



GETTY IMAGES

## Vértigo de origen digestivo

### La medicina naturista aborda las patologías desde los hábitos saludables

Habitualmente asociamos el síntoma vértigo con problemas de oído interno o de cervicales, con afecciones neurológicas, con falta de irrigación sanguínea, con anemias importantes o con pacientes con tensión arterial muy descompensada (hiper o hipotensión). En cambio, en medicina naturista vemos en ocasiones vértigos que no responden a ninguna de estas causas y que tienen relación con un componente digestivo, concretamente con una sobrecarga hepática, y que se solucionan rápidamente si sabemos aplicar los principios del tratamiento naturista: primero, limpiar el organismo eliminando tóxicos y, después, reparar aportando buenos materiales y corrigiendo hábitos.

#### Un caso de vértigo

Acude a la consulta Alberto, un niño de 10 años acompañado de sus padres. Estos explican que hace aproximadamente dos meses, después de la fiesta de Reyes, recibió durante una semana tratamiento con antibióticos por dolor en la gar-

ganta. A partir de ese momento, aparece sensación de vértigo que le hace caer al suelo. Estos episodios se repiten diariamente y suceden después de las comidas o mientras come. Han ido al otorrino y al neurólogo y todas las pruebas han dado resultados normales. A pesar de esto, está tomando medicación para el vértigo, pero no hay respuesta positiva.

Además, desde hace cuatro días aparecen cefaleas que acompañan o siguen al vértigo. Alberto actualmente se cansa más con el esfuerzo, incluso al caminar.

Como antecedentes patológicos destacables solo encontramos una bronquitis a los tres años y una alergia primaveral al polen desde hace cuatro años. Hace dos meses, aproximadamente cuando se inicia el vértigo, le intervinieron de apendicitis.

#### Hábitos de vida

Vive con sus padres y su hermana de 6 años, con los que mantiene una relación cariñosa y sin problemas. Es muy buen estudiante y tiene un carácter muy responsable. Le gusta leer y diariamente utiliza la bicicleta para desplazarse, há-

bito que ha tenido que dejar desde que aparecieron los vértigos.

Por supuesto, tal como corresponde a su edad, no toma bebidas alcohólicas ni café, pero los fines de semana consume bebidas con cola. La única medicación que tomaba y que acaba de dejar es la del vértigo. Ingiere un litro de agua diario incluyendo la que consume con la comida. Su tránsito intestinal es correcto, ya que defeca una vez al día sin dificultad y con heces formadas.

#### Sobrealimentación

Alberto se levanta a las 8h de la mañana y a las 8,15h toma un bocadillo de pan blanco con jamón dulce o longaniza, más un zumo de fruta con leche y un yogur de frutas o muesli.

Come a las 13h arroz o ensalada o pasta o verduras como primer plato, seguido de pollo o bistec o tocino o carne de oveja o pescado. El postre es un *actimel*.

Merienda a las 18h otro bocadillo de pan blanco con jamón o fuet o jamón de pavo y un yogur de frutas.

A las 21h cena una sopa de caldo de pollo o verdura o sopa de pescado, más verdura o pescado o salchicha o lomillo o huevos. El postre es yogur de frutas o plátano o kiwi o gelatina.

Se acuesta hacia las 22,30h. Duerme bien, pero tiene dificultad al inicio de conciliar el sueño porque está mareado. Se levanta mareado.

Como resumen, destacamos que toma dos o tres huevos semanales; un vaso de leche con frutas, un *actimel* y tres yogures de fruta diarios; embutidos también diarios; y un cuarto de kilo de pan blanco diario. Queda patente la sobrealimentación proteica y grasa que sufre el hígado del niño con cada comida.

#### Valoración

Alberto mide 139 cm y pesa 50 Kg. Su abdomen es blando, depresible e indoloro, y muestra una cicatriz que loide de su reciente apendicetomía. Aunque hablamos de un vértigo de origen desconocido, nuestra experiencia y su relación directa con el acto de comer no nos hace dudar de su posible origen hepático, más aún teniendo en cuenta el mencionado exceso alimentario que se traduce en un patente sobrepeso. A nivel diagnóstico, se evidencia una sinusitis alérgica que asociamos también al alto poder antigénico de su dieta, muy rica en lácteos (aunque no toma queso).

Después de explicar estos razonamientos a los padres y, sobre todo, a Alberto, el protagonista del tratamiento, propongo como punto de partida una limpieza orgánica, dando toda nuestra ayuda al hígado. Si no hubiera respuesta positiva, les comento la posibilidad de derivar a Alberto a Terapia Neural, ya que este es el tratamiento indicado para resolver la posible interferencia energética que podría estar produciendo la cicatriz de la apendicetomía, ya que no podemos olvidar que hay una relación en el tiempo entre la cirugía y el inicio de los vértigos.

#### Tratamiento

No es fácil cambiar de forma drástica los hábitos de una persona y menos de un niño, pero la motivación es importante. Los vértigos, las caídas y las cefaleas son un fuerte argumento motivador para que Alberto acepte durante un periodo corto de tiempo –en su caso, le propongo una semana– una dieta depurativa adaptada a sus necesidades energéticas. Establecido el pacto terapéutico, paso a explicarle lo que debe hacer.

En ayunas le hago tomar un zumo de mandarina y limón para depurar. Como desayuno, le recomiendo un muesli vegetal con copos de avena, frutos secos, germen de trigo, miel y manzana o pera: energía sana. A media mañana, un kiwi con su aporte de vitamina C. La comida consiste en un primer plato crudo de ensalada variada con levadura de cerveza y aceite de oliva de primera presión, y un segundo plato de verdura o arroz o pasta sin salsa. De postre, una pera. Para merendar acordamos un bocadillo de pan integral con lechuga, tomate y paté vegetal o huevo duro o aguacate (alguna pequeña concesión había que hacer). La cena será como la comida, alternando la opción del segundo plato. Le recuerdo que debe beber cuatro o cinco vasos de agua diarios fuera de las comidas para ayudar a eliminar por la orina todas las toxinas movilizadas. Como *medicación*, le recomiendo tomar un preparado de plantas hepáticas en extracto (boldo, alcachofera...), quince gotas tres veces al día después de las comidas, para aligerar el trabajo de ese órgano. Por último, le explico que un baño vital de cinco minutos antes de comer y cenar en el bidet de casa (friccionar el abdomen con una esponja natural que se sumerge repetidamente en el agua fría del bidet) deriva la sangre hacia la superficie del abdomen y descongestiona las vísceras internas como el hígado.

#### Resultados y conclusión

Es este un caso excepcional en cuanto al seguimiento, puesto que Alberto y su familia viven a más de doscientos kilómetros de la consulta. Por este motivo, la siguiente visita de control fue sustituida por una llamada telefónica que recibí de sus padres a los quince días, comunicándome que su hijo había seguido el tratamiento y ya no tenía vértigo ni caídas ni cefalea, que se encontraba bien y que había bajado dos kilos y medio de peso.

Aunque, por supuesto, sentí la alegría del profesional que ayuda a resolver un problema de salud, al no haber seguimiento del tratamiento me quedé con la duda y la esperanza de que los hábitos de vida de Alberto ya no iban a ser como antes. Porque si hay algún objetivo que reivindicamos desde el criterio naturista es conseguir que el tratamiento no solo sirva para solucionar el problema presente, sino también para sentar las bases de unos hábitos que sirvan de prevención para futuras patologías. En este caso, faltó la orientación en salud sobre las costumbres del niño y la dieta a seguir a partir de ese momento.

PEDRO RÓDENAS MÉDICO NATURISTA

25 años

ASISTENCIA SANITARIA ESPECIALIZADA EN MEDICINA NO CONVENCIONAL

#### MEDICINA NATURISTA

JOSEP LLUÍS BERDONCES (médico). Medicina general. Diagnóstico por el iris. NOEL GARCÍA (médico). Medicina de la Infancia y Antroposófica. PEDRO RÓDENAS (médico). Medicina general. Revisión de hábitos. Tratamiento complementario en procesos oncológicos.



#### MEDICINA HOMEOPÁTICA

SERGIO ABANADES (médico). Medicina Integrativa: Homeopatía, Medicina Interna, Farmacología Clínica.

#### GINECOLOGÍA

Revisiones Ginecológicas. Ginecología Preventiva. MANUELA CUEVAS (médica). Homeopatía Familiar. Contracepción Consciente. MÓNICA PUGA (médica). Trastornos físicos y emocionales de la mujer. Asesoramiento y tratamiento en infertilidad de la pareja.



#### MEDICINA TRADICIONAL CHINA ACUPUNTURA

CRISTINA DOMINGO (médica). CREU FORÉS (médica). Medicina general. Diagnóstico energético.



#### PSICOLOGÍA

ROGER JOVER (psicólogo). Psicología para niños y adolescentes. Orientación a padres. M. DOLORS PALLARÈS (psicóloga). Orientación psicológica. Psicoterapia y técnicas de relajación.



#### DESARROLLO PERSONAL

ROSALINA SICART (pedagoga, psicoanalista). Aprender de la experiencia



#### OSTEOPATÍA

LOUISE BARROW (osteópata). AINHOA GOENAGA (fisioterapeuta, osteópata). DIEGO POTES (fisioterapeuta, osteópata). Tratamiento de trastornos funcionales para niños y adultos. Osteopatía crancosacral y visceral



#### TERAPIAS MANUALES

AUREA GÓMEZ (diplomada). Quiromasaje. Reflexología podal. Drenaje linfático. Tratamientos naturales de la piel.



#### FISIOTERAPIA GLOBAL ACTIVA

HERMINIA GARCIA (fisioterapeuta). Tratamiento y prevención de las disfunciones de la postura y movimiento del aparato locomotor.



#### SOFROLOGÍA

AUREA GÓMEZ (master en Sofrología Caycediana). Aumento de la conciencia de uno mismo a través de la auto-observación física y mental y las técnicas de relajación y visualización.



#### YOGA Y MEDITACIÓN

LORENA MARUGÁN (profesora). Unión del cuerpo, mente y emociones a través de asanas, pranayamas, canto, meditación y relajación.



#### PARA AMPLIAR INFORMACIÓN:

www.integralcentremedic.com  
Teléfono: 934 677 420

C/ Diputación, 321, 1º 1º, 08009 Barcelona  
info@integralcentremedic.com