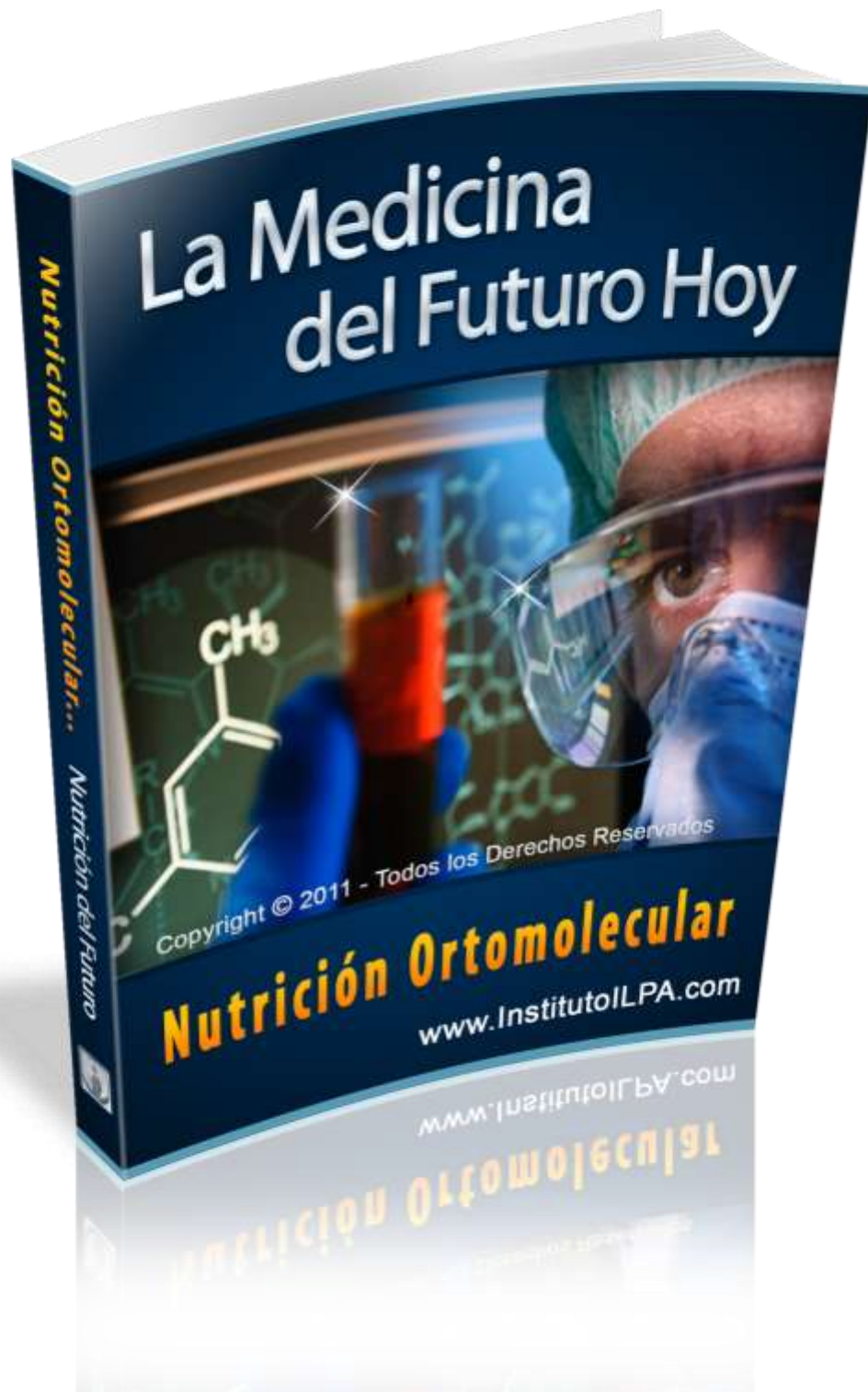


“Nutrición Ortomolecular”

La Medicina del Futuro... ¡Hoy!

El presente libro es una Edición Exclusiva para los Miembros de la “Membresía Plata” del
“Instituto de Ciencias Linus Pauling”



Importante:

¡Este libro no incluye los Derechos de Reventa o Derechos de Reproducción de sus Contenidos!

Instituto de Ciencias Linus Pauling y expresamente el autor de esta obra "Te Autoriza a Regalar o Compartir" este libro, con el objetivo de difundir los conocimientos incluidos en el, pero con la condición de **NO** realizar ninguna modificación en el contenido, y manteniendo la firma del autor y referencias de los enlaces incluidos en el mismo.

Copyright © 2011 – Todos los Derechos Reservados – <http://institutoilpa.com>

Este material está protegido por la ley internacional de derechos de autor.

La información contenida en este libro electrónico fue realizada con fines educativos y de información en el área de la salud. No es nuestra intención el dar a conocer que esta metodología sea infalible.

No se puede garantizar en modo alguno ningún resultado del uso de las técnicas aquí expuestas, por lo tanto, no se podrá imputar responsabilidad alguna al autor de esta publicación ni al editor de la misma.

La capacidad para recuperarse de cualquier enfermedad, como así mismo la capacidad de prevenirlas depende fundamentalmente de la persona que pone en práctica la información, ideas y técnicas expuestas en este libro.

Tabla de Contenidos

Acerca del Autor	4
Introducción	5
Capítulo 1	
¿Cuál es el Origen de la Nutrición Ortomolecular?	6
Capítulo 2	
¿Por qué la Nutrición Ortomolecular es para Algunos Todo y para Otros Nada?	12
Capítulo 3	
¿Qué tipos de Conocimientos Fundamentan la Nutrición Ortomolecular?	13
Capítulo 4	
¿Qué tipos de Agentes Terapéuticos usa la Nutrición Ortomolecular?	14
Capítulo 5	
¿Cómo es que la Alimentación puede Provocar Enfermedades?	15
Capítulo 6	
¿Cómo es que se Permite la Venta de Alimentos que Provocan Enfermedades?	18
Capítulo 7	
¿Qué Rol Juega dentro de la Medicina Natural la Nutrición Ortomolecular?	24
Capítulo 8	
7 Reglas Básicas de la Nutrición Ortomolecular según el Dr. Richard Kunin	27
Conclusión	28
Recomendaciones	29

Acerca del Autor

Pablo Paulsen terminó su primera licenciatura en fisioterapia y luego comenzó a estudiar una serie de postítulos y postgrados en diferentes áreas del quehacer médico, tanto en medicina alópata como medicina natural. Al terminar su primera licenciatura comenzó su primera maestría en el área médica, al terminarla comenzó inmediatamente una nueva aventura: estudiar simultáneamente una segunda maestría y la carrera de medicina, para convertirse en médico-cirujano. A pesar de la alta dificultad que esto representa logró ser galardonado como el mejor estudiante en la facultad de medicina.



Al mismo tiempo que escribió este libro se encontraba realizando una investigación con la Facultad de Medicina: *Efecto Hipotensor de la combinación de los nutrientes L-arginina, ácido ascórbico y magnesio en pacientes hipertensos*. Su hipótesis está enmarcada en el Premio Nobel de Medicina del año 1998.

Dentro del mundo de la medicina natural desarrolla y ha desarrollado muchas actividades, entre ellas:

- Rector y fundador del *Instituto de Ciencias Linus Pauling*, número 1° en medicina natural en Latinoamérica.
- Director del centro médico *Manual Medicine*, donde trabaja con otros profesionales que comparten su visión de la medicina natural y recibe aproximadamente 50 pacientes a la semana.
- Ex profesor titular de la primera carrera de medicina natural dictada en una universidad Chilena, llamada Naturopatía Holística.
- Ex director de la Asociación Gremial de Salud Natural de Chile.

Introducción

La Nutrición Ortomolecular es la mejor forma de hacer medicina por medio de los alimentos.



En palabras simples consiste en **corregir el desorden bioquímico** que puede haber dentro de una persona, al corregir este desorden la persona mejorará su estado de salud, más en cuanto más enferma esté.

El funcionamiento del cuerpo está determinado por el funcionamiento de sus órganos, tanto de manera individual como en grupo. Los órganos están compuestos de células y tanto dentro como fuera de estas (pero sobre todo dentro) suceden incontables reacciones químicas. **Dentro de una sola célula pueden suceder más de 100.000 reacciones químicas por segundo.**

Estas reacciones químicas componen los procesos propios de los seres vivos, que permiten que las células se reproduzcan, crezcan, etc. estos procesos bioquímicos nos permiten estar vivos, es más, **para muchos expertos en biología molecular estas reacciones químicas componen la vida en sí.**



Todas estas 100.000 reacciones químicas por segundo son completamente dependientes de una u otra forma de los alimentos que incorporamos a nuestra dieta.

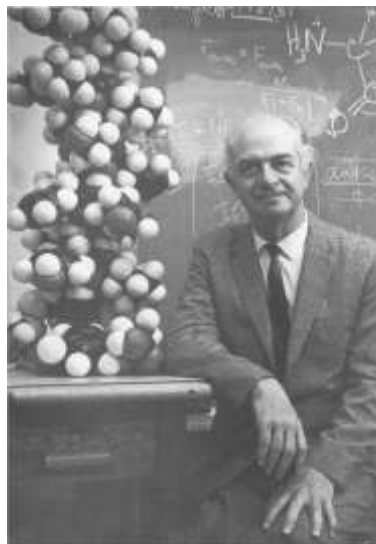
Es por esto que una dieta balanceada nos permitirá generar todas las reacciones químicas que necesitamos para que se lleven a cabo absolutamente todos los procesos bioquímicos, con este último término me refiero a la química de la vida.

De la misma forma una dieta incorrecta interferirá con los procesos bioquímicos de nuestro cuerpo, el resultado será el error, la insuficiencia, **por lo tanto la enfermedad.**



Capítulo 1

¿Cuál es el Origen de la Nutrición Ortomolecular?



En 1969 el **Dr. Linus Pauling** inventó el término "ortomolecular" para referirse al uso de sustancias de origen natural, especialmente nutrientes, para tratar enfermos y mantener la salud.

En un comienzo sólo pocos médicos aplicaban la nutrición y medicina ortomolecular, **en los años 60 y 70 estuvo muy de moda el tratamiento de enfermedades mentales**, especialmente la esquizofrenia, mediante **mega dosis de vitamina B3 e hipoglicemia**. **También se desarrollaron tratamientos para la poliomielitis con vitamina C**. Todos estos tratamientos resultaron ser **muy efectivos**.

Después de los años 90 surgió la inquietud por desarrollar tratamientos para el **cáncer y las enfermedades cardiovasculares**. Luego la nutrición ortomolecular se extendió al área del SIDA y otras grandes enfermedades.

El gran avance que ha tenido la nutrición ortomolecular después del año 2000 es en gran parte debido a la **disconformidad con los tratamientos convencionales por sus efectos secundarios** tanto de los pacientes como de los profesionales médicos. La nutrición ortomolecular tiene la ventaja de no desarrollar efectos secundarios tal como lo hace la terapia con fármacos y cirugías.

Es más, según los registros oficiales **sólo en estados unidos mueren más de 106.000 personas por año sólo por los efectos secundarios de los medicamentos** (Suh DC, Woodall BS, Shin SK, Hermes-De Santis ER. *Clinical and economic impact of adverse drug reactions in hospitalized patients. Ann Pharmacother. 2000 Dec;34(12):1373-9* y Lazarou J, Pomeranz B, Corey P. *Incidence of adverse drug reactions in hospitalized patients. JAMA. 1998;279:1200-1205*), esto quiere decir que solo en Estados Unidos hay **más de 8.833 muertes mensuales, 294 muertes al día y más de 12 muertes por hora**.



Mientras vemos estos escalofriantes números podemos decir con absoluta tranquilidad que los mismos registros indican que hay **menos de 1 muerte por año debido a la nutrición**. **De hecho en los últimos 27 años han ocurrido solo 11 muertes atribuidas al consumo de suplementos alimenticios en Estados Unidos, eso quiere decir que la nutrición ortomolecular generó menos muertes en 27 años, que los medicamentos en tan sólo 1 hora**. (Annual Report of the American Association of Poison Control Centers en internet).

A estos números hay que agregar que cada día más norteamericanos consumen suplementos alimenticios, y ya el año 1994 esta cifra superó el 50% de la población estadounidense.



Más de 100.000 muertos anualmente solo en Estados Unidos por los Efectos Secundarios de los Medicamentos, mientras que literalmente ni siquiera se registra 1 muerte por año producto del consume de Suplementos Alimenticios, la Nutrición Ortomolecular es extremadamente segura.



La medicina natural llenan el vacío que deja la medicina moderna, ya que no se ha logrado desarrollar tratamiento para las enfermedades que hoy son epidemias: arterioesclerosis, hipertensión arterial, diabetes, cáncer, etc. También ha sido la nutrición ortomolecular la que entrega **satisfacción** a quienes están desconformes con la excesiva dependencia de la medicina moderna con la farmacología.

De alguna manera cada día hay mejores medicamentos, mejores y más grandes laboratorios, más científicos, más dinero invertido en desarrollar mejores drogas... pero cada día hay más enfermos y más muertos por las enfermedades crónico-degenerativas. De alguna forma **pareciera ser que esta la estrategia de la medicina convencional ha fomentado la epidemia** de las drogo-dependencias y enfermedades degenerativas que son las grandes epidemias de nuestro tiempo.

¡La Población está lista para una Medicina No-Toxica HOY!



La gente necesita una medicina basada en procedimientos no-tóxicos, no invasivos, más naturales. **La nutrición ortomolecular entrega eso, soluciones no-tóxicas, no invasivas, naturales y normalmente fáciles y muy económicas.**

Dentro de todas las posibilidades de terapias no tóxicas el Instituto de Ciencias Linus Pauling destaca la Nutrición Ortomolecular debido a que es una idea fantástica, y se identifica con el Dr. Linus Pauling, el científico más grande nuestros tiempos y destacado dentro de los 20 más grandes científicos de los últimos 1.000 años junto con Galileo Galilei, Newton y Einstein. Los descubrimientos e investigaciones de Linus Pauling respecto a la naturaleza de los enlaces químicos son considerados un aporte a la ciencia tan grande como la teoría de la relatividad de Einstein. El Dr. Linus Pauling es el único hombre que ha sido premiado con 2 Premios Nobel en la historia sin compartir.

¿Te preguntarás como es que el Científico más Importante de toda la Historia es un Personaje Poco Conocido?

El Dr. Pauling siempre fue un revolucionario, mientras todos los científicos apoyaban las armas nucleares **él luchaba por el desarme nuclear**, mientras todos apoyaban a la industria farmacéutica **él estaba en contra** de la misma, mientras todos estaban a favor de la Guerra contra el Cáncer que nació de manos de Richard Nixon desde Estados Unidos para el mundo, **él catalogaba esta guerra como un enorme fraude.**

El Dr. Pauling jamás actuó desde el miedo, siempre con valentía. Y así se gana muchos enemigos, especialmente el entre quienes tienen más poder. Es por esto que no saltó a la fama directamente, sino que ha sido siempre muy combatido hasta por personas muy cercanas a él.

Luego de vivir una gran guerra contra el armamento nuclear mundial, **fue premiado con el Premio Nobel de la Paz.** También fue merecedor del premio **Nobel de Química**, por el trabajo de toda una vida que lo transformó en el padre de la química moderna y la química cuántica.

Luego de batallar la guerra contra las armas nucleares tuvo que pelear otra guerra, la guerra de la vitamina C. El Nobel de Química proclamó que la vitamina C es la sustancia más importante del mundo, y este nuevo paradigma en la química y la medicina le significó una batalla más ardua y larga que la batalla contra la guerra nuclear. **Sería una batalla que pelearía hasta el último de sus días.**



Todos los animales necesitan vitamina C, pero todos la obtienen casi indirectamente a partir de los alimentos y la producen por si mismos dentro del organismo. **Pero hay pocas especies que no pueden producir vitamina C: conejillos de india, primates y humanos.** De esta manera los conejillos de india y primates necesitan enormes cantidades de frutas y verduras en sus dietas. Pero los humanos tenemos una alimentación muy deficiente.

Los veterinarios recomiendan cantidades mucho más altas de vitamina C para los primates que lo que recomiendan los médicos a los humanos. A raíz de esto Pauling recomendó aumentar 200 veces la dosis diaria recomendada (DDR) de 30 mg a 6.000.



Luego Pauling se atrevió a decir que la vitamina C podría combatir un gran número de enfermedades como el cáncer y las enfermedades cardiovasculares. Pauling llevó estas ideas hasta los líderes políticos de Estados Unidos para cambiar la realidad del mundo, pero sus ideas fueron rechazadas sin ser puestas a prueba de manera imparcial.

Se estableció que la vitamina C era necesaria para evitar el escorbuto, y para esos efectos se necesita entre 30 a 60 mg por día. De esta forma la DDR es suficiente para evitar el escorbuto pero no para evitar otros males.

“Depende de a lo que te refieras con necesidades, si estás satisfecho con sólo estar vivo entonces para la mayoría de las personas la DDR de 60 mg es suficiente para conseguir ese resultado, pero si por necesidad te refieres a estar en la mejor salud posible entonces se requiere mucho más.” Linus Pauling

René Dubos un famoso microbiólogo de la época, director del Journal of Experimental Medicine, importante pionero en el desarrollo de antibióticos y ganador del premio Pulitzer dijo que **el Dr. Pauling se movía en el terreno convencional de la ciencia, pero estaba 20 años más adelantado que cualquier otro.**

Capítulo 2

¿Por qué la Nutrición Ortomolecular es para Algunos Todo y para Otros Nada?



La nutrición, que ha sido el hijastro de la medicina y generalmente se considera un asunto muerto en la medicina, de pronto es la protagonista de un nuevo paradigma, el paradigma ortomolecular.

Pero mientras para los médicos que se actualizan de manera autodidacta, que están suscritos a diferentes tipos de Journals y tienen una opinión personal y científica la palabra Ortomolecular es algo familiar, es una palabra desconocida para el médico que sólo asiste a conferencias de los laboratorios farmacéuticos y recibe actualizaciones de Journals auspiciados por la industria farmacéutica. Para estos médicos la nutrición ortomolecular es sólo sobredosis de vitaminas y charlatanerías.

Por el contrario, la palabra, holística se convirtió en el tema de numerosos simposios, artículos de revistas, dio la bienvenida por los editores dispuestos a promover la imagen de la medicina moderna como una institución progresista y sensible. Pero tal como ganó adeptos, la medicina holística también ganó otras hipótesis y prácticas para algunos de dudoso valor. Muchas prácticas francamente no científicas.

Pronto el nombre "medicina alternativa" vino a sustituir la palabra "holística" en las revistas médicas.

El movimiento ortomolecular se ensució con prácticas esotéricas, es por eso que para algunos como el Dr. Richard A. Kunin, de quien he extraído muchas ideas, **a la larga la medicina holística no tiene futuro. Ya ha perdido su identidad, ha dejado de ser medicina para pasar a ser una serie de creencias esotéricas alejadas de la medicina.**

De esta manera la medicina natural no tendrá jamás un sitio importante y el que merece dentro de la práctica médica, ya que no se identifican fuertemente con la ciencia y ha perdido fiabilidad. La medicina natural es superior para tratar muchas enfermedades y es sólo mediante la práctica científica que se puede demostrar.



Capítulo 3

¿Qué Tipos de Conocimientos Fundamentan la Nutrición Ortomolecular?

Nutrición, bioquímica, biología celular y molecular, fisiología, medicina general, inmunología, endocrinología, farmacología, toxicología, gastroenterología, parasitología, nefrología, medicina física y de las terapias de manipulación, odontología, la ciencia veterinaria, ciencias de la alimentación, agricultura, climatología y es muy importante el estudio de la política médica.



Capítulo 4

¿Qué Tipos de Agentes Terapéuticos usa la Nutrición Ortomolecular?



Alimentos, vitaminas, minerales, aminoácidos, ácidos grasos esenciales, fibra, enzimas, anticuerpos, antígenos, la terapia celular, la terapia de quelación, diálisis, plasmaféresis, hidroterapia, La terapia térmica, fototerapia, electroterapia (incluyendo la terapia electro convulsiva), el aire, luz solar, masaje, ejercicio, biofeedback y otros.



No se evita la terapia con medicamentos o la farmacología, pero sí es importante reconocer sus limitaciones y su potencial de toxicidad.

Para Hipócrates la primera regla era: "*Primum non nocere*", es decir, "*Primero, no hacer daño*". La nutrición ortomolecular cumple esta regla cuando se siguen los principios ortomoleculares: "*Utilizar la nutrición primero*".

Capítulo 5

¿Cómo es que la Alimentación puede Provocar Enfermedades?

Una dieta incorrecta carece de nutrientes que son claves para que las células hagan su trabajo y contiene moléculas nocivas que entorpecen el funcionamiento normal de las células.

Un ejemplo claro de algo que podría estar faltando son las vitaminas B, ya que las vitaminas del grupo B son piezas claves de la maquinaria que lleva a cabo la reproducción celular. La reproducción celular es importante para cerrar heridas, ya que se debe llenar el espacio vacío por la herida, el crecimiento en niños y muchos otros procesos vitales.

Un buen ejemplo de molécula nociva es por ejemplo el **glutamato monosódico**, también llamado ajinomoto, es un clásico aliño en muchas cocinas y en la industria alimentaria es también un clásico acentuante del sabor. Es utilizado en muchos países del mundo, en los únicos países donde no se usa es donde **ha sido prohibido por sus efectos tóxicos**.

El glutamato monosódico, en inglés su sigla es MSG (monosodium glutamate), daña de manera irreversible el cerebro y sistema nervioso, también daña el sistema endocrino y genera adicción, tal como el cigarrillo, la cocaína y el alcohol. También está relacionado con el déficit atencional y el de hiperactividad, problemas de aprendizajes y síntomas de daño neurológico como convulsiones, mareos, náuseas, vómitos, dolores de cabeza y otros.

Una persona con una dieta baja en vitaminas B tendrá una reproducción celular sub-óptima, en el caso de un niño tendrá un desarrollo sub-óptimo, en caso de un enfermo con daño en algún órgano tendrá una regeneración sub-óptima.

Si tomamos al niño con crecimiento y desarrollo sub-óptimo por falta de vitaminas B en su dieta y le agregamos glutamato monosódico obtendremos un niño con problemas del desarrollo más graves y adicción a la sustancia que lo está agravando. Podría presentar gran déficit atencional, grandes problemas de aprendizaje, dolores de cabeza, mareos, convulsiones, etc.



¿Cuál es el tratamiento?, ¿Medicamentos para adormecerlo?

Normalmente la medicina convencional prescribe medicamentos que modifican la conducta de los niños para intentar mejorar el comportamiento.

La medicina natural no descarta el uso de medicamentos en el tratamiento de pacientes, ¡por supuesto que no los descarta!, tampoco descarta la cirugía, ni ningún otro tratamiento que pueda beneficiar al paciente. **Lo que si hace la medicina natural es limitar el uso de tratamientos que tienen efectos secundarios nocivos, tal como medicamentos y cirugías, al mínimo posible en cada persona.**

En el caso del niño en cuestión la visión de la medicina natural es la siguiente: **antes de administrar medicamentos que pueden traer una serie de complicaciones a corto, mediano y largo plazo tenemos que intentar corregir el ambiente bioquímico de la mente de ese niño**, eliminar cosas como el glutamato monosódico o ajinomoto y aportar nutrientes como las vitaminas B.

El Glutamato monosódico se encuentra en más del 90% de sopas en polvo, caldos en polvo, sazonadores, aliños, salsas de carne, comida rápida, comida china, embutidos y carnes procesadas como jamones, paté, salame, etc.

Existen más de 6.000 Aditivos Artificiales Nocivos para la salud que son agregados a nuestros alimentos, se añaden mediante la excusa de que en pequeñas cantidades no hacen daño. Pero he aquí una gran reflexión.



Al mismo tiempo que adicionada con químicos nocivos, la alimentación moderna es empobrecida en su contenido nutricional. La explotación del suelo, la industrialización de la agricultura y ganadería, el avance de la tecnología en desmedro de la calidad, la agregación de pesticidas, etc.

Cuando nuestros alimentos provienen de suelos explotados para la comercialización industrial sufren algunas de las siguientes modificaciones: **perdida de minerales como magnesio, cobre, zinc, litio, sodio, manganeso, calcio, hierro, etc. y disminución en su contenido de vitaminas y proteínas.** Esto es debido a que las plantas extraen sus biomoléculas del suelo, con estas llevan a cabo el funcionamiento de sus células; crecimiento, reproducción, etc.

Cuando el suelo es explotado y monocultivado los nutrientes provenientes de la tierra se agotan, de esta forma los vegetales que son cultivados en esas tierras son cada vez más pobres en contenido nutricional.

Llega un momento donde el contenido nutricional de esos vegetales es tan bajo, que pierden su sistema inmunológico, por lo que se llenan de plagas. Es entonces donde se necesita un veneno para matar estas plagas, **pesticidas.** Estos venenos producen la muerte de las plagas que acechan nuestras cosechas, insectos, maleza, etc.



¿Usted se preguntará como es que el Veneno mata las malezas pero no a las plantas cultivadas para la Comercialización de su Cosecha?

Bueno es aquí donde entra la biotecnología de transgénicos. Para que las plantas resistan los venenos que matan plagas y malezas se les hacen modificaciones genéticas, estas modificaciones le permiten a la planta resistir y sobrevivir a los venenos mediante la agregación de nuevos genes.

Esto nos lleva a responder otra pregunta que todo el mundo se hace:

¿Por qué hay que evitar comer Alimentos Transgénicos?

Porque están contaminados con venenos, los que se pensaron en un comienzo para matar insectos, parásitos, malezas, etc. Llegan hasta nuestra mesa y la de nuestros seres queridos.



Capítulo 6

¿Cómo es que se Permite la Venta de Alimentos que Provocan Enfermedades?

Desde el comienzo de la aplicación de la biotecnología en Estados Unidos se ha hecho las cosas fáciles para las grandes industrias que se enriquecen con la biotecnología agrícola y ganadera.



De esta manera los estudios y pruebas que se les solicitan realizar a la industria biotecnológica de alimentos son extremadamente sencillas y no están a la altura de las circunstancias. Por ejemplo: cuando se genera un nuevo alimento transgénico no se solicitan pruebas de seguridad alimentaria, ya que se dice que los genes introducidos en los alimentos no son aditivos porque los genes son parte de la naturaleza y por lo tanto “no deberían” generar problemas.

¿Cuándo se descubre que un nuevo Alimento es Nocivo para la Salud?, ¿Acaso es durante las pruebas de Laboratorio previas a la Autorización de la Venta de aquel Alimento?

La toxicidad de un nuevo alimento muchas veces se descubre solamente cuando mucha gente se enferma o muere, y es así cuando este nuevo alimento se retira del mercado. A pesar de que la población general piensa que las autoridades solicitan pruebas estrictas de calidad y seguridad antes de autorizar un nuevo alimento en el mercado eso es falso.



La industria alimentaria ha desarrollado una serie de trucos para lograr autorizaciones en tiempo record para sus nuevos alimentos. Mientras cada día es más y más difícil conseguir alimentos naturales.

Debido a que en Latinoamérica aceptamos todo lo que viene de Estados Unidos, estas reglas normalmente se aceptan u homologan en cada uno de nuestros países, entonces recibimos el mismo trato que los norteamericanos.

Aceptamos fácilmente la tecnología de transgénicos, especialmente en cultivos de gran envergadura como arroz, maíz, soja, etc.

Pero muchas personas ni siquiera sospechan de la toxicidad de estos alimentos modernos, debido a que no son venenos de rápido efecto...

¿Será posible que al Consumir Alimentos con Colorantes Artificiales durante 1 día no se Generen Enfermedades?



La verdad es que si, es posible que esto no genere problemas. Debido a que **el cuerpo tiene la capacidad de defenderse** de este tipo de daños cuando son muy pequeños.

¿Será posible que no se Generen Enfermedades al comer Comida Chatarra durante los fines de semana?

La verdad es que depende, ya que es completamente posible que consumir comida chatarra los fines de semana no genere ninguna enfermedad al comienzo, pero perfectamente comer comida chatarra pueda generar problemas de salud bastando consumirla sólo una vez, y podría generar problemas como constipación, diarrea, alergias, etc.

Luego de algunos meses, y sobre todo de algunos años el cuerpo ya mostrará los efectos crónicos de consumir comida chatarra todas las semanas durante los fines de semana, sábados y domingo. Los efectos podrían ser, **aumento de la probabilidad de sufrir leucemia, cáncer cerebral, cáncer digestivo, envejecimiento acelerado, daño dental, sensaciones de malestar general, cansancio, etc.**



Pero, ¿Será posible que al Consumir en todos nuestros Alimentos todos los días de Nuestras Vidas decenas de Colorantes Artificiales, Preservantes o Conservantes, Pesticidas, etc. desarrollemos Enfermedades?

Claro que sí. Es completamente posible, y de hecho lo más probable es que el daño sostenido a tu cuerpo por medio de la alimentación generará aumento en la probabilidad de desarrollar **enfermedades cardiovasculares como hipertensión arterial, arritmias, insuficiencia cardiaca, arterioesclerosis, etc. al mismo tiempo que diferentes tipos de cáncer, no solamente digestivo, si no que en cualquier parte del cuerpo, como mamas, colon, próstata, pulmón, hígado, etc.**

También es completamente lógico que al contaminar el cuerpo con toxinas provenientes de los alimentos, hay **daño de los tejidos conjuntivos y alteración de sistema inmunológico, lo que conlleva problemas de defensa y regeneración.**

La matriz extracelular, el lugar donde están viviendo nuestras células, es un esqueleto que en palabras sencillas tiene propiedades magnéticas. Esto permite que se mantenga hidratado, porque atrae magnéticamente a las moléculas de agua. **Pero al mismo tiempo este magnetismo mantiene atrapadas las toxinas que consumimos.** En la matriz extracelular donde está el colágeno, elastina y otras proteínas hay un ambiente con carga magnética negativa, lo que puede acumular toxinas con carga positiva.

¿Cómo es que estas Sustancias Artificiales y Nocivas pasan las Pruebas de Seguridad del Gobierno y son Autorizadas para ser Vendidas al Público?

Las pruebas que tienen que pasar los aditivos de los alimentos son pruebas individuales, jamás se prueban los 6,000 aditivos juntos, ni siquiera un pequeño grupo de ellos. **Por lo tanto al ser probados de forma individual es mucho más probable que parezcan inofensivos.**



Los colorantes individualmente pueden no ser un gran problema, el problema real es la acumulación permanente de numerosas toxinas.

Pero ¿Qué pasa cuando se mezclan docenas de ellos en un Día?,
¿Qué pasa cuando se mezclan docenas de Colorantes con docenas de
Conservantes, Estabilizantes, Blanqueadores, Desodorizantes, etc.?,
¿Qué pasa cuando esta mezcla Venenosa es Consumida desde antes
de Nacer hasta el último de día de la Vida?

Los aditivos artificiales tóxicos son consumidos desde antes de nacer ya que la madre embarazada entrega tanto lo bueno como lo malo de los alimentos al bebé. Toda esta mezcla venenosa hace que estemos cada día más enfermos y que tengamos una vida más corta de lo que podríamos tener, que desarrollemos enfermedades degenerativas, problemas autoinmunológicos, etc.



Es cierto que la medicina moderna ha conseguido extender la vida promedio del hombre civilizado, puesto que es una ciencia extraordinaria, los profesionales del área médica están altamente entrenados en el funcionamiento del cuerpo humano y consiguen cosas sorprendentes.

La medicina ha sido capaz de entregarle independencia a quién no puede utilizar sus piernas ni brazos con una silla motorizada, trasplantar órganos, devolver la audición al sordo, la vista al ciego, rescatar a un bebé que moriría antes de nacer, disminuir las enfermedades infectocontagiosas y muertes de pacientes más vulnerables como niños pequeños y ancianos a niveles internacionales.

Pero también es cierto que las investigaciones de grandes médicos y odontólogos como Robert McCarrison, Francis Pottenger, Weston Price y otros demostraron que **el ser humano en condiciones óptimas, o sea inserto en la naturaleza y alimentándose completamente natural, no desarrolla enfermedades degenerativas como enfermedades cardiovasculares, osteo-articulares, diabetes, cáncer, enfermedades autoinmunitarias, etc. tampoco desarrollaban enfermedades mentales ni tampoco un comportamiento antisocial.**

Todo eso lo veremos más detalladamente en las siguientes páginas.

Capítulo 7

Qué Rol Juega dentro de la Medicina Natural la Nutrición Ortomolecular?



La nutrición ortomolecular es una rama de la medicina ortomolecular, la cual a su vez es una rama de la medicina nutricional dentro del universo de la medicina natural.

Medicina Natural → Medicina Nutricional → Medicina Ortomolecular
→ Nutrición Ortomolecular.

- a) La Medicina Natural es toda aquella práctica que busca recuperar o mantener la salud por medio de métodos naturales**, de bajos efectos secundarios, no invasivos, normalmente más económicos y eficientes. Estos métodos normalmente son: las mismas manos del terapeuta, hierbas ya sea tanto en forma de infusión como diluciones homeopáticas, alimentos, ejercicios, psicología, educación del paciente, etc.

La Medicina Natural busca salud y la esta es el completo bienestar físico mental y social de una persona y no sólo la ausencia de enfermedades.

La medicina natural tiene muchas ramas, como por ejemplo: medicina manual (osteopatía y quiropraxia), medicina china (masaje, acupuntura, moxibustión, hierbas, etc.), medicina homeopática (el uso de contarios para tratar la enfermedad), medicina nutricional (nutrición naturista, nutrición ortomolecular), etc.

b) La Medicina Nutricional busca prevenir y curar por medio de los alimentos.

c) La Medicina Ortomolecular es una rama de la medicina nutricional. Específicamente es una rama relacionada con la **corrección bioquímica del cuerpo**, donde se utilizan diferentes métodos para llevar a la práctica el nombre de esta rama de la medicina, ortomolecular.

Orto-molecular viene de la composición de 2 palabras “orthos” y “moléculas”.

Todos conocemos la ortodoncia donde la palabra ortos hace mención a corregir tanto la forma, posición, relación y función de los dientes, como también todos conocemos la palabra ortopedia que es una especialidad médica dedicada al arte de corregir o de evitar las deformidades del sistema musculoesquelético mediante técnicas como la cirugía.

De la misma manera la palabra “orthos” se aplica a la palabra ortomolecular, ya que es una composición de “orthos” y “moléculas”. Como lo dice su nombre busca corregir, pero en este caso no los huesos, sino que busca corregir las moléculas del cuerpo. Ingresar las moléculas que faltan y retirar las que sobran.

Al corregir las moléculas que componen nuestro cuerpo mejoraremos el funcionamiento del mismo. Esta corrección se realiza por medio de diferentes métodos como medicamentos tanto convencionales como naturales, ejercicio, diálisis, dieta saludable y orgánica, suplementos alimenticios, diálisis, plasmaféresis, etc. muchos de los cuales son procedimientos que sólo un médico puede realizar.

d) Finalmente tenemos la **Nutrición Ortomolecular**, que **es una de las prácticas más seguras que puede aplicar una persona para estar sano**. La nutrición ortomolecular a diferencia de la medicina ortomolecular ya que **no utiliza procedimientos no invasivos para tratar**. No utiliza medicamentos, no utiliza inyecciones, ni tampoco otro procedimiento que involucre un riesgo directo para la persona y que por lo mismo requiera la presencia o aplicación directa de un médico-cirujano. **La nutrición ortomolecular sólo utiliza la alimentación como herramienta terapéutica**, tanto los alimentos, como los suplementos alimenticios y en algunos casos las hierbas.

Debido a que la nutrición ortomolecular puede ser aplicada por cualquier persona para proteger su propia salud, es una gran idea aprender respecto a este tema.

La nutrición ortomolecular le enseña al paciente a elegir correctamente sus alimentos, el correcto uso, preparación, etc. Por otro lado enseña que algunos alimentos no son saludables y por qué no lo son.



Capítulo 8

7 Reglas Básicas de la Nutrición Ortomolecular según el Dr. Richar Kunin.

Lo esencial se reduce a siete reglas básicas:

1. La Nutrición es lo primero en el diagnóstico y tratamiento médico.
2. El Tratamiento Farmacológico se utiliza solamente para indicaciones específicas y siempre con atención a los peligros potenciales y los efectos adversos.
3. Contaminación del medio ambiente y la adulteración de los alimentos son un hecho inevitable de la vida moderna y son una prioridad médica.
4. Individualidad Bioquímica es la norma en la práctica médica, por lo tanto, los valores de DDR estereotipados no son confiables guías nutricionales.
5. Los análisis de sangre no reflejan necesariamente los niveles tisulares de nutrientes.
6. El Diagnóstico de Nutrientes es siempre defendible porque los trastornos relacionados con los nutrientes son generalmente el tratamiento o cura de respuesta.
7. La esperanza es un aliado indispensable del médico y un derecho absoluto del paciente.

Conclusión

¡Felicitaciones! Si has llegado hasta aquí significa que has leído completamente este libro, que lleva por título **“Nutrición Ortomolecular... La Medicina del Futuro, Hoy”**. En este punto ya debes tener claro por qué la Nutrición es un tema tan importante para nuestra salud.

Espero que durante todo el tiempo que me acompañaste al leer este libro, hayas podido resolver muchas de tus inquietudes, hayas logrado generar otras tantas y te haya logrado motivar para que empieces a poner en práctica en **Tu Vida** los conocimientos expuestos en este libro.

Nada me alegraría más que gracias a este libro cambiaras tu vida y además que tuvieras la oportunidad de ayudar a otras personas a cambiar sus vidas. Pero si lo haces, hazlo con mucha pasión y amor.

El libro terminó, pero de aquí en adelante viene una nueva etapa, la etapa en que empezarás a sentir y a vivir los cambios. Sin duda ya habrás pensado por dónde empezar, qué aspecto de tu vida vas a abordar en primera instancia y a quien puedes ayudar. Pero es muy importante que no dejes que esto se quede solo en pensamientos y que siempre estés con mucho ánimo.

El momento de empezar es YA. No me gustaría que en unos años más te vayas a sentir arrepentido de no haber empezado algo que hubiera podido representar un giro total en tu salud y en la forma de vivir tu vida. Iniciar un cambio en tu vida, sin duda alguna será fuente de experiencias agradables.

No puedo describirte la sensación que se siente cuando se logra romper la inercia y empiecen a llegar los primeros cambios en tu salud y en la salud de tus seres queridos, luego empiezas a ayudar a otros, es una sensación increíble poder entregar valor a otras personas. Pero para conseguirlo debemos empezar y ser perseverantes, solo así llegarás a tener una salud de hierro.

Bueno, y para quienes formen parte del área de la salud la alegría será aún mayor cuando los empiecen a reconocer en el medio, cuando logren posicionarse como expertos en la materia, cuando empiecen a llegarle las primeras felicitaciones por resultados obtenidos con sus pacientes.

Sencillamente es una sensación indescriptible y el único que la puede vivir eres **Tú**. Te invito a que estés atento a nuestras futuras publicaciones, ya sea en video, audio, boletines electrónicos, libros electrónicos descargables como este, e incluso a que estés atento a los seminarios en línea que estaremos impartiendo próximamente y que podrás disfrutar cómodamente desde tu hogar.

Recomendaciones Finales

1.- Visita con frecuencia nuestro Sitio Web, ya que constantemente estaremos incorporando nuevos contenidos.

Te sugiero que utilices el nombre de usuario y contraseña que creaste al momento de suscribirte a nuestra **Membresía Plata** y que son tus datos de acceso.

Para ingresar al área privada de miembros utiliza el siguiente enlace:

<http://institutoilpa.com/wp-login.php>

2.- Si ya estas suscrito a nuestro Sitio Web y por algún motivo aún no tienes tu nombre de usuario y contraseña, envíanos un correo electrónico y te indicaremos como crear tus datos de acceso.

Para enviarnos un correo electrónico haz clic en el siguiente enlace:

<http://institutoilpa.com/contacto/>

3.- Por último, si recibiste este libro de manos de alguien que quería compartir contigo el valioso contenido y aún no estás suscrito, pero deseas hacerlo.

Entonces visita:

<http://institutoilpa.com/como-sanar-de-verdad/>

Y luego llena el formulario de registro que encontrarás a la derecha de la página.

Un saludo cordial,

PABLO PAULSEN

Rector y Fundador
Instituto de Ciencias Linus Pauling