

# ALTERNATIVAS NATURALES A LOS ANTIBIOTICOS

**Dr. Mariano José Bueno Cortés.**

**BIOSALUD-INSTITUTO DE MEDICINA BIOLÓGICA Y ANTIENVEJECIMIENTO.**

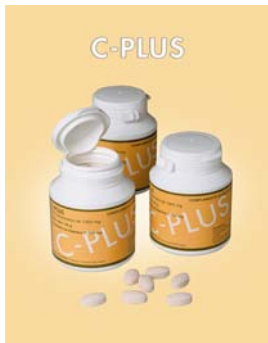
## INTRODUCCION

Hay diversas alternativas totalmente naturales para sustituir a los antibióticos, Quede claro que desaconsejo totalmente el hacerlo sin control por parte de un médico, puesto que si no, correremos riesgos innecesarios.

De estos remedios, podemos enumerar a las vitaminas C y A, la miel, el propóleo, los productos homeopáticos, la lisina, el BHT, el aloe vera, el glutatión, el peróxido de hidrógeno, la plata coloidal, el timo, las vacunas bacterianas.

De cualquier manera, ante cualquier síntoma de infección, deberemos eliminar de la dieta el azúcar y la comida basura. Comeremos alimentos frescos, zumos de frutas y de vegetales. Eliminaremos los embutidos.

## VITAMINA C



Muchas personas han experimentado la mejoría que se obtiene mediante un incremento importante de vitamina C. En el adulto, de 1 gramo cada hora, mientras estamos enfermos. Podemos seguir la norma del gran científico y descubridor de las propiedades estimulantes del sistema inmunitario de la vitamina C, Linus Pauling, que decía que fuéramos tomando en estas ocasiones gramo de vitamina C cada hora, hasta que aparezcan diarreas, gases, irritación de las vías urinarias o úlceras bucales, todos ellos efectos secundarios de una sobredosificación de vitamina C.

Muchos médicos que trabajamos la Medicina Biológica en el mundo, utilizamos con mucha frecuencia la vitamina C intravenosa, con otras sustancias. En síndromes virales son muy efectivas dosis intravenosas de hasta 50 gramos de vitamina C en un suero. Es importantísimo que la vitamina C sea tamponada y sin conservantes.

## VITAMINA A

Es muy importante en cuanto a su efecto de resistencia inmunitaria. Con una ingesta adecuada de unas 15.000 a 25.000 Unidades Internacionales como tratamiento de choque, podemos contribuir con mucha eficacia a erradicar un proceso infeccioso.

## AJO

El ajo tiene una capacidad antiinfecciosa impresionante. En la Primera Guerra Mundial los ingleses aplicaban con mucho éxito jugo de ajo en sus heridas. Cuando no se podían suministrar antibióticos en la Segunda Guerra Mundial, los rusos utilizaban el ajo en las infecciones. Se le llamó "la penicilina rusa".

La Folk-medicina (medicina popular) utiliza desde antaño al ajo para el tratamiento de los parásitos intestinales. De hecho, se ha demostrado científicamente su efectividad en el caso de las lombrices intestinales tan frecuentes en los niños de hoy en día.

El ajo se compone de más de 30 sustancias y elementos y se le conoce por el vegetal que contiene el más alto contenido en azufre. Este azufre, forma el S-allyl-cisteína que es uno de los componentes más importantes del ajo en cuanto a su efecto terapéutico.

El ajo fresco se puede añadir a comidas e incluso se puede hacer jugo, pero también se utiliza tópicamente en infecciones auditivas externas.

Otra de las aplicaciones que me enseñó un colega francés hace muchos años es el ajo cortadito en unas rodajas finas y colocado encima de las pústulas acnéicas. Estos granos infectados, con pus e inflamación, se eliminan rápidamente colocando encima esta rodaja de ajo y acercando un cigarro de artemisa (moxa) por un par de minutos y al acostarnos. Al día siguiente, veremos cómo "milagrosamente" el grano ha desaparecido y sólo queda una pequeña señal que al poco tiempo desaparecerá completamente.

Hay que tener cuidado con no abusar de esta aplicación, especialmente en cuanto al tiempo, pues si mantenemos más del tiempo indicado el ajo encima de la lesión, podremos lesionar (quemar) la piel.

Se deben de utilizar para la vía interna cápsulas de ajo o tabletas sin recubrimiento de azúcar, con un contenido por encima de los 1.000 mg por unidad. Utilizaremos de una a tres cápsulas, 3-4 veces al día en caso de uso como antibiótico.

Hay que tener en cuenta que hay descritos casos de alergia al ajo. Si mientras se está en tratamiento, se nota uno un rash, congestión, tos, picores..., deberemos de dejar de tomarlo. No obstante esto es muy infrecuente y es más, en 20 años no lo he visto personalmente.

## EXTRACTO DE SEMILLAS DE POMELO

El extracto de semillas de pomelo es en realidad un anti-infeccioso natural de amplio espectro. No es un material tóxico, por lo que se utiliza incluso en la industria alimentaria para higienizar el pescado y aves.

Contiene bioflavonoides, aminoácidos, ácidos grasos, sacáridos, compuestos fenoles, tocoferoles, ácido ascórbico y dehidroascórbico.

El extracto de semillas de pomelo se utiliza desde hace años en las infecciones gastrointestinales, catarros, anginas, etc.

En cosmética se utiliza como conservante natural y como inhibidor de los hongos en varios alimentos. Algunos hospitales americanos lo utilizan para higienizar la ropa de las camas.

El extracto de semillas de pomelo es bastante económico, lo podemos encontrar en gotas para los oídos, sprays para uso tópico, polvos para los pies, cápsulas, tabletas y líquidos para enjuagues.

Es muy recomendable su uso y ha demostrado ser muy efectivo contra los hongos, bacterias, virus y protozoos.

## **MIEL Y PROPOLEO**

La miel se utiliza desde antaño para aliviar y tratar millares de problemas de salud en el hombre. Se han descrito éxitos en la curación de úlceras que no curaban, localizadas en las piernas.

En Estados Unidos se ha hecho famosa, mezclada con vinagre de manzana, para resolver problemas digestivos e infecciones gastro-intestinales producidas por el *Helicobacter pylori*, que como sabe, se asocia desde hace unos años a las úlceras pépticas, gastritis crónicas, cáncer gástrico, etc.

El propóleo tiene propiedades antibióticas, pero no es muy conocida su asociación con la supresión de bacterias "amistosas" de la garganta como en el caso de los antibióticos farmacéuticos.

Las cápsulas de propóleo de 500 mg, pueden tomarse al menor síntoma de enfermedad infecciosa con una dosis de una o dos cápsulas 3-4 veces al día. No se conoce toxicidad.

Un apropiado spray bucofaringeo de propóleo, con miel, equinácea, vitamina C, aceite de clavo y citrato de zinc es muy efectivo en el caso de pequeñas infecciones de garganta, suavizándola y curándola.

## **ECHINACEA**

Después del ajo, la equinácea es la planta más popularmente conocida y utilizada a nivel popular como estimulante inmunitario. No tiene toxicidad.

Se utiliza en cápsulas y en líquido. A mí, particularmente, me gusta prescribirlo en forma de extracto fluido, pues la dosificación puede hacerse totalmente individualizada (gotas) y la concentración de los principios activos es mayor que en otras formas galénicas. Tiene la capacidad de aumentar las propiedades fagocíticas de las células. Yo, suelo utilizar un extracto fluido de los laboratorios Phyto-Esp, que me da desde hace años grandes satisfacciones, incluso con efecto antiinflamatorio, con un efecto semejante a uno de los fármacos antiinflamatorios no esteroideos (AINES) la indometazina. Por ello es muy importante la calidad farmacéutica en el producto. Yo, prefiero prescribir en casos de inflamaciones importantes el extracto fluido de equinácea durante varios días, semanas o meses y modular las dosis según las necesidades, ya que por ejemplo es muy útil en el caso de las artritis reumatoides, que cursan con mucha inflamación y dolor y, el extracto de equinácea comentado me ha dado muchas satisfacciones y alivio a mis pacientes.

## LISINA

El aminoácido Lisina, posee una importante actividad antivírica, especialmente contra el herpes simplex.

En el adulto, son necesarias dosis de lisina por encima de 1000 mg tres veces al día, aunque normalmente, 500 mg suelen ser suficientes en casos leves. Esta dosis, 1 ó 2 veces al día sirve para prevenir las infecciones recurrentes, que es una de las características de las infecciones herpéticas.

Hay algunos alimentos que contienen grandes cantidades de lisina, como el germen de trigo, el cerdo, el queso ricotta, el pollo, el pavo, el queso cottage, etc. El problema es cuando estos alimentos que, naturalmente contienen esta importante cantidad de lisina, por los procesos de industrialización, las técnicas que a veces se utilizan en tecnología de los alimentos, el caso es que hoy en día, estos alimentos aunque los comamos, contienen poca cantidad de lisina, con lo que siempre tenemos deficiencias de este aminoácido, tan importante para tener un sistema inmunitario efectivo y dispuesto a defendernos eficazmente en cualquier momento.

## PLATA

La plata es conocida desde siempre por sus propiedades antibacterianas. Los antiguos griegos y romanos usaban contenedores de plata para conservar los líquidos frescos. Los pioneros americanos que extendieron sus fronteras hacia el oeste, con frecuencia introducían un dólar de plata en la leche, para aumentar su período de conservación.

Es un conservante alimentario ideal a una concentración de 1/8 de cuchara de té por cada 250 gr.

¿No cree que no es una casualidad que la plata de ley o el chapado de plata fuera un material muy común antiguamente para todos los recipientes que tuvieran contacto con la comida?

La gran mayoría de las líneas aéreas de todo el mundo, todavía utilizan filtros de agua plateados para evitar la contaminación del agua estancada.

El uso de la plata en quemaduras cutáneas de gran extensión ha revolucionado el tratamiento de los Centros especializados en quemados.

La plata coloidal es un agente muy importante por su efecto antibiótico. Es muy efectiva contra bacterias, virus, hongos (incluso para la Candida albicans). Incluso se utiliza a veces por su efecto antiinflamatorio. Se ha descrito un efecto antitóxico.

De todos modos, se encuentran en el mercado diversos productos, especialmente en gotas (Oligo-Esp 5), potenciando su efecto con la adición de oro coloidal y cobre.

Hemos expuesto aquí algunas de las sustancias naturales que pueden ayudarnos a evitar la toma indiscriminada de antibióticos. De todos modos, también debo decir que hay circunstancias en las que es indispensable ese uso de antibióticos. De cualquier manera, debemos dejarnos aconsejar por nuestro médico, especialmente si practica la Medicina Natural.