

## **En Busca de la Unidad del Pensamiento sobre la salud**

### ***La Respiración, Fuente de vida***

#### **Conceptos Básicos**

El cuerpo humano es una entidad biológica, bioquímica y electromagnética.

Otras entidades biológicas, bioquímicas y electromagnéticas residen y conviven, parasitaria o simbióticamente, en el organismo humano, en proporciones mayores a nuestro propio ser.

El cuerpo humano es en sí un conjunto de células diferenciadas que trabajan en forma de red, fruto de la evolución a partir de organismos unicelulares similares a los que habitan el cuerpo, pero con una organización interna adaptada para la vida aeróbica. Se halla, por eso, en una lucha continua con el fin de mantener su sistema aeróbico celular en óptimas condiciones, en contra del esfuerzo de otros seres vivos que se benefician de un ambiente anaeróbico y fermentante.

La muerte es un estado de fermentación y descomposición total del cuerpo, debido a un estado de anoxia total. Todos los seres humanos morimos de lo mismo: falta de oxígeno en la célula.

#### **Supuestos Claves**

Toda manifestación aguda del cuerpo enfermo es un esfuerzo de la naturaleza para curar sus males.

Toda manifestación crónica del cuerpo es un esfuerzo de la naturaleza por beneficiar a otro ser vivo dentro de nuestro cuerpo.

Inflamación y fiebre son manifestaciones secundarias de la enfermedad. Estas son necesarias para oxigenar y curar durante fases agudas de una enfermedad.

La inflamación puede ser local, pero la curación siempre es sistémica. El cuerpo es una red y no un conjunto de sistemas aislados.

Todas las enfermedades crónicas, y sus manifestaciones agudas, tienen un común denominador, un *sistema aeróbico restringido*.

La homeostasis corporal, o tendencia a la estabilización del cuerpo, como balance ácido/básico, regulación osmótica, excreción y regulación de la temperatura, se ve afectada por enfermedades crónicas y agudas, siendo su estabilización esencial para mantener una respiración celular adecuada.

Los gérmenes a los que estamos expuestos no son tan importantes como que tan fértil nuestro cuerpo es, para su proliferación. En teoría y práctica, si el cuerpo tiene un Ph

sanguíneo y celular apropiado, además de una buena oxigenación, y buena disponibilidad de nutrientes, seríamos menos vulnerables a ser colonizados por patógenos.

La farmacología moderna ha reducido la medicina a un continuo bloqueo de las reacciones curativas naturales del cuerpo, aumentando la vulnerabilidad de los pacientes a padecer enfermedades crónicas. La medicina oxigenativa busca por el contrario activar los mecanismos curativos naturales del cuerpo.

## **Un Sistema Aeróbico Restringido**

### *Antecedentes*

Algunas enfermedades crónicas:

Fibromialgia

Déficit atencional

Inmunidad Th2 crónica

Dislexia

Arteriosclerosis

Enfermedades mentales

Mal de Parkinson

Esclerosis Múltiple

Psoriasis

Migraña

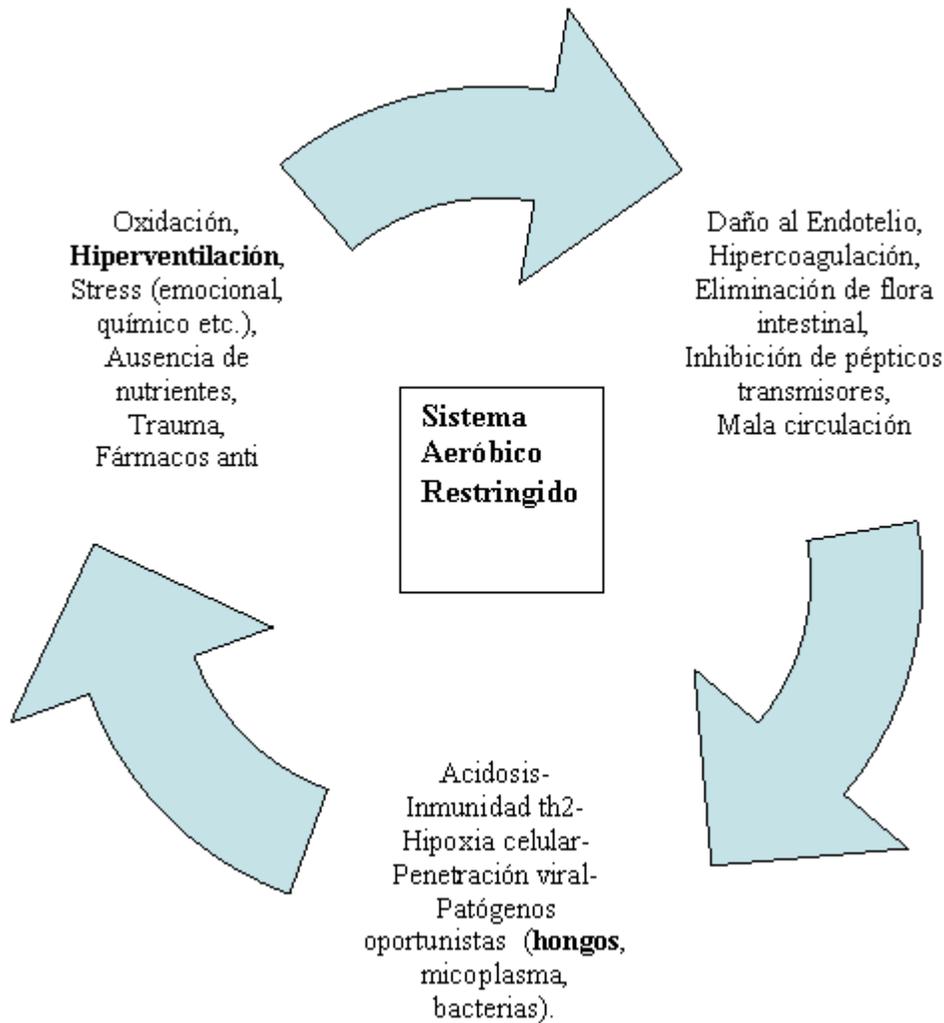
Reumatismo

Artritis

Insomnio

Cáncer

## El Círculo Destructivo de La Enfermedad:



## Hiperventilación como causa

### *Hipótesis:*

Mejorando la respiración celular, se puede prevenir y corregir parcialmente el daño celular, además de disminuir los síntomas de enfermedades crónicas. En manifestaciones agudas, la respiración celular óptima ayuda al organismo a balancear su homeostasis y a sanar.

Restablecer el transporte y transferencia de oxígeno debe ser la prioridad uno en cualquier tratamiento.

La hiperventilación es el detonante numero uno de los síntomas en enfermedades crónicas, y elemento clave en el *círculo destructivo* de la enfermedad.

Otras causas orgánicas de una respiración celular inadecuada pueden ser neutralizadas o aminoradas con una buena respiración.

## Conceptos Básicos

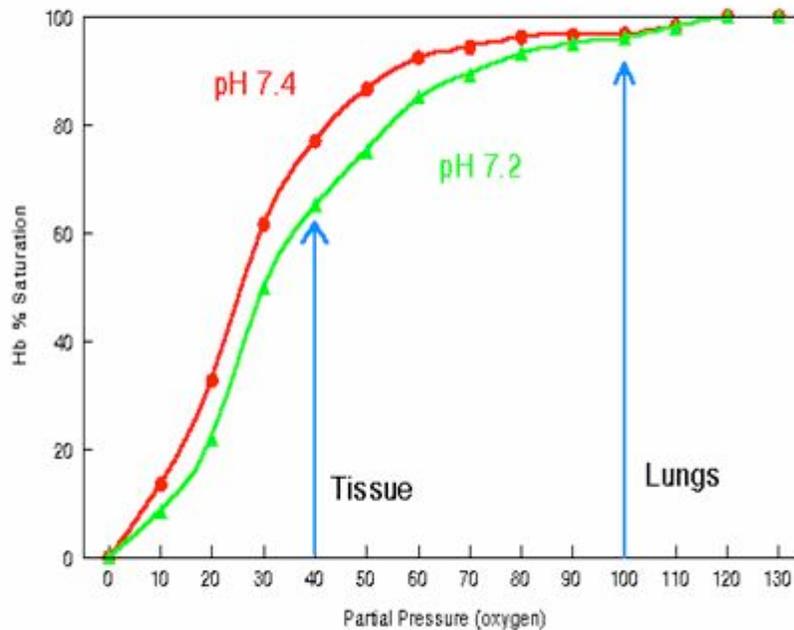
La respiración es una acción autorregulada, esencial en nuestra homeostasis fisiológica, que constituye nuestro sistema de transporte primario del oxígeno atmosférico hacia la célula, de acuerdo con las necesidades metabólicas específicas, y el transporte del dióxido de carbono desde la célula hasta la atmósfera.

En la mecánica de la respiración, los pulmones, ayudados por el diafragma, mueven el oxígeno, el dióxido de carbono y otros gases a través del sistema circulatorio. Como acción paralela, el diafragma ayuda a estimular el sistema nervioso autónomo, ayudando a la circulación y la digestión.

La química de la respiración involucra a la hemoglobina como proteína transportadora del oxígeno, usando el hierro como enganche y el efecto Bohr como factor homeostático, necesario para una adecuada entrega del oxígeno a la célula. La hemoglobina trabaja de tal forma que entrega, automáticamente, más oxígeno a los tejidos que más lo necesitan, siendo el PH sanguíneo un factor determinante para la adecuada transferencia. Cuando un tejido está muy activo, la cantidad de dióxido de carbono que produce es mayor y este, al reaccionar con el agua, genera ácido carbónico, reduciendo el PH. La hemoglobina tiende a liberar el oxígeno con mayor facilidad en un PH menor a 7.4 (PH promedio sanguíneo). Este efecto fue descubierto por un científico de apellido Bohr.

La actividad física genera más dióxido de carbono, pero solo con una buena respiración se consigue retenerlo el tiempo y la cantidad adecuada para bajar el PH levemente por debajo de 7.4. Otro beneficio de acumular cierto nivel de dióxido de carbono en la sangre, es su capacidad para ayudar a vasodilatar y por consiguiente mejorar la circulación. **Efecto Bohr:**

## Hb Saturation Curve



El optimizar la respiración significa buena química, por medio de una efectiva mecánica de la respiración.

### Algunas malas concepciones

1. Buena respiración significa relajación.
- 1.No. La buena respiración es importante en todas las circunstancias.
- 2.Para aprender a respirar bien, necesitamos aprender a relajarnos.
2. No. Durante la mayor parte de nuestras vidas, no estamos relajados y, aun así, necesitamos respirar bien.
3. La hipoxia producida por poca respiración es común.
- 3.No. Es más común la hipoxia por excesiva respiración.
- 4.Es más saludable la respiración al nivel del mar que en altura.
- 4.No. En altura, cuando el cuerpo se adapta al bajo oxígeno y la respiración es adecuada, la transferencia del oxígeno a la célula es mejor, dado que el balance entre oxígeno y CO<sub>2</sub> se mantiene a un nivel óptimo. De hecho, las estadísticas de enfermedades crónicas de gente que vive por encima de los 2500 metros de altura son más bajas que al nivel del mar.

### *Efectos negativos en la salud por hipocapnia*

La deficiencia de CO<sub>2</sub> (hipocapnia), como resultado de la hiperventilación, puede causar problemas diversos fisiológicos crónicos y agudos, en ocasiones con peligro de muerte.

Vale consignar algunas de estas perturbaciones fisiológicas, causadas por una deficiencia de CO<sub>2</sub>, tales como vasoconstricción cerebral, constricción coronaria, alcalosis extracelular, acidosis celular, déficit de glucosa cerebral, isquemia, pérdida de bicarbonatos, constricción bronquial, constricción intestinal, pérdida de magnesio, desbalance de minerales, fatiga y dolor.

### **Efectos negativos por hipercoagulación y vasoconstricción**

Por diferentes causas, la elasticidad de los vasos sanguíneos y linfáticos suele alterarse, originando problemas de fluidez sanguínea y de oxigenación celular. En un nivel agudo, esto se debe a reacciones alérgicas, respuestas inmunológicas extremas o alteraciones inmunológicas crónicas. La falta de óxido nítrico en los vasos, en el momento oportuno, es la causa más frecuente de la vasoconstricción crónica. Cuando ello sucede, y por medio de una respiración adecuada y una retención de CO<sub>2</sub>, es posible lograr que los vasos sanguíneos se dilaten lo suficiente como para mejorar el flujo sanguíneo.

La fluidez de circulación de la sangre y, por consiguiente la oxigenación celular, también se puede ver afectada por la activación de factores de coagulación, adherencia de estos al endotelio de los vasos (fibrina) o sobreproducción de glóbulos rojos resultantes del proceso de deshidratación. Por lo general, los microorganismos patógenos son los responsables de alterar nuestros factores de coagulación, dado que se benefician de una mala oxigenación celular.

### **Beneficiarios de un sistema aeróbico restringido**

*El caso de los hongos:*

De todas las formas de vida en la tierra, los hongos figuran como los microorganismos más versátiles y complejos de la naturaleza, partícipes esenciales en múltiples funciones naturales como motores biológicos de los ciclos de carbono y nitrógeno. Es interesante señalar, al respecto, la amplia variedad de formas y tamaños con que se presentan, desde células individuales hasta cadenas casi infinitas. Buenos o malos, todo depende de la perspectiva con que se los mire, ya como beneficiarios de sus labores biológicas, ya como parte de su dieta fermentadora. De algo sí podemos estar seguros: de que, tarde o temprano, todos los organismos multicelulares somos o seremos comida de hongos.

La excesiva proliferación de hongos en nuestro organismo obedece a diferentes razones: una inadecuada oxigenación, aniquilación de la flora bacteriana en el intestino, debida a la ingestión de antibióticos u otros medicamentos; exceso de cortisol por estrés; inmunodeficiencias como cáncer u otras enfermedades crónicas y/o mala alimentación. Cuando alguno de estos factores entra en escena, los hongos pueden adoptar una configuración virulenta que fácilmente penetra en los tejidos de nuestro organismo, liberando micotoxinas altamente dañinas. Muchas de estas toxinas tienen la capacidad de provocar la pérdida de motilidad en el músculo liso, incluyendo vasos sanguíneos, sistema digestivo, ligamentos y otros.

Además, ciertas micotoxinas actúan en el plano neurológico, bloqueando e inhibiendo

funciones básicas de nuestro cerebro.

### **Vasoconstricción e hipercoagulación por sensibilidad química e intolerancia alimentaria**

La hipersensibilidad química, igual que la intolerancia alimentaria, se incrementan cuando existe un desproporcionado crecimiento de hongos y levaduras en el tracto respiratorio y digestivo. El cuerpo, ya saturado de aldehídos por el exceso de fermentación de las levaduras, se vaso-contrae aún más al aspirar sustancias cargadas de formaldehído, acetaldehído y otros (perfumes, solventes, etc.). Dicho efecto restringe de modo todavía mayor la transferencia de oxígeno a la célula. Los síntomas básicos que podemos reconocer, en tales casos, son el dolor de cabeza, la pérdida de motilidad, la aparición de náuseas, etc.

La intolerancia alimentaria se debe a dos motivos principales. Por un lado, el exceso de levaduras y hongos en el intestino puede generar la inflamación del colon y permitir que pasen proteínas alérgicas al torrente sanguíneo; entonces, el cuerpo reacciona, liberando péptidos inmunológicos en exceso, lo cual causa trastornos de orden circulatorio y energético. Por otro lado, si el tracto intestinal ya está sobrecargado de hongos, se pierde tolerancia al azúcar, dado que aumenta la fermentación y producción de aldehídos, los cuales generan problemas circulatorios y psíquicos.

Ciertos alimentos, poseedores de pequeñas cantidades de mico toxinas, pueden también generar una reacción por parte del cuerpo, ya saturado de estas, incrementando así la vasoconstricción e hipercoagulación.

### **Oxígeno y Dolor**

Es un hecho probado que un déficit de oxígeno a nivel celular hace que el cuerpo produzca mas sustancia P. Esta sustancia forma parte de la familia de neurotransmisores involucrada en la transmisión del dolor y por razones aun desconocidas, su producción se estimula cuando existen situaciones de mala respiración celular. Por otro lado, en estas situaciones, los niveles de lactato también se incrementan estimulando aun mas la recepción de dicho neurotransmisor.

### **El caso del cáncer (hipótesis)**

El cáncer al igual que otras condiciones crónicas, podría ser una regresión de nuestras células a un estado primitivo anaeróbico, con características micóticas. De hecho, existe la posibilidad de que el cáncer se desarrolle por causa de hongos que, mientras buscan alimentarse de azúcares y proteínas, invaden células dañadas en ambientes hipóxicos y se aprovechan de tal circunstancia, tomando control de su metabolismo. El mecanismo de

reparación de nuestras células, que ayuda a estas a multiplicarse rápidamente gracias a factores de crecimiento innatos, se suma a los agentes de crecimiento generados por los hongos, construyendo un ambiente simbiótico ideal. En esta nueva célula, se desactivan todos los mecanismos genéticos de autodestrucción y especialización, creándose un verdadero caos en su ADN y, además, una capa exterior basada en esteroides, casi impenetrable por el oxígeno y por nuestras defensas inmunológicas.

La citada membrana, que se forma en la capa exterior de la célula, favorece la penetración de la glucosa e inhibe la penetración del oxígeno. En ausencia de oxígeno, la glucosa fermenta hasta convertirse en ácido láctico, bajando consecuentemente el pH celular a menos de 7, lo que impide más aún la penetración del oxígeno y acrecienta al máximo la virulencia de la célula.

En un nivel sistémico, cuando una infección de semejante tipo se da en alguna parte del cuerpo, se genera una cascada de efectos anti-homeostáticos que ayudan al crecimiento descontrolado del cáncer, al tiempo que disminuyen nuestras defensas. De estos efectos, que son variados, podríamos mencionar los siguientes: hipercoagulación, excreción de bicarbonatos y otros minerales, vasoconstricción, alcalinización de la sangre, aumento en estrógenos, daño endotelial y una alta adhesión celular.

Todo un círculo destructivo que termina saturando la capacidad de riñones e hígado, preparando al organismo para un estado de fermentación general.

