



CENTRO DE NATUROLOGÍA HOLÍSTICA

JUAN FRANCISCO BALLESTEROS

Las lavativas formaban parte de las principales armas terapéuticas que utilizaban los médicos en tiempos de Molier. Es cierto que algunos pacientes con alguna enfermedad crónica que les hace sufrir, no entienden por qué deben además martirizarse haciéndose lavados rectales, y es muy comprensible. Pero cuando han comprendido el porqué y el cómo del lavado y han apreciado que es una técnica sencilla y muy eficaz, que les ayudará, como complemento del tratamiento, a estabilizar su enfermedad hasta el punto de dejar de sufrir por ella, verán que han juzgado de forma apresurada, como suele suceder a menudo, antes de conocer lo que se les pide.

Nuestros sentidos nos ponen en contacto sobre todo con el mundo exterior. La superficie corporal que nos conecta con ese mundo es inferior a 2 metros cuadrados, por el contrario no tenemos conciencia de hasta qué punto estamos en contacto con nuestro mundo interior, y en especial con el contenido de nuestro tubo digestivo y nuestros intestinos. La superficie de la mucosa del sistema digestivo es de aproximadamente un campo y medio de tenis.

El intestino grueso (colón), es la última etapa del tránsito digestivo. Su función principal es la de conducir al exterior los elementos no asimilables por el organismo. Pero su misión principal es la de reabsorber el agua con el fin de concentrar las materias fecales. Este mecanismo es de una precisión asombrosa. Para que la deposición tenga su consistencia normal es preciso que sea absorbido un 86% del agua. Si se reabsorbe el 88%, la deposición es demasiado dura, y con un 82% de reabsorción es demasiado fluida.

La mucosa que cubre el intestino, está formada por una sola capa celular de unas 25 o 30 milésimas de milímetro de espesor. Inmediatamente detrás de este revestimiento se encuentran los capilares sanguíneos y linfáticos. Es decir. Las materias contenidas en el intestino delgado sólo están separadas de la sangre de los capilares por una membrana muy fina y frágil que se renueva cada dos días.

Muchas de las actuales enfermedades comienzan en el intestino. El principal síntoma es el estreñimiento crónico, que los lleva a utilizar laxantes (incluidos los compuestos de plantas). La finalidad de éstos es la de estimular químicamente las membranas del intestino, obligándolas a funcionar, por lo que el colón se debilita cada vez más, volviéndose dependiente de los laxantes.

El intestino necesita de 18 a 24 horas para eliminar los restos de los alimentos ingeridos. Basta el menor problema en el tránsito para que se depositen desechos en las paredes intestinales, que poco a poco se irán tapizando en algunos lugares (estos depósitos pueden alcanzar un espesor de 5 cm y adquirir la consistencia de un neumático). A la larga estos desechos pueden impedir la absorción de las vitaminas y sales minerales. Así, los problemas intestinales crónicos pueden ser una de las causas de carencia en la nutrición independientemente de la calidad de ésta.

El exceso de mucus oculta síntomas alérgicos. En estos últimos años se ha demostrado que demasiadas proteínas alimentarias podían ser las responsables de muchos problemas físicos y psicológicos. El consumo excesivo de un alimento es una de las principales causas de las alergias alimentarias. Cualquier alimento consumido a diario puede provocar alergias, sobre todo si se tiene la impresión de que no se puede prescindir de él (chocolate, leche, azúcar blanco, pan blanco, colorantes, etc...). El cuerpo segrega entonces mucus para protegerse de esas sustancias irritantes.

La mala alimentación actual, con exceso de carne y azúcar, la masticación incorrecta ligada a comida apresuradas, son responsables de materias intestinales ricas en proteínas mal digeridas, propicias para el desarrollo de una flora intestinal microbiana agresiva.

Cuan nos alimentamos mal, la delicada membrana intestinal se vuelve anormal porosa, permeable y deja pasar gran cantidad de bacterias y toxinas (venenos). Si el hígado (que recibe la sangre), y los ganglios linfáticos (donde llega la sangre del intestino y junto con el hígado hacen de filtro), ya están crónicamente desbordados, entonces aparecerán enfermedades graves. No es sorprendente que las personas que sufren problemas digestivos crónicos experimenten paulatinamente síntomas como fatiga, insomnio, problemas nerviosos y mentales, dolores menstruales, artritis, etc. El mal funcionamiento del tránsito intestinal puede incluso desembocar enfermedades cardíacas, cáncer, reumatismos graves, alteración degenerativa del tejido nervioso, etc...

Catherine

Kousmine

C/ Héroes dos de Mayo 3. 29640. Fuengirola, Málaga Telf. Móvil: 669375882 Fax:
952463454

TÉCNICA DE LAVADO INTESTINAL

Material:

1. Un irrigador de 2 litros, con tubo de goma, cánula y llave de paso.
2. Una pera para lavado recta de bebe, de 60 ml.

Forma de proceder:

Preparar una tisana de manzanilla, haciendo hervir durante 10 minutos 5 bolsitas o un pellizquito de flores de planta en 2 litros de agua. Dejar enfriar hasta que la temperatura sea de 35 ° a 37 °C. Ponerse a cuatro patas en la bañera, la cabeza hacia abajo y el trasero levantado (si no es posible, tenderse boca abajo y a lo ancho de la cama, dejando que cuelgue la mitad superior del cuerpo), el irrigador a unos 50 cm., aproximadamente por encima del nivel del ano, procurando evitar el sifón producido por un tubo demasiado largo.

Drenaremos el tubo abriendo la llave de paso hasta que el líquido llegue a la cánula (para evitar la entrada de aire en el intestino) y volvemos a cerrar la llave.

Después de haber introducido la cánula, facilitándolo con un poco de vaselina, abrir la llave de paso y dejar que salga todo el líquido antes de cualquier evacuación. Es importante respirar con el abdomen, y hacerse masajes en el vientre durante todo el tiempo que esté entrando la infusión, a fin de evitar los espasmos dolorosos durante el lavado.

Con una mano darse masajes sobre el colón en la parte más baja del abdomen, ligeramente al lado izquierdo, utilizar los dedos como si estuviese practicando escalas de piano, o como si estuviese amasando pan. Presione fuertemente con la mano cuando encuentre alguna bola o parte rígida: son los depósitos de materia fecal que deben de ser eliminados. Continúe con el masaje alrededor del ombligo, y luego en el lado derecho hasta llegar a las costillas. Repita todo igual hasta que hayan entrado los dos litros.

Si se producen calambres o espasmos, o una necesidad imperiosa de evacuar durante el lavado, habrá que tener cuidado de que la temperatura del agua sea conveniente. Un agua demasiado fría o caliente provoca espasmos dolorosos o desagradables. O también, practique la respiración abdominal llamada "del chorro" igual a la que se enseña a las parturientas. Mientras más deprisa se respira, más rápido desaparece el espasmo.

Terminado el lavado se puede evacuar de inmediato el líquido, lo que se produce en varios periodos a lo largo de unos veinte minutos.

A continuación llenar la pera con la cantidad de cuatro cucharadas soperas de aceite de girasol de primera presión en frío, previamente templado al baño maría a 35º o 37º C. Meter la cánula en el ano e inyectar el aceite como si se tratara de un supositorio líquido. El organismo guardará el aceite, no lo expulsará. Es mejor realizar este lavado por la noche, antes de acostarse, para así conseguir una mayor permanencia del aceite en el organismo.

Al cabo de un cierto número de lavados, el aceite deja de ser absorbido por el organismo y es devuelto, en todo o en parte, por la mañana. Entonces se continuará con los lavados sin la instalación del aceite.

La instalación de aceite se puede facilitar utilizando una jeringa de plástico de 100 mil. La dosificación es más precisa, y la operación se realiza sin peligro de que entre aire en el intestino, como con las peras para lavativas. Son mucho más higiénicas y se encuentran sin problemas en las farmacias.

El lavado rectal permite evacuar rápidamente una gran parte de las materias fecales que están estancadas en el intestino, y con ellas, la flora de putrefacción.

Se destruye más nuestra flora intestinal tomando un antibiótico que haciendo lavados rectales. Una alimentación sana permite sembrar nuevamente y de forma progresiva el intestino con lactobacilos y gérmenes no agresivos.