas remiten tras una caminata en un entorno arbolado. Normalmente el corazón humano bombea un promedio de 70 veces por minuto. Los pulmones respiran aproximadamente 14 veces por minuto.

El sistema respiratorio es también sensible a los niveles de acidez corporal, influyendo sobre las funciones cerebrales, que a su vez controlan la respiración. La falta de oxígeno puede resultar en muerte clínica y eventualmente en muerte biológica.

También existe una relación entre la cantidad de oxígeno que maneja el organismo y el metabolismo del sistema digestivo. Más oxígeno tenga disponible el organismo, mejor funcionará el proceso digestivo. Además del aire, también recibimos oxígeno en nuestra cadena alimentaria a través de los **vegetales frescos y crudos**.

EL PEROXIDO DE HIDROGENO

El **agua oxigenada** (H₂O₂), técnicamente conocida como

peróxido de hidrógeno (PH), se desarrolló en la década de 1920 con el objetivo de contener infecciones y gangrenas de soldados en el frente de batalla, beneficio que se hizo evidente durante la 2ª Guerra Mundial. Siendo un producto versátil y útil en el hogar, no se lo difunde adecuadamente, tal vez porque es simple de obtener y no genera gran rentabilidad. En nuestro contexto depurativo, el agua oxigenada tiene la virtud de ser un práctico bactericida, un eficaz recurso desparasitante y sobre todo, un eficiente aportante de oxígeno.

Dado que el PH es simplemente agua con un átomo extra de oxígeno, al ingresar al organismo libera dicho átomo y eleva la concentración de oxígeno, lo cual acredita sus propiedades germicidas, viricidas, antisépticas, desinfectantes y desodorizantes.

Muchos creen que se trata de una sustancia artificial, desconociendo que **el PH se produce naturalmente en el cuerpo** y es **parte esencial de los ciclos naturales**. Incluso la **leche materna** y sobre todo el **calostro** de los primeros días, tiene **gran concentración de PH**, lo cual explica su acción estimulante sobre la inmunología y los procesos metabólicos del bebé.

Otro productor natural de PH es la **miel de abejas**, rica en enzima peroxidasa, gracias a la cual puede generar PH; esto permite comprender mejor su poder bactericida y germicida, obviamente siempre y cuando no haya sido calentada (las enzimas se inactivan por sobre 50°C).

El PH permite al organismo regular la **correcta función de las membranas biológicas**. Es esencial su función como **regulador hormonal**, para que el organismo produzca adecuados niveles de progesterona, estrógenos y tiroxina. También es clave en la **regulación del azúcar en sangre** y de los mensajeros químicos que operan en el **cerebro** y en el **sistema nervioso**.

En la naturaleza, el **agua de arroyos** que fluyen con rapidez, posee altos niveles de PH, lo cual le confiere el característico sabor fresco y limpio. Por el contrario, el agua estancada tiene bajo contenido en oxígeno y es caldo de cultivo de bacterias. En famosos manantiales de **aguas curativas** (Himalaya, Lourdes) también se advierte la presencia de altos niveles de PH, detectables también en el **agua de lluvia** que tan bien hace a los vegetales. Incluso algunos agricultores orgánicos agregan PH al **agua de riego** de sus cultivos, para obtener mejores rendimientos. Del mismo modo, los criadores de animales y mascotas tienen en el PH un aliado económico y sencillo de administrar, a través de los **bebederos**.

Como explica Cavanaugh, *"el cuerpo humano produce constantemente PH. El sistema inmune lo utiliza para oxidar invasores como virus, parásitos, bacterias y hongos. Sin embargo, los organismos carentes de oxígeno son incapaces de producir por su cuenta suficiente peróxido. Allí radica la importancia de suplementar a través del agua oxigenada. Además de generar el buen desarrollo de las benéficas bacterias aeróbicas, el adecuado nivel de oxígeno interno tiene fundamental importancia en la correcta función tiroidea, en el equilibrio hormonal y en la eficiencia inmunológica"*.

El Dr. William Douglass en su libro "Peróxido de hidrógeno: milagro médico" va más allá al decir: *"Las células que combaten las infecciones, llamadas granulocitos, producen PH como primera línea de defensa contra todo tipo de organismos invasores (parásitos, virus, bacterias, cándidas). Ningún otro componente químico se asemeja al peróxido en la importancia que tiene en la vida de este planeta"*.

Haciendo un poco de historia, durante la 1ª Guerra Mundial los médicos usaron inyecciones intravenosas de PH para tratar exitosamente la neumonía y fue el arma exitosa para combatir la epidemia que estalló poco después de la guerra. Otro pionero en el uso de esta sustancia fue el sacerdote Richard Wilhelm, quien creo en los años 40 un instituto para difundir sus beneficios terapéuticos, tras comprobar su efectividad en enfermedades como la poliomielititis, afecciones mentales causadas por bacterias y problemas de la piel.

En los años 50 el Dr. Reginald Holman comprobó la desaparición de tumores en animales, por simple administración de PH en el agua de beber. En los años 60 se popularizó el uso del PH en Alemania, Rusia y Cuba, mientras que las sociedades médicas estadounidenses desalentaron su empleo y excluyeron su enseñanza en las universidades.

En 1986 el Dr. Charles Farr (candidato al Nobel de Medicina en 1993) introdujo el concepto de terapia biooxidativa, lo cual generó un nuevo desarrollo del uso terapéutico del ozono y el PH.

USO DEL AGUA OXIGENADA

La utilización del agua oxigenada es sencilla y confiable, siempre que se respeten **calidades** (grado alimentario) y **dosificaciones** (usar solo al 3%), estando apenas contraindicada en pacientes trasplantados, ya que el PH estimula el sistema inmune y ello puede generar rechazo hacia el órgano "extraño" al cuerpo. Si bien su campo de aplicación es muy vasto, aquí nos ocuparemos principalmente de su consumo como eficaz bactericida y desparasitante.

Del mismo modo, nos referimos solamente al uso interno del **PH grado alimentario al 3%** (10 volúmenes), desaconsejándose el uso interno del agua oxigenada grado farmacéutico (es solo para uso externo), por contener estabilizantes químicos como acetanilida, fenol, estannita sódica y fosfato tetrasódico. Más tóxica aún es el agua oxigenada grado esteticista, empleada en peluquerías para aclarar el cabello, pues contiene estabilizantes como la lejía.

En su libro "El envejecimiento humano, oxigenación", el ingeniero químico brasileño Francisco Antunes brinda indicaciones precisas acerca de su administración para ingesta: *"En el torrente sanguíneo el PH se descompone en agua y oxígeno libre, acrecentando considerablemente su nivel en el plasma sanguíneo. Se puede comenzar usando diariamente de 10 a 20 gotas de agua oxigenada 10 volúmenes, diluidas en un vaso de agua que conviene beber lejos de las comidas. Una dosis de 10 gotas de PH 10 volúmenes, corresponde a 20cc de oxígeno puro que se introduce en el organismo y se libera en las reacciones que ocurren dentro. Es fácil comprobar la ausencia de contraindicaciones en este mecanismo sencillo, ya que no hay intoxicación, intolerancia o cualquier acción negativa. En tratamientos curativos o preventivos recomiendo hasta gota de PH 10 volúmenes por cada kilo de peso del paciente, aumentando o reduciendo la dosis en función a los resultados"*.

En el marco del **Proceso Depurativo**, se recomienda comenzar por **20 gotas diarias** diluidas en un poco de agua, tratando de generar **absorción sublingual**. De ese modo, al trasponer la mucosa, el oxígeno se difunde en forma más eficiente a través del flujo sanguíneo. Paulatinamente y atendiendo a las crisis, se puede ir aumentando la cantidad de gotas diarias, hasta un máximo de **gota por kilo de peso**.

Por su efecto oxidante y aniquilador de microorganismos patógenos, el uso del PH puede (y debe) generar una cierta **crisis depurativa**, cuya magnitud dependerá siempre del estado general de la persona. **Esto no es una mala señal**, al contrario; son los síntomas del llamado efecto Herxheimer. El cuerpo simplemente está **desechando patógenos muertos y limpiándose en profundidad**. Puede haber **diarrea** y a veces puede manifestarse alguna **sensación nauseosa**. La persona se sentirá mucho mejor después de la diarrea, que no es causada por ninguna bacteria o virus, ni es un efecto secundario. No se debe tomar ningún anti diarreico; **la diarrea desaparecerá sola** cuando los patógenos hayan abandonado el organismo. También puede haber episodios de picores, eccemas, gases intestinales, etc. Son todas manifestaciones del **efecto desparasitante**.

Otro uso del agua oxigenada grado alimentario, es la **potabilización de agua** de origen dudoso durante viajes o paseos. Para estar seguros, basta echar algunas gotas y esperar unos minutos antes de beber, a fin que se produzca la eliminación de eventuales bacterias nocivas. En este sentido y a fin de evitar confusiones, vale aclarar que el PH no daña las bacterias benéficas del organismo (flora intestinal), dado que son aeróbicas y por tanto se benefician de un ambiente rico en oxígeno. El daño lo sufren los microorganismos anaerobios.

Veamos a continuación otras posibilidades del agua oxigenada, para utilizarla eficazmente en el hogar:

- . Una cucharada de agua oxigenada, usada para gárgaras, mantenida en la boca durante algunos minutos y luego eliminada, mata gérmenes bucales, blanqueando los dientes.
- . Mantener los cepillos de dientes en una solución de agua oxigenada, evita la proliferación de bacterias que causan gingivitis y otros problemas bucales.
- . Un poco de agua oxigenada en un paño, desinfecta las superficies mejor que cualquier otro producto; excelente para cocinas y baños.
- . Utensilios para manipulación de alimentos se pueden desinfectar luego

de su uso, con un poco de agua oxigenada, que elimina cualquier bacteria o germen, incluida la salmonella.

- . Aplicada en los pies evita los problemas de hongos que causan afecciones y mal olor.
- . Aplicada en las heridas, coagula hemorragias, evita infecciones y ayuda en la cicatrización; aún en casos de gangrena.
- . Un poco de agua oxigenada en el agua de la bañera ayuda a mantener la piel saludable, pudiendo ser usada en casos de micosis u hongos.
- . En caso de semillas que puedan contener hongos o aflatoxinas, basta remojarlas 20 minutos en agua con algunas cucharadas de PH, enjuagando luego

ADVERTENCIA IMPORTANTE

Es natural que ante tanta evidencia, el lector se sienta atraído para experimentar los beneficios de la oxigenación, mediante cualquiera de los recursos aquí tratados. Y esta bueno que ello ocurra, pero no debemos perder de vista dos cuestiones importantes.

En primer lugar, si bien es siempre positivo oxigenar, debemos considerar a este abordaje **sólo como una herramienta más** del Proceso Depurativo, evitando la ingenuidad de pensar en términos de: *"total, como estoy oxigenando, puedo seguir conviviendo con hábitos de vida insanos"*. La oxigenación es parte indivisible de un proceso basado en "limpiar y no ensuciar", que requiere la rectificación del estado de crónico ensuciamiento.

Así como debemos depurar la estructura orgánica y utilizar el alimento más fisiológico posible, también debemos apuntar a **la relajación**, ya que el **estrés** es una condición que **promueve la anaerobia interna** y por tanto el caldo de cultivo ideal de las modernas enfermedades. Y esto tiene una explicación absolutamente fisiológica y objetiva, que desarrolla el Dr. Bruce Lipton (biólogo celular de Harvard) en su clásico libro "La biología de la creencia".

Nuestro sistema nervioso autónomo se compone a su vez de los sistemas simpático y parasimpático. En circunstancias normales, las células están bajo la influencia del sistema parasimpático y llevan adelante sus funciones habituales, estando "abiertas", o sea **permeables para recibir oxígeno**, absorber nutrientes y eliminar desechos. En este escenario, que debería ser nuestro estado natural, los abordajes oxigenantes funcionan, ya que la célula está en condiciones de recibir oxígeno.

Ahora bien, cuando estamos sometidos a una situación estresante (generalmente convertimos algo en estresante, más que nada por una distorsionada percepción del evento, que por el inherente peligro de la situación), el control pasa a manos del sistema nervioso simpático, que nos prepara eficiente y fisiológicamente para la reacción de "luchar o escapar".

Además de cientos de cambios químicos (incremento del pulso, dilatación de pupilas, vasoconstricción, etc), lo que aquí nos interesa es el "cierre" de las células, cuya membrana se hace impermeable, en preparación a la respuesta biológica. Esto hace que la célula **sea incapaz de recibir oxígeno**, aunque este elemento fluya en abundancia; esto explica la ineficiencia de un abordaje oxigenante en un contexto estresante.

En condiciones normales, el evento estresante (peligro real) ocurre en contadas ocasiones y por períodos breves, frente a los cuales la incorrecta función celular tiene **efectos casi intrascendentes**. Ahora bien, si la situación de estrés es causada por una percepción distorsionada de la realidad (creencias, suposiciones, temores, etc), los períodos se hacen **abundantes y crónicos**. Entonces el "bloqueo" celular se convierte en un gran **problema cotidiano**, ya que la célula no recibe oxígeno, no absorbe nutrientes, no elimina desechos y no cumple con su función básica ni con su ciclo reproductivo.

Por tanto si no resolvemos la causa profunda del problema (en este sentido son de gran ayuda la limpieza hepática profunda, el desparasitado y la modificación de hábitos nutricionales), la **prolongada exposición al estrés** favorecerá la instalación de estados patológicos, frente a los cuales **será relativo el efecto de un abordaje oxigenante**. De nuevo: no hay panaceas, sino herramientas que debemos usar sinérgica y complementariamente, tal como indicamos en el Proceso Depurativo. Y el oxígeno no es una excepción.



Productos PRAMA
Villa de Las Rosas
Traslasierra (Córdoba)
(03544) 494.054
Envíos a todo el país
ventas@prama.com.ar

