# Oncología y terapia Gerson

## La desintoxicación nutricional como base del tratamiento del cáncer

Ana González Gómez-Navarro
Médica naturista

GERSON THERAPY AND CANCER. GONZALEZ A
Keywords: Diet, Cancer, Gerson, Coffee, Enemas, Vitamins
English abstract: Gerson therapy is perhaps one of the oldest cancer treatments in complementary medicine. It consists a sodium and protein restricted diet, with high contents of potassium from fruits, vegetables and grains of biological culture, treating to give all the known and unknown nutrients needed in cellular breathing and energy production. In Gerson therapy we speak also of detoxifying with coffee enemas, that have a biliar toxin stimulation and elimination. All of this can be complemented with doses of lugol, thyroid extract and vitamin therapy. Following the gerson method learnings, this therapy can repair wounded tissues by elimination of humoral and cellullar toxins.



## Resumen

La Terapia Gerson es uno de los tratamientos alternativos del cáncer más antiguos y mejor conocidos. Se basa en una dieta restrictiva en sodio, con altos aportes de potasio, y frutas, verduras y cereales integrales de cultivo biológico, con la intención de aportar todos los micronutrientes, conocidos y desconocidos, necesarios para la respiración celular y producción de energía. El segundo pilar del tratamiento lo constituye la desintoxicación mediante enemas de café, que estimulan la eliminación biliar de toxinas. La restricción temporal de proteínas también contribuye. La administración de altas dosis de lugol y extracto de tiroides probablemente inducen la multiplicación mitocondrial, así como la oxidación de azúcares y la producción de ATP, con lo que la producción celular de energía aumenta considerablemente. A través de estas actuaciones, la Terapia Gerson consigue reparar los tejidos dañados y eliminar las toxinas y células tumorales.

## Introducción

"Hemos contaminado el aire, el agua y la tierra con humo de cigarrillos, desechos de las fábricas, vehículos automotores, productos petroquímicos e industriales..." De seguir en aumento la contaminación ambiental, hará muy precaria o imposible la vida del hombre sobre la Tierra.

Estamos bombardeados constantemente con ondas electromagnéticas generadas por la electricidad y todos los aparatos de tecnología reciente: electrodomésticos, televisores, ordenadores, baterías de teléfonos móviles, baterías de reloj, etc.

El hombre sobrevive gracias a su capacidad de desintoxicación, sus mecanismos compensadores y la ley de regeneración que se cumple en todo ser biológico. Debemos tomar conciencia para brindar a la humanidad las condiciones adecuadas para mantenerse sana. Podemos hacerlo. Estamos diseñados para vencer todos los obstáculos que se nos presenten ya que éstos nunca serán superiores a nuestras capacidades."

*Dra. Edita Hernández Peralta.* Natura Medicatrix 56, enero 2000.

Ya Paracelso hizo hincapié en sus trabajos en la relación del hombre con la Naturaleza; el hombre es un microcosmos en el macrocosmos, y entre ambos existe una interacción constante. La dieta es una de estas relaciones directas entre el hombre y la naturaleza, de nosotros depende que la utilicemos para curar o para enfermar.

Basada en estos conceptos, la terapia que el Dr. Gerson desarrolló para el tratamiento del cáncer y otras enfermedades degenerativas consigue restaurar un equilibrio amenazado constantemente por la civilización moderna.

Tanto la idea de depuración como la de estimular la Vis Natura Medicatrix en que se basa dicha terapia se enmarcan por completo dentro del criterio naturista.

## Un poco de historia

Max Gerson nació en 1881 en Wongrowitz, Alemania. Durante su vida de estudiante padeció severas migrañas que a veces le obligaban a guardar cama durante días. Ante el diagnóstico de "incurables", él mismo comenzó a experimentar y descubrió que evitando ciertos alimentos y siguiendo una dieta fundamentalmente vegetariana, con un bajo contenido en sal y mucha verdura y fruta fresca, conseguía controlarlas.

Al terminar sus estudios se convirtió en director de un departamento especial de tuberculosis en el Hospital Universitario de Munich donde, al tratar a uno de sus pacientes con la "dieta de la migraña", descubrió con sorpresa que también desapareció la tuberculosis cutánea.

Este hallazgo casual le llevó a realizar más investigaciones tendentes a perfeccionar la dieta, con la que trató con éxito a partir de entonces a muchos de sus pacientes tuberculosos.

Sus resultados llamaron la atención de un famoso cirujano torácico, el Dr. Sauerbruch, con cuya ayuda y supervisión Gerson estableció un programa de tratamiento de la tuberculosis en el Hospital Universitario de Munich.

En un ensayo clínico cuidadosamente monitorizado, 446 de 450 pacientes con tuberculosis cutánea experimentaron una remisión completa. Sauercruch y Gerson publicaron simultáneamente diversos artículos en una docena de las más prestigiosas revistas médicas a nivel mundial.

La terapia Gerson fue el primer tratamiento en curar la tuberculosis cutánea.

Fue en esta época cuando conoció a Albert Schweitzer, cuya esposa padeció tuberculosis durante siete años hasta que fue tratada por Gerson.

Años más tarde, con setenta y cinco años, el propio Schweitzer fue a visitarlo, padeciendo una diabetes que ponía en peligro su vida. Tras recibir tratamiento dietético, volvió a su hospital africano, ganó el premio Nobel de la Paz y trabajó hasta pasados los noventa años.

El Dr. Schweitzer escribió: "Veo en el Dr. Gerson a uno de los más eminentes genios de la historia de la medicina. Muchas de sus ideas básicas han sido adaptadas sin que su nombre haya sido relacionado con ellas. Sin embargo, él ha conseguido más de lo que parecía posible bajo condiciones adversas. Deja un legado que exige atención y que le asegurará el lugar que le corresponde. Aquéllos a quienes curó atestiguarán la verdad de sus ideas".

En 1928, cuando trabajaba en el Servicio de Medicina Interna en Bielefeld, todavía en Alemania, Max Gerson recibió un día un aviso para ir a visitar a una paciente. Esta no quiso contarle por teléfono lo que le pasaba, así que tuvo que ir a verla a su casa, en las afueras de la ciudad. Una vez allí le contó que había sido operada en un gran hospital cercano donde le habían encontrado un cáncer del tracto biliar. La paciente tenía fiebre alta e ictericia. Ante semejante panorama, el Dr. Gerson se disculpó diciéndole "Lo siento, no puedo hacer nada por usted, yo no sé curar el cáncer. No he visto ningún resultado, especialmente en casos tan avanzados como el suyo en que no es posible operar."

"No, doctor", contestó ella, "le he llamado porque he visto sus resultados en el tratamiento de varios casos de tuberculosis y artritis. Aquí tiene un papel, por favor prescríbame un tratamiento. En esa estantería hay un libro, sería tan amable de leerme el capítulo "la curación del cancer."

Era un libro de medicina tradicional de unas 1.200 páginas, recopilado por tres maestros y un médico, ninguno de los cuales practicaba la medicina. El Dr. Gerson le leyó el capítulo a la paciente. En él se hablaba de Hipócrates, que les daba a los pacientes una sopa especial para desintoxicar, además de enemas y alguna otra cosa. Dicha sopa sigue utilizándose hoy en día en la terapia Gerson.

Tras leer el capítulo entero, Gerson se disculpó con la paciente: "Mire, debido a mi tratamiento de la tuberculosis cuento con la oposición de todos los médicos. Por tanto, no deseo tratarla", pero ella siguió insistiendo, "le firmaré un documento diciendo que usted no es responsable del resultado del tratamiento y que yo he insistido en que me trate". De esta manera Gerson se decidió a probar.

Le prescribió el mismo tratamiento que a sus pacientes con tuberculosis, que había desarrollado en el Hospital Universitario de Munich con el profesor Sauerbruch. Gerson pensó que tal vez fuese efectivo también en el tratamiento del cáncer.

Al menos para Hipócrates, tanto la tuberculosis como el cáncer son enfermedades degenerativas en las que el organismo debe ser desintoxicado.

Probaron, y la paciente se curó. En seis meses estaba en perfectas condiciones.

Esa misma paciente le envió dos casos más, dos familiares con cáncer gástrico, que también se curaron. A ambos los trató en contra de su voluntad, porque sabía que le traerían más problemas con sus colegas médicos.

Aún así, no pudo dejar de asombrarse con semejantes resultados, aunque no fuera capaz de explicar por qué los pacientes se habían curado. Y, según sus propias palabras, una vez dentro de su cabeza, sus manos y su corazón, no pudo separarse del problema.

Algún tiempo después, debido a los problemas políticos en Alemania durante la época de Hitler, se trasladó a Viena. Allí intentó tratar otros seis casos en los que no obtuvo ningún resultado. El sanatorio donde trató a los pacientes no estaba muy bien equipado para administrar tratamiento dietético. Trataban otro tipo de enfermedades con otros métodos y no prestaban mucha atención a la dieta, a lo que Gerson atribuyó los fracasos terapéuticos.

Más tarde se trasladó a París, donde probó su tratamiento con siete pacientes más y obtuvo tres resultados positivos. Todavía no podía explicar por qué ni cómo funcionaba el tratamiento, pero no podía quitarse de la cabeza los tres primeros casos que respondieron.

## La idea global de desintoxicación

Cuando en 1933 se trasladó a Estados Unidos, Gerson no tenía clínica y los pacientes no querían seguir la dieta en casa. Estaban acostumbrados a ahorrar tiempo en la cocina y no al duro trabajo de hacer la gran cantidad de zumos necesarios para el tratamiento.

Este consistía fundamentalmente en una dieta vegetariana sin sal.

El cuerpo humano tiene una magnífica reserva, pero la mejor defensa la constituyen un metabolismo en perfectas condiciones y una buena reabsorción intestinal.

La mayoría de la comida debía ser cruda, finamente rayada.

Debían beber zumo de naranja, frambuesa, manzana y zanahoria. Los zumos se debían hacer con una máquina especial que por separado triturase y luego prensara, porque con las batidoras centrífugas o las licuadoras no se podía obtener un zumo que curase a los pacientes.

Los aparatos eléctricos alteran la polaridad de las enzimas oxidativas, que pierden así sus propiedades.

Los pacientes debían beber una gran cantidad de zumo, cocinar las verduras al vapor y tomar la sopa de Hipócrates, además de administrarse enemas.

Con el tiempo consiguió abrir una clínica a la que cada vez acudían más pacientes y pudo dedicarse a investigar y desarrollar su tratamiento.

La teoría fundamental de Gerson se basa en el cuerpo como un conjunto, como un todo. No basta con tratar los síntomas, hay que tratar el terreno, la base; si éste recupera el equilibrio, los síntomas desaparecerán. Esta teoría es válida tanto para el cáncer como para la tuberculosis y otras enfermedades degenerativas.

Para Gerson el cáncer es una enfermedad general del organismo, crónica y degenerativa. Hasta cierto punto, puede deberse a factores hereditarios predisponentes, incluyendo entre éstos algún grado de insuficiencia hepática, pero con mayor frecuencia se debe a factores externos asociados al estilo de vida.

Su teoría deriva de la observación de la enfermedad de cada paciente y el seguimiento exhaustivo de los factores que más parecen influir en la evolución de la misma.

Lo esencial no es el crecimiento del tumor, ni siquiera los síntomas visibles, sino la alteración del metabolismo general, incluyendo la pérdida de defensas, inmunidad y poder de curación.

No puede reconocerse ni explicarse mediante un factor aislado. Es el resultado de una acumulación de factores que se combinan para deteriorar el organismo en conjunto, una vez que las funciones hepáticas (en concreto las enzimas oxidativas) se han deteriorado.

El cuerpo humano tiene una magnífica reserva y un poder enorme de adaptación, pero la mejor defensa la constituyen un metabolismo en perfectas condiciones y una buena reabsorción intestinal, en combinación con un hígado sano. De aquí puede concluirse que no es necesario prestar mucha atención a la nutrición. Eso es así sólo en condiciones normales y si la persona no sufre ninguna agresión tanto externa como interna en forma de predisposición genética, enfermedad, traumatismo, factores asociados a la civilización, acumulación de toxinas (nicotina...) etc.

Nuestra civilización ha acabado parcialmente con esta capacidad natural. En diversos experimentos se ha demostrado que sólo una minoría posee intacta la capacidad de reabsorción y una capacidad de adaptación y de reserva suficientes para períodos de salud y de enfermedad.

Las personas sanas no deben preocuparse tanto de si comen suficientes o demasiados hidratos de carbono o proteínas, y deberían ignorar su valor calórico.

Sin embargo, si se dejan de tomar los imprescindibles minerales, vitaminas y enzimas en su forma más natural y en cantidad suficiente durante un tiempo relativamente largo, inevitablemente se sufrirán las consecuencias.

La presencia de minerales es imprescindible en los tejidos, ya que son los responsables del potencial eléctrico celular, que permite a las hormonas, vitaminas y enzimas funcionar correctamente. De este modo el organismo tiene un adecuado poder de recuperación, de trabajo y de reserva metabólica y de vida.

Por tanto, hay que distinguir, en líneas generales, dos factores en el desarrollo del cancer: uno general y otro local.

El factor general es en esencia lento, progresivo, apenas imperceptible, causado por intoxicación hepática y simultáneamente la disfunción de todo el tracto intestinal, con la aparición posterior de consecuencias de vital importancia en todo el organismo.

Este estadio premaligno es muy difícil de identificar, ya que es común a muchas otras enfermedades degenerativas y los síntomas pueden no manifestarse durante años.

El hígado es el órgano impar más grande del cuerpo y ninguno le supera en la multiplicidad e importancia de sus funciones, de forma que el estado del hígado y su eficacia funcional son importantísimos tanto en la salud como en la enfermedad.

La capacidad funcional del hígado sobrepasa considerablemente las necesidades del organismo, por lo que, antes de que su reserva funcional se acabe, es muy difícil detectar cualquier disfunción leve. Este hecho se ve dificultado aún más debido a la interrelación de las funciones hepáticas con otros órganos.

Gerson llama a este intervalo entre el estado de salud y el desarrollo de un cáncer, estado presintomático, precanceroso.

Si una persona está nerviosa, se siente débil, tiene menos energía e incluso pierde peso durante este período, no es posible hacer un diagnóstico específico. Es necesario esperar a que el tumor crezca y se manifieste en forma de masa o de síntomas diversos.

El tratamiento estándar del cáncer consiste entonces en el tratamiento local de dichos síntomas allí donde se manifiesten.

Toda la investigación se dirige al tratamiento local y específico de los síntomas.

Para Gerson esa es la razón del lento avance en la investi-

Al menos para Hipócrates, tanto la tuberculosis como el cáncer son enfermedades degenerativas en las que el organismo debe ser desintoxicado.

gación del tratamiento del cáncer.

El factor local lo constituyen células anormales, inmaduras, dañadas, que regresan o son forzadas a regresar a una forma de estado embrionario debido a que ya no tienen suficiente aporte de minerales ionizados (activos) del grupo del potasio, ni de enzimas oxidativas, regulación hormonal adecuada, vitaminas, ni el impulso de un sistema nervioso vegetativo que funcione adecuadamente.

A ésto se suman los tejidos subcutáneo, linfoide y reticuloendotelial, cuyas funciones también están disminuidas.

El factor general es muy importante y necesita ser tratado. El daño de que hablamos es producido por la "intoxicación" diaria y permanente que conlleva la civilización moderna y que empieza desde el suelo.

La tierra es constantemente desnaturalizada por los abonos artificiales y la erosión. A esto se suman los insecticidas, plaguicidas, herbicidas. Como consecuencia, nuestra dieta se ve afectada por la reducción de minerales del grupo del potasio en las frutas y verduras que crecen en semejante suelo.

Más aún, los alimentos se refinan, embotellan, decoloran o colorean, congelan, ahuman, salan, enlatan, radian, etc. Las zanahorias se venden en bolsas de plástico tras ser tratadas para conservarse mejor. A multitud de otros alimentos se añaden colorantes artificiales y conservantes. A las terneras y los pollos se les inyectan hormonas para que ganen peso y estén antes listos para la venta, se les alimenta con piensos cuya composición deja bastante que desear.

Al abarcar el problema del cáncer desde un punto de vista práctico, el punto de vista clínico, pero basado en el concepto de la globalidad, aprenderemos dos cosas: en primer lugar, debemos vivir cerca de la naturaleza y siguiendo las leyes de un desarrollo sostenible; en segundo lugar, la ciencia sola no puede ayudarnos a resolver la causa profunda y subyacente del cáncer.

La ciencia, la investigación, el trabajo de laboratorio, son imprescindibles y necesarios, pero sus conclusiones no se deben sobrestimar.

En concreto, la dirección de la actuación terapéutica debe basarse siempre en la idea del organismo como un todo, cuya silenciosa perfección debe intentar mantenerse o restablecerse en su conjunto.

Para tratar el "conjunto", Gerson se dirigió hacia la desintoxicación del organismo completo, de cada uno de los tejidos, concentrándose para ello en el aparato digestivo y sobre todo en el hígado.

Dicha desintoxicación debe llevarse a cabo durante un largo período de tiempo, hasta que el tumor se reabsorba completamente y los órganos más importantes restablezcan sus funciones de forma que puedan llevar a cabo la limpieza de los tejidos por si mismos.

Si se interrumpe antes de lo necesario, el organismo se convierte en víctima de una intoxicación constante y creciente de graves consecuencias ("encefalopatía hepática").

Simultáneamente, las diversas funciones del tracto intestinal deben restablecerse por completo, lo que traerá como consecuencia la reparación de las funciones secretoras más importantes, así como la circulación y motilidad reguladas por el sistema nervioso vegetativo.

De la misma forma se activan, entre otras funciones, la inmunitaria y el poder curativo del propio organismo.

La inmunidad no se refiere aquí a la protección frente a una bacteria específica, sino a la capacidad del cuerpo de impedir, igual que en una infección, el crecimiento de cualquier célula anormal en el contexto de un metabolismo normalmente funcionante.

Para tratar el conjunto, Gerson se dirigió hacia la desintoxicación del organismo completo, concentrándose sobre todo en el hígado.

## Los enemas de café

Uno de los pilares de la desintoxicación lo constituyen los enemas de café, que utilizó por primera vez el profesor Meyer en Goettingen. Este observó que al administrar una solución de cafeína por vía rectal en animales, los conductos biliares se dilataban y, en consecuencia, el flujo biliar aumentaba.

Cuando Gerson empezó a utilizarlos con sus pacientes observó una considerable mejoría clínica. A pesar de eliminar toda la medicación analgésica y sedante para llevar a cabo la desintoxicación, el dolor desaparecía. En algunos casos hubo que aumentar la frecuencia de los enemas a cada dos en lugar de cada cuatro horas, pero en pocos días el dolor prácticamente desaparecía.

Cuando el tumor comienza a reabsorberse se produce una toxemia general que necesita de estos enemas para poder eliminarse. Sobre todo al principio del tratamiento, los pacientes se ponen el despertador por la noche para mantener la frecuencia de cuatro horas. Si por alguna razón se omite el enema nocturno, el paciente por la mañana está semiinconsciente y son necesarios varios enemas hasta que vuelve a recuperarse.

La teofilina y la teobromina, componentes mayoritarios del café, dilatan los vasos sanguíneos y disminuyen la inflamación intestinal.

Los palmitatos estimulan la glutation S-transferasa responsable de eliminar gran cantidad de radicales libres del suero.

Además, el líquido del enema estimula el sistema nervioso vegetativo promoviendo la peristalsis y el tránsito de la bilis tóxica diluída desde el duodeno hasta el recto.

Como el enema se retiene durante 15 minutos, y debido a que todo el volumen sanguíneo pasa a través del hígado

aproximadamente cada tres minutos, estos enemas constituyen una forma de diálisis sanguínea a través de la pared intestinal.

Es obvio, en vista de lo anterior, que la administración oral de café no puede tener los mismos efectos.

Como medicación, el enema de café es único en su clase. Mientras otros agentes calificados de coleréticos incrementan el flujo biliar, no tienen prácticamente ningún efecto a la hora de estimular la función de los sistemas enzimáticos, ni aseguran el paso de bilis del intestino hacia el recto (la bilis normalmente se reabsorbe de 9 a 10 veces antes de eliminarse con las heces).

La capacidad de estimulante enzimático que tienen el café es única entre los coleréticos. Dado que impide la reabsorción de bilis tóxica a través de la pared intestinal de nuevo hacia el hígado, tiene una gran eficacia desintoxicante.

La práctica clínica ha demostrado que los enemas de café se toleran bien, en el contexto de la terapia, incluso cuando se administran con una frecuencia tan alta como cada cuatro horas o más.

La contribución de los enemas de café a la disminución de la toxemia es fundamental para aumentar la producción intracelular de energía, mantener la integridad tisular, mejorar la circulación sanguínea, la inmunidad y la reparación de los tejidos.

## El equilibrio sodio-potasio

Otro de los pilares fundamentales de la Terapia Gerson es el restablecimiento del equilibrio entre el agua y las sales celulares a través del suplemento de potasio y la prohibición estricta de la ingesta de sodio suplementario.

Durante las primeras semanas la dieta debe estar completamente libre de sal, con lo que, a pesar de todo, se eliminan de 3 a 8 g. diarios de sodio. El potasio se administra en grandes cantidades como una combinación de gluconato, fosfato y acetato potásicos.

Diversas investigaciones realizadas tras la muerte de Gerson han proporcionado una posible razón teórica. Los trabajos de Cope et al. han sido quizá los más demostrativos a este respecto: controlando los tipos de sales y el contenido de agua a nivel celular se puede mejorar la función, regular la producción de energía y restaurar la integridad celular.

Cope describió también que, cualquiera que sea el tipo de daño que sufre una célula, ésta responde inicialmente perdiendo potasio, aumentando el sodio intracelular y en consecuencia el agua, produciendo edema intracelular y una defectuosa producción de energía.

Es lo que él describió como síndrome de daño tisular.

La dieta de Gerson persigue el equilibrio electrolítico a este nivel.

A medida que el sodio disminuye y el potasio aumenta, el contenido acuoso de las células disminuye, su función se optimiza y la célula puede empezar a repararse.

El cáncer avanzado implica un daño celular que puede producir este síndrome.

Diversos investigadores del NCI (Instituto Nacional del Cancer de los EE.UU.) han descrito que los cambios de peso en estos pacientes pueden ser mínimos, aunque se den pérdidas importantes de grasa corporal, debido al acúmulo de agua corporal incluso sin edema detectable.

Diversos estudios con Resonancia magnética nuclear (RNM) sugieren que rodeando al tumor existe con frecuencia un área de tejido dañado en el cual la estructura normal ha sido alterada debido al insulto mantenido de las toxinas generadas por la neoplasia a las células sanas.

La producción de energía y la respuesta inmune están deprimidas en estas células con exceso de agua y sales.

La circulación sanguínea en el tejido dañado está también disminuída, ya que las células aumentadas de tamaño obstaculizan los vasos y obstruyen las arteriolas, capilares y conductos linfáticos.

Gerson opinaba que mejorar la circulación y la integridad tisular podía prevenir la diseminación tumoral, e incluso destruir el tumor. El mantuvo como un axioma que un cáncer no se puede desarrollar en el seno de un organismo con un metabolismo normal.

Uno de sus ejemplos era la bien conocida resistencia de modelos sanos de laboratorio a los transplantes de tumores.

Dichos tumores son destruídos rápidamente en muchos casos mediante una reacción inflamatoria si el huésped está sano.

Para que un tumor prenda fácilmente hay que alterar el metabolismo dañando las suprarrenales o el tiroides.

Los esfuerzos de Gerson se dirigieron a restaurar el metabolismo normal en los tejidos que rodean el tumor.

En este mismo sentido, Gerson había descubierto en 1930, con sus pacientes de tuberculosis, que la restricción proteica tiene un efecto estimulante sobre el sistema inmune, al aumentar la actividad de los linfocitos T.

Al restringir la ingesta proteica en los pacientes con cáncer por un período de seis a ocho semanas, conseguía que aumentara también la eliminación de sodio de las células dañadas.

También ésto ha sido confirmado en investigaciones recientes.

## Otros suplementos

El tratamiento se completa con suplementos de yodo,

Uno de los pilares de la desintoxicación lo constituyen los enemas de café

extracto de tiroides, enzimas digestivas, niacina, vitamina C e inyecciones de extracto de hígado (o cápsulas de hígado desecado).

El yodo se administra en forma de lugol y extracto de tiroides con la intención de potenciar en el organismo las funciones oxidativas.

Con el tiempo el equipo Gerson ha ido añadiendo otros complementos tales como los tratamientos de ozono, la inyección intravenosa de GKI (soluciones de glucosa, potasio e insulina), la terapia de células vivas, el aceite de ricino, los emplastos de arcilla y el laetril (elaborado a partir de las semillas de albaricoque).

El jugo fresco de hígado de ternera, que en un principio constituía una parte fundamental del tratamiento, tuvo que ser sustituido en 1989 por pastillas de hígado desecado debido a la dificultad de obtener hígado crudo sin contaminación bacteriana.

Otra de las incorporaciones a la Terapia Gerson la constituye la revisión de la salud dental del paciente, básicamente amalgamas de mercurio, endodoncias y abscesos dentales. Durante el tratamiento está también prohibido utilizar dentífricos con flúor o bicarbonato sódico.

La dieta Gerson persigue el equilibrio electrolítico a nivel celular y la mejora de la circulación tisular



## La dieta

Dado que la ciencia no se ha desarrollado todavía hasta el punto de conocer todas las enzimas, vitaminas, etc., así como la totalidad de las funciones de hormonas y minerales, es más seguro tomar los alimentos de la forma más natural cultivados, siempre que sea posible, de forma biológica.

De esta forma obtenemos todas las vitaminas y enzimas, tanto las descubiertas como las que no lo han sido aún, sin alterar mediante procesos de envasado, desnaturalizado, etc. Siempre combinadas en la proporción adecuada y reguladas mediante el instinto, el hambre, el sabor, el olor, la vista y otros factores.

Tres cuartas partes de la dieta deben incluir lo siguiente:

- Todo tipo de frutas, la mayoría frescas y una pequeña proporción preparadas de diversas formas.
- Zumos de frutas recién preparados.
- Ensaladas de frutas.
- Sopas frías de frutas.
- Puré de plátano, manzana asada, salsa de manzana, etc.
- Todas las verduras preparadas en el momento, preferentemente cocinadas al vapor o en su propio jugo.
- Verduras crudas o finamente ralladas, tales como zanahorias, coliflor, apio, etc.
- Ensaladas de verduras.
- Sopas de verduras.
- Algunas frutas o verduras secas están permitidas, pero nunca congeladas.
- Las patatas son mejores asadas. Se pueden mezclar con leche o sopas. Se debe evitar freir y siempre cocerlas con la piel.
- Ensaladas de hoja verde o mezcladas con tomate, frutas u otras verduras.
- El pan debe ser integral, tan poco refinado como sea posible.
- La avena se puede tomar tanto como se quiera.
- El azúcar integral, la miel y las jaleas de cereales son opcionales.
- Leche y derivados no muy salados y desnatados.
- Los helados y la nata se deben reducir al mínimo y restringir a ocasiones especiales.

La cuarta parte restante, a elección personal de cada uno, puede consistir de lo siguiente:

- Carne.
- Pescado.
- Huevos.
- Frutos secos.
- Dulces.
- Otro capricho.

Se debe evitar la nicotina.

Los licores, vinos y cerveza se deben reducir al mínimo en favor de los zumos frescos de fruta.

El café y el té se deben reducir al mínimo.

Se pueden tomar infusiones como menta, manzanilla, etc.

La sal, el bicarbonato sódico, el pescado ahumado y las salchichas se deben evitar en lo posible, así como los condimentos fuertes como pimienta y jengibre, pero se pueden utilizar hierbas aromáticas, así como cebolla, apio e incluso rábanos.

Tanto las verduras como las frutas se deben cocinar en su propio jugo para evitar la pérdida de minerales que se disuelven fácilmente en el agua durante la cocción. Parece que no se absorben igual fuera de su estado coloidal.

Se pueden consumir todo tipo de verduras. Especialmente recomendadas por su contenido mineral son las zanahorias, guisantes, tomates, cardo, espinacas, judias verdes, coles de Bruselas, alcachofas, remolacha cocinada con manzana, coliflor con tomates, lombarda con manzanas, uvas pasas, etc.

La mejor manera de cocinar las verduras es a fuego lento durante hora y media a dos horas, sin agua. Para prevenir que se quemen, colocar un difusor bajo la cazuela. Se puede añadir un poco de sopa de Hipócrates o bien tomates en rodajas.

El agua de hervir espinacas es demasiado amarga y no suele gustar, por lo que puede eliminarse. Las cebollas, puerros y tomates tienen suficiente líquido para conservarse hidratados durante la cocción. La remolacha se debe cocer como las patatas, con la piel.

Lavar y raspar a conciencia las verduras, pero no pelarlas.

Las cacerolas se deben tapar perfectamente para impedir que se escape el vapor, para lo cual deben tener tapas pesadas y que encajen bien.

Las verduras ya cocinadas pueden guardarse una noche en la nevera. Para calentarlas, hacerlo a fuego lento con un poco de sopa o jugo de tomate fresco.

Durante la estancia hospitalaria, y en las primeras etapas de desintoxicación, la

dieta es mucho más estricta y las proteínas están restringidas, tanto las animales como las vegetales (soja sobre todo).

## Esquema básico de tratamiento

Se recomienda comenzar el tratamiento en un centro reconocido por el Instituto Gerson para administrar la terapia, sobre todo si se ha recibido quimioterapia previa o se padece diabetes, alteración importante de la función renal, metástasis cerebrales o se lleva cualquier tipo de prótesis. El propio Instituto informa sobre los médicos y centros autorizados más cercanos a cada paciente.

Pasadas unas semanas el paciente puede irse a casa y continuar allí un tratamiento algo menos exhaustivo, para lo cual es debidamente adiestrado y se le entrega un completísimo cuaderno en que se detallan, entre otras cosas, el tratamiento a seguir, las posibles reacciones adversas, los utensilios que necesitará (una trituradora y una prensa separadas, que no calienten y desnaturalicen los enzimas al licuar la fruta), las adaptaciones que tendrá que hacer en casa para administrarse los enemas, dónde conseguir alimentos de cultivo biológico, cuáles y en qué consisten las certificaciones de dichos productos, lista de la compra para una semana, descripción de los tratamientos, análisis de sangre y significado de la alteración de cada parámetro, consideraciones psicológicas, los errores más comunes, teléfonos y direcciones de contacto por si le surgen dudas, grupos de apoyo... incluso la posibilidad de comprar la trituradora y la prensa de segunda mano o alquilarlas.

El esquema básico de tratamiento una vez en casa, que naturalmente variará en función del paciente, es el siguiente:

### Esquema básico de tratamiento

*Mañana*

7:00 Levantar y ducharse
7:15 Enema de café (tomar algo de fruta antes del enema)
7:45 1) Preparación del desayuno de avena y el concentrado de café para los enemas
2) Zumo de cítricos (con lugol y potasio)
3) Los medicamentos del día
8:00 Desayuno (zumo de naranja)
Medicamentos
8:30 1) Lavar las verduras y frutas que se utilizarán durante el día
2) Filtrar el café
3) Preparación de la sopa de Hipócrates
9:00 Zumo de verduras (potasio)
9:30 Zumo de zanahoria y manzana (lugol y potasio)
10:00 Zumo de zanahoria y manzana (lugol y potasio)(5)(6)
11:00 Zumo de zanahoria (2 cápsulas de extracto seco de hígado)
Preparación de las patatas y verduras de la comida
11:15 Enema de café

*Tarde*

12:00 1) Zumo de verduras (potasio)
2) Preparación de la comida
Ensalada
Poner a cocinar las verduras y vigilar que no se quemen
13:00 Sopa de Hipócrates
Comida
Zumo de zanahoria y manzana (lugol y potasio)
14:00 Zumo de verduras (potasio)
15:00 Zumo de zanahoria (2 cápsulas de extracto seco de hígado)
16:00 Enema de café
Zumo de zanahoria (2 cápsulas de extracto seco de hígado)
17:00 Zumo de zanahoria y manzana (2 cápsulas de extracto seco de hígado)
18:00 Zumo de verduras (potasio)
Preparar la cena, ensalada, patatas, verduras, zumos, etc.
19:00 Cena
Zumo de zanahoria y manzana
Medicamentos
20:00 Enema de café
Preparar un plato de fruta para picar durante la noche
22:00 Enema de café (tomar algo de fruta antes del enema)

*Noche*

03:00 Enema de café en caso de prescripción médica

Medicamentos, según prescripción médica:

(1) Aceite de linaza
(2) Acidol Pepsina, antes de la comida
(3) Solución compuesta de potasio, 4 cucharadas en el zumo
(4) Lugol, 3 gotas en el zumo
(5) Extracto de tiroides
(6) Niacina
(7) Pancreatina, después de la comida
(8) Jalea real
(9 Inyección de 100 mg de $B_{12}$ con 3cc. de extracto de hígado crudo
(10) Tratamiento de aceite de ricino (via oral seguido de café y enema)

El tratamiento hospitalario sigue un esquema similar pero más intensivo, con enemas de café al menos cada cuatro horas (más frecuentes, por ejemplo, en caso de necesitar analgesia, crisis de desintoxicación, etc) y medicación generalmente más frecuente o a dosis mayor.

Asímismo, se utilizan las terapias complementarias mencionadas con anterioridad.

## Las reacciones o crisis de desintoxicación

Una reacción de desintoxicación es una respuesta del organismo en general, y del sistema inmune en particular, que causa un aumento de la desintoxicación y el proceso de curación.

Las causas pueden ser múltiples: el intento del cuerpo de deshacerse de las células y tejidos muertos o enfermos, eliminar toxinas de todo tipo y reconstruir células y tejidos sanos.

Las reacciones pueden ser de muchos tipos:

*Síndrome pseudogripal*

Malestar generalizado, dolor muscular y articular o "dolorimiento general". Es un síndrome común que se da en muchos pacientes. Dura 24-48h y suele ser autolimitado, aunque en ocasiones necesita tratamiento con compresas de arcilla o aceite de ricino, "pain triad" (50mg de niacina, 500 mg de Vit C, 1 aspirina), hidroterapia, o reposo en cama.

*Nauseas*

Puede ser una reacción intensa, que dure varios dias. Normalmente autolimitada.

Tratamiento: sintomático.

Aumento de las infusiones de menta y la avena. Puede ser necesario disminuir la ingesta de sólidos o sustituirlos por manzana asada, compota de manzana, zanahorias asadas, plátano machacado, sandía, etc.

*Vómitos*

No son frecuentes. Si aparecen, normalmente duran

menos de 24h. No obstante, algunos caso pueden ser intensos o durar más, requiriendo tratamiento sobre todo si se asocian a pérdida de otros fluídos (diarrea), o en pacientes con masa corporal reducida (niños, caquexia, etc).

Tratamiento: Aumento de las infusiones de menta y sustituir la avena por comidas normales en caso necesario. Disminuir la ingesta de sólidos o cambiar por manzana rallada, salsa de manzana, zanahoria rallada, plátano machacado, sandía, etc.

Los zumos que no se den por via oral se pueden administrar en forma de enema de retención.

Si dura más de 24h, o si es severa, puede incluso requerir tratamiento con antieméticos (orales o intravenosos) o con líquidos i.v. con monitorización de electrolitos y equilibrio ácido-básico.

Si los vómitos son biliares, reducir los enemas de café a 1 o 2 al día y administrar enemas de manzanilla entre los de café.

*Diarrea*

Normalmente autolimitada, cuando se presenta. De 24 a 48h. Si persiste transcurrido ese tiempo, puede requerir tratamiento, sobre todo si se asocia a la pérdida de otros líquidos corporales tales como vómitos, o en pacientes con masa corporal reducida (niños, caquexia, etc).

Tratamiento: sintomático. Como medida inicial, combinar 1/8 cucharada de gluconato potásico y 1/4 cucharada de arcilla en una infusión de menta, a tomar cada 2-4h. En caso de ser particularmente severa o durar más de 48h, utilizar antiespasmódicos.

*Dolor*

Puede aparecer como pródromos de una reacción, comenzando 48-72h antes que ésta. Normalmente autolimitado, suele durar unas 72h post-reacción.

Tratamiento: sintomático. Aumento de la frecuencia de los enemas, compresas de arcilla o aceite de ricino y "pain triad" como tratamiento de elección.

El Laetril puede ser una buena alternativa sobre todo en caso de existen metástasis óseas. La hidroterapia suele ir bien para dolores de cualquier tipo. También dan buenos resultados la Acupuntura y la Terapia Neural.

*Fiebre y escalofríos*

Pueden durar 24-48h, normalmente autolimitados.

Tratamiento: para los escalofríos utilizar de entrada medidas físicas como calentar al paciente con mantas, pijama, infusiones, incluso un baño caliente si le apetece. Reposo en cama.

Para la fiebre, también medidas físicas.

Como primera medida: destapar al paciente, quitar la ropa que abrigue demasiado, pero siempre manteniendo una temperatura ambiente normal. Masaje con vinagre o alcohol, agua fresca, paños húmedos en la frente o nuca.

Reposo en cama.

Si la temperatura continúa subiendo, administrar enema fresco de manzanilla, café o agua, o bien un baño completo en agua fresca. Si sigue subiendo, utilizar el "pain triad" haciendo énfasis en la aspirina. Procurar evitar la utilización de un antipirético más potente excepto en caso absolutamente necesario.

*●lores desagradables*

Aquí se incluyen mal aliento, olor corporal, enemas. Al menos uno de estos síntomas suele aparecer durante las reacciones anteriormente descritas.

Son autolimitados, duran lo que dura la reacción y 48h más. No necesitan especial cuidado, excepto por el bienestar del paciente y las visitas.

Tratamiento:

Aliento: lavado de los dientes varias veces al día. Ingesta de ajo. Bebida de zumos/infusiones extra.

Olor corporal: baño y cambiarse de ropa con frecuencia. Masaje con alcohol o vinagre. Bebida de zumos/infusiones extra.

Olor del enema: aumentar el número de enemas, incluyendo el de aceite de ricino. Puede ser necesario repintar la habitación.

*Depresión*

Es un síntoma común a muchos pacientes, especialmente durante las primeras reacciones. Es debido en parte a las toxinas que se liberan a la sangre y atraviesan la barrera hemato-encefálica.

Puede ser un signo prodrómico de una reacción, como máximo unas 72h antes que ésta. Empeora con la reacción y puede durar unas 72h tras la resolución de ésta. Normalmente autolimitada. El paciente necesita tanto TLC (*tender loving care*: cuidado amoroso y tierno) como sea posible.

Tratamiento: sintomático. Apoyo, TLC, ánimo, compañía y soporte familiar son especialmente críticos en esta situación.

*Ictericia*

Dura aproximadamente 48h, post-reacción.

Tratamiento: no necesita tratamiento específico. Aumento de zumos y enemas.

Las reacciones o crisis depurativas pueden consistir en una o varias de las descritas simultáneamente.

Tres cuartas partes de la dieta deben incluir las frutas, los zumos, las ensaladas, las sopas frías, los purés de frutas y la sopa de Hipócrates.

## Pacientes con quimioterapia previa

Los pacientes que han recibido quimioterapia previa a la terapia Gerson deben seguirse con especial cuidado, ya que la desintoxicación a que son sometidos libera al torrente circulatorio gran cantidad de residuos tóxicos almacenados durante el tratamiento citotóxico.

Como medida fundamental, se omiten los enemas de aceite de ricino. La dieta es la misma que en los demás pacientes y el resto del protocolo debe adaptarse en función de la respuesta del paciente.

## El Instituto Gerson

Max Gerson murió en 1959, luchando todavía porque sus ideas fuesen aceptadas. En el momento de su muerte había conseguido documentar y explicar su terapia, pero no había nadie que continuase su trabajo. Mucho más tarde, en 1977,

su hija menor, Charlote Gerson, cofundó con Norman Fritz el Instituto Gerson, una organización sin ánimo de lucro que proporciona información y servicios de referencia a los pacientes, formación a los médicos y otro personal sanitario.

El Instituto Gerson se encuentra en Bonita, California, y la terapia Gerson se administra en el Centro Hospitalario Internacional del Pacífico (CHIPSA), en Tijuana, Méjico.

En la actualidad el Instituto tiene una página muy completa en Internet (http://www.gerson.org), diversas publicaciones en forma de libros, videos o publicaciones periódicas y ofrece de forma gratuita a quien lo solicite el envío semanal por email de la "Gerson Healing Newsletter" con preguntas y respuestas a las dudas más frecuentes, información de las charlas, encuentros y cursos que organiza el Instituto.

## Auditorías

En diciembre de 1989 un equipo de médicos británicos, patrocinado por una importante compañía de seguros médicos (British United Provident Association, BUPA) visitó el Hospital Gerson en Méjico como observador profesional.

El equipo llevó a cabo dos estudios independientes: una auditoría de las posibles curaciones y un estudio psicológico de los pacientes que estaban recibiendo tratamiento en el momento de la visita del equipo.

Los resultados se publicaron en la revista Lancet.

Los autores informaron que los pacientes creían tener un elevado grado de control sobre su salud, lo que puede haber explicado sus elevadas calificaciones en cuanto a estado de ánimo y confianza. Asimismo, advirtieron en los pacientes cifras llamativamente bajas de dolor y requerimiento de analgésicos, pese a la presencia de una enfermedad metastásica extendida.

En lo referente a respuestas al tratamiento, las historias de los pacientes han sido objeto de revisión por parte de diversos autores, que han corroborado que la terapia Gerson es la terapia alternativa del cáncer de mayor éxito en términos de número de pacientes curados y tiempo libre de progresión.

Hay registros detallados de pacientes tratados por el propio Gerson que siguen libres de enfermedad.

En el momento actual, todos los archivos médicos originales han sido reunidos con la intención de llevar a cabo una reevaluación independiente y a doble ciego de los mismos para la cual el Instituto Gerson está intentando reunir los fondos necesarios.

## Conclusión

La terapia Gerson es un tratamiento alternativo del cáncer que se tolera bien y, llevada a cabo en las condiciones adecuadas, obtiene unos resultados muy buenos en pacientes con cáncer avanzado.

Llevar a cabo el tratamiento en casa es laborioso y exige bastante tiempo, pero el resultado merece la pena.

La filosofía de Gerson se enmarca dentro del criterio naturista al perseguir, tanto para la curación del cáncer como de otras enfermedades degenerativas crónicas, estimular el poder regenerador del propio organismo.

Asímismo concede un papel muy importante a la relación del hombre con la naturaleza y el medio, responsabilizando a la civilización, que "desnaturaliza" los alimentos, de contribuir al desarrollo de la enfermedad.

Aún sin perseguir la curación de una enfermedad crónica, las líneas generales de la terapia, en consonancia con otros métodos como el Kousmine, dan forma a un estilo de vida y sobre todo de alimentación, más sano, más consciente y más solidario.

La terapia Gerson es capaz, además, de hacernos conscientes de la degradación de que está siendo objeto la tierra y apelar a nuestra responsabilidad para evitar que siga avanzando.

## Anexo I

### La Sopa de Hipócrates

1 bulbo mediano de hinojo
(Se puede sustituir por 3-4 tallos de apio)
1 raiz mediana de perejil
Ajo al gusto
2 puerros pequeños
1 kg de tomates o más
2 cebollas medianas
1/2 kg de patatas
Un poco de perejil

No pelar ninguno de los ingredientes, simplemente lavar y frotar. Cortar en pequeños trozos. Se puede añadir agua según la consistencia deseada y cocinar a fuego lento durante 2 horas.

Después se pasa por el pasapuré hasta que quede una consistencia suave, sin apenas fibra.

Se guarda bien tapada en la nevera no más de dos dias.

Se calienta al gusto cada vez que se vaya a tomar.

Puede utilizarse para cocinar otras verduras.

## Bibliografía


Gerson, M. "A Cancer Therapy: Results of Fifty Cases", 6ª Edición (Gerson Institute, Bonita, California, 1999)

Gerson, C. et al. "Gerson Therapy Handbook" 5ª Edición (Gerson Institute, Bonita, California, 1999)

López, D.A., Williams, R.M., Miehlke, K. "Enzymes, the Fountain of Life" First English Edition. The Neville Press, 1994.

Pelton, R., Overholser, L. "Las Alternativas en la Terapia del Cancer" Editorial Edaf, 1997.

Hildenbrand, G. "How the Gerson Therapy Heals" Healing Newsletter 6 (1990)

Hildenbrand, G. "A Coffe Enema? Now I've heard everything" Healing Newsletter 13 (May-June 1989)

James, N et al. "Mexico: Juices, Coffee Enemas, and Cancer", Lancet 336 (8716):677-78 (15 septiembre 1990)

Cope, F.W. "Pathology of Structured Water and Associated Cations in Cells (the Tissue Damage Syndrome) and Its Medical Treatment" Physiological Chemistry and Physics 9(6):547-54 (1977)

Cope,F.W. "A Medical Application of the Ling Assotiation-Induction Hypothesis: The High-Potassium, Low-Sodium Diet of the Gerson Cancer Therapy", Physiological Chemistry and Physics 10(5):465-68 (1978).