

# Tratamiento naturista en alteraciones dermatológicas

Joseba Bidaurrazaga (Médico Naturista)

## THE NATURIST TREATMENT OF SKIN TROUBLES. BIDAURAZAGA J.

**Keywords:** *Naturist Medicine, Dermatology, Toxemia.*

**English Abstract:** *In Naturist Medicine, the skin must be understood as a removing organ, with a cathartic function. Thus, the dermatologic trouble are mor a disease thru the skin than a skin's disease. Toxemia is the toxic accumulation of detritus in the body, and the skin is in certain cases their best elimination's way. In treatment, we must understand that the most extensive is the trouble, faster is the recovery. In first time, we must recommend a diet without pork, meat, chocolate and other common allergens, and we must also stimulate all the elimination channels*

"NO BUSQUES LO QUE TÚ TIENES"  
(título de un libro de mi padre)

Al enfermo se le dice: "No busques la salud, que tú la tienes". Tú tienes el tanto de morbo, enfermedad o muerte; tú tienes el tanto de limpieza, salud o vida; tú tienes la capacidad de separar la enfermedad de la vida, es decir, de curarte. Si mendigas pierdes el tiempo, el dinero y la salud.

En la tarea educativa que nos corresponde con nuestros pacientes, hemos de responsabilizarlos de la autogestión de su salud y de su curación.

La salud es una conquista cotidiana. Cuando oigo que el pueblo tiene derecho a la salud, yo digo que ni hablar, "el pueblo, la gente y todos nosotros tenemos la obligación de estar sanos" o por lo menos, "la obligación de intentar estar sanos, estar equilibrados"...

**Tenemos que proyectarle al paciente dermatológico el convencimiento del porqué, del cómo y del para qué de su problema dermatológico y hacerle copartícipe de su curación.**

Yo suelo decir perogrulladas generales: "que de verdad nos curamos" cuando

morimos; si curar, como decía Hipócrates, "es quitar lo que sobra y poner lo que falta", nosotros, cotidianamente estamos haciendo un acto de curación con la micción, la defecación, la transpiración, la respiración y con la eliminación de aquello que nos sobra. La suspensión de estas eliminaciones, la suspensión de estos procesos de limpieza, es la muerte.

Bien, os voy a hablar como una persona sana. Según decía Nietzsche, una de las virtudes de la persona sana, es la de tener muy mala memoria. Hace veintiseis años terminé la carrera y ya se me ha olvidado toda la medicina que estudié. Ahora pues, no voy a intentar hablar en términos médicos, ni científicos, ni aportar estadísticas. ¿Por qué? Porque en nuestras consultas particulares, no tenemos la suerte de disponer de pabellones de hospitales con todas las posibilidades de controlar a los enfermos. Lógicamente, los enfermos de la consulta no se pueden controlar ni hacerles un adecuado seguimiento como en los hospitales.

El tratamiento de los enfermos dermatológicos, para mí, tiene que comenzar con la educación del paciente. Nosotros tenemos que proyectarle al convencimiento del porqué, del cómo y del para qué de su problema dermatológico y hacerle copartícipe de su curación, incluso hacerle protagonista de su curación.

Aquí, mi querido colega en primera plana, el Dr. Alfonso, el joven Dr. Alfonso, me decía ayer, "los problemas dermatológicos, son, precisamente, para los médicos, los menos gratificantes". Yo no estoy de acuerdo con ello, tengo grandes satisfacciones y gratificaciones con pacientes con problemas dermatológicos.

Pero siempre y cuando el paciente comprenda y coopere en su curación.

El Naturismo Médico, para mí, sólo tiene dos aspectos "naturales":

1º) La *Natura Medicatrix* o *Vis Medicatrix*, es decir, la Fuerza Curativa en cuanto a capacidad de homeostasis general de nuestro organismo.

2º) El tiempo.

Hay enfermedades que se curan con el tiempo y hay otras enfermedades que ni con el tiempo se curan. Es una perogrullada, pero es una gran verdad.

Nosotros como Técnicos Médicos, tenemos que intentar ayudar a la *Vis Medicatrix*. Ayudar a la *Natura Medicatrix*, a la fuerza curativa propia del organismo, a realizar su función en el sentido de la naturaleza; en lo que yo entiendo como el sentido catárquico de la naturaleza que hace bueno lo que decía Hipócrates: "Curar es quitar lo que sobra y poner lo que falta".

## ANATOMIA Y OTROS ASPECTOS DE LA PIEL

### Generalidades

La piel es el órgano más extenso del cuerpo humano. Pesa tres o cuatro Kilos, el 6% del peso total del cuerpo. Macroscópicamente no es muy uniforme: presenta los grandes pliegues que envuelven las articulaciones pequeñas. Existen múltiples diferencias morfológicas, estructurales, del número de anexos, del grosor de la dermis, de los tejidos adiposos, de la presencia de glándulas, etc... También existen grandes diferencias según el individuo, zona del cuerpo, edad, sexos, raza, etc.

Ya conocéis la estructura de la piel. La *epidermis* con la capa o estrato basal, el

estrato espinoso, el estrato córneo, y la gran cantidad de células que se queratinizan (aproximadamente un 80%); la enorme actividad metabólica en la síntesis de proteínas específicas; los melanocitos de la capa basal...Lo que yo quisiera puntualizar de la epidermis aquí, es la presencia de las células de Langerhans que son muy móviles y que para mí son de una gran utilidad, no sólo desde el papel antigénico que desempeñan, sino en su aspecto catártico general (de evacuación o transporte de sustancias a expulsar).

Debajo de la epidermis esta la *dermis* con su tejido conectivo y sus células (fibroblastos, histiocitos, macrófagos, mastocitos...).

Debajo de la piel, en el tejido subcutáneo, se encuentran la red vascular sanguínea (Ya sabemos que cada cinco minutos, más o menos, toda la sangre recorre la superficie corporal; os podéis imaginar la importancia de esto), las terminaciones nerviosas, la presencia de glándulas sudoríficas ecrinas y apocrinas... En la clínica normal y en la vida, se presentan personas que son de una sudoración fácil y otras que no sudan nunca. Y esto, ¿porqué? Es algo que debemos preguntarnos.

¿Qué significa el sudor? ¿eliminación de agua, cloruros, urea, sustancias medicamentosas, sustancias olorosas o aromáticas?, o ¿también eliminación de sustancias específicamente tóxicas como proceso típicamente catártico de eliminación?. Esto es algo que quiero dejar en el ambiente.

### **Funciones de la piel**

Protección mecánica, física, biológica, química; regulación de la homeostasis, de la temperatura, del equilibrio hídrico e iónico...Sabemos todo esto y más, como la función metabólica de favorecer la formación de la vitamina D. Y yo me pregunto: ¿la función de la piel, es además catártica o eliminadora específica de sustancias tóxicas por fracaso de la función de las glándulas sudoríficas?. Todos conocemos la teoría de la toxemia, aunque luego os daré mi versión.

Ahora quiero decir que las condiciones específicas de la piel, como medio de cultivo, son las que hacen aparecer los problemas infecciosos o de hongos, donde sobreviven los agentes patógenos por sus especiales condiciones químicas.

### **Lesiones de la piel**

Las Lesiones Elementales de la piel son muy variadas. Estamos subdividiendo mucho y estamos intentando especificar y diferenciar lo que es un mácula de un

pápula, de un ronche o habón etc. y sin embargo en Naturismo decimos que no existen enfermedades sino enfermos; y me pregunto: ¿no serán todas estas reacciones efecto de la toxemia y de las características específicas del enfermo dermatológico?.

Entre las máculas hay algunas en las

## ***Yo englobo al enfermo dermatológico en lo que se denomina Diatesis Exudativa; es decir, tendencia a enfermar por la piel, no de la piel.***

que las sustancias introducidas por vía digestiva tienen mucho valor desencadenante. Para mí es una indicación de que hay que entender la piel como un elemento activo de limpieza del organismo. Si por vía digestiva entran algunas sustancias anómalas y la especificidad del organismo es rechazarlas por la piel, para nosotros la piel, en estos casos, actúa como órgano de eliminación o limpieza.

¡Ojo!, esta manera de pensar es la que acepta la "escuela Bidaurrazaga"; los errores que pueda cometer en mi discurso solamente serán atribuibles a mí. Me baso en la experiencia médica de más de sesenta años de mi padre y de unos treinta míos.

En la consulta diaria, tenemos tres grupos de problemas de la piel: las urticarias, el eczema y la psoriasis. Aunque con características distintas, las englobo en un mismo grupo.

### **La piel como vía de eliminación**

Teniendo en cuenta la teoría de la toxemia sería muy difícil, casi imposible, determinar en cada uno de nosotros cuales son las sustancias normales y cuales las anómalas de la piel, cuales son las que el cuerpo debe eliminar o debe retener; y naturalmente considerando las distintas características histológicas de la piel en cada parte del cuerpo.

En el paciente que sufre problemas de la piel hemos de considerar en toda historia clínica sus antecedentes, posibles orígenes genéticos etc. Yo los englobo en lo que se denomina "Diatesis Exudativa"; es decir, tendencia a enfermar por la piel, no de la piel; tendencia a presentar proble-

mas cutáneos de "x" valoración médica, pero debidos a su diátesis, que, ¡ojo!, no vamos a poder cambiar, sino que la hemos de utilizar. Como decía el Dr. Ródenas en la charla de ayer: "al paciente le tenemos que hacer vivir su enfermedad, debe de coparticipar en su curación, saber el porqué, cómo y para qué de su enfermedad; tal vez encontrar en su enfermedad algo positivo...".

¿Cómo se puede comprender la enfermedad como algo positivo?: La enfermedad es como una válvula de escape, y por tanto de salvación o mejora para alguna otra parte del organismo.

Yo he oído muchas veces a mi padre decirle al enfermo de la piel: "está Vd. de enhorabuena, porque estas sustancias que está eliminando, que su organismo está rechazando por vía de la piel, si fueran a algún otro órgano u otra zona de su organismo le podrían producir otro tipo de enfermedad, otro tipo de problema, tal vez más grave".

Hemos de orientar al paciente y si no lo curamos, por lo menos, hemos de darle algunas indicaciones sencillas que pueda comprender; y aquí debe comenzar la terapia. Explicarle al paciente el cómo, el porqué y el para qué de su enfermedad, según nuestro criterio de médicos naturistas y la orientación catártica, o de limpieza, de la enfermedad, y de la posible participación activa del paciente en su curación.

Este criterio, para mí, es ayudar a la Naturaleza conforme a la Naturaleza. Si la naturaleza del individuo "escoge" la piel, por sus características específicas diatésicas, de eliminar "x" sustancias, yo, como médico de criterio naturista, no puedo hacer "antipatía", no puedo ir contra ese proceso; yo voy a favor, es decir, voy a intentar que la piel sea utilizada como válvula de escape.

## **LA TOXEMIA**

En breves palabras voy a explicar lo que considero como "toxemia". Si el organismo, como ya hemos dicho antes, defecando, orinando, sudando, eliminando mucosidades, eliminando anhídrido carbónico... no consigue eliminar todas las sustancias anómalas que ingiere con las comidas, bebidas, respiración...teóricamente cierta cantidad de dichas sustancias se irán depositando en el organismo. Esto, en unos días, no puede causar ningún problema grave, pero en años puede causar problemas, incluso alterar genes; y puede ser la que cause la

reacción de rechazo del organismo, la enfermedad.

Los colegas nuestros, cuando les hablamos de la toxemia, normalmente nos acusan de estar refiriéndonos a sustancias no especificadas, a imaginativos venenos que no están demostrados, etc...

Yo os voy a nombrar dos palabras bien conocidas por todos: los ateromas o depósitos de colesterol y los cristales de ácido úrico que todos nosotros hemos estudiado y que son sustancias anómalas que el

***“Está Vd. de enborabuena, porque estas sustancias que está eliminando, que su organismo está rechazando por vía de la piel, si fueran a algún otro órgano u otra zona de su organismo, le podrían producir otro tipo de enfermedad, otro tipo de problema, tal vez más grave”.***

cuerpo no metaboliza o que deposita por no poderlas eliminar. Para mí, según la teoría de la toxemia, o lo que yo entiendo por toxemia, hay cantidades enormes de estas sustancias que, por definición, no intento, ni intentaré demostrarlas científicamente; no porque no sea posible, sino porque no tenemos medios para hacerlo. El cuerpo, nuestro organismo, por ley de rechazo o de defensa fisiológica, sí los “conoce” y los elimina, o intenta eliminar. Bien es verdad que esta capacidad catártica o eliminadora de la Vis Medicatrix del cuerpo puede provocar alteraciones gravísimas en la piel, por la propia toxicidad de dichas sustancias, produciendo a veces lesiones estéticamente muy desagradables o molestas, todo lo fastidiosas que queráis, pero *“dura lex sed lex”* (la ley es dura, pero es ley) y el organismo la cumple y no mira los intereses o conveniencias estéticas de los individuos afectados.

Como médico de criterio naturista, cuando un paciente viene para que le atienda, tengo que orientarle y decirle que

no puedo ir en contra de su naturaleza curativa, que tengo que ir “a favor”. Se le dice al paciente “El problema es que tú eres el que tienes que curarte, tu naturaleza es la que tiene que hacer la labor de curación; te puedo dar unos consejos, unas orientaciones o explicaciones, lo demás lo debes hacer tú.”

Con las explicaciones, ponemos al paciente en la disyuntiva de que nos responda en plan castizo: “ni hablar del peluquín”; o, como dirían los mexicanos: “ni chiclets ñeris”. Pero hay muchos pacientes que entienden nuestras explicaciones y son los que normalmente nos dan las grandes satisfacciones.

Haciendo un aparte, yo os recomendaría el mejor libro de naturismo que existe. No sé si nuestro “presi”, aquí presente, estará de acuerdo. El libro es de Laín Entralgo y su título “La Medicina Hipocrática”. No es un libro naturista, pero, para mí, ahí están las bases de nuestro Naturismo Médico. Uno de los apartados que más me llamó la atención de este libro, es el que se refiere a “las tres maneras en que puede ayudar el paciente al médico”, según los hipocráticos.

La primera: con la fortaleza de su Physis o Natura Medicatrix, con su buena constitución, naturaleza o capacidad curativa.

La segunda: con su obediencia. Es decir, al médico hay que hacerle caso. Naturalmente los médicos alópatas dirán lo mismo, y ahí tenemos las yatrogenias, etc.

La tercera: con su inteligencia. Para mí es la más interesante, pues si el paciente entiende las explicaciones es mucho más fácil su curación.

Vosotros véis, que en medicina, cuando explicáis todos los problemas y nuestros puntos de vista y conceptos a nuestros pacientes, los entienden los listos, las personas con estudios, los intelectuales. Los listos se curan más fácilmente porque saben obedecer, participan y cooperan; se hacen copartícipes en la autogestión de su salud.

Por desgracia, la obediencia no suele ser muy firme, sin embargo hay pacientes que a nosotros nos han dado muy buen resultado y que nos han reafirmado en los conceptos que tenemos sobre el criterio naturista de la medicina.

## **EL TRATAMIENTO**

Dejemos aparte la etiología, las clasificaciones dermatológicas etc., que en todos los libros especializados encontraréis. Para mí, al enfermo de la piel hay que considerarlo básicamente por su diátesis,

es decir, por su tendencia innata a presentar problemas de la piel. Casi siempre estos problemas serán cíclicos a causa de sus biorritmos o por otras causas todavía desconocidas.

La toxemia, como la etiología, tiene un indudable origen alimenticio, no me cabe la menor duda.

Entre la diatesis y la toxemia alimenticia, están las bases de todo problema cutáneo, o al menos de la mayoría de dichos problemas.

El alimento que mayor incidencia tiene en los problemas dermatológicos es el cerdo y sus derivados. Esto ya está indicado en la Biblia. Los musulmanes tienen, como en la Biblia, al cerdo como el animal maldito; pero debe ser muy tentador o muy rico, porque lo seguimos (y seguiremos) comiendo (y con ello seguirán existiendo los problemas dermatológicos). Después del cerdo y sus derivados, están las carnes, pescados, mariscos, chocolate, cacao y sus derivados, pastelería, grasas animales, huevos... Como agentes de alta predisposición o incidencia en la producción de alergias o problemas dermatológicos.

Los desencadenantes de los problemas cutáneos podrán ser: infecciones sobreañadidas, traumas psicológicos o emocionales etc., pero siempre hemos de considerar la diátesis citada, la toxemia añadida y la Natura Medicatrix de dicho paciente con su capacidad de reacción y eliminación. Porque ese paciente cuando está luchando, cuando nos está produciendo una enfermedad dermatológica, nos está diciendo: “tengo capacidad de eliminar, tengo capacidad de reacción o lucha, tengo suficiente fortaleza para producir la eliminación de sustancias tóxicas que me sobran; no estoy derrotado, estoy defendiendo al organismo”. Nosotros tenemos que explicarle todo esto; que su Natura Medicatrix, gracias a que tiene cierta fortaleza, tiene capacidad de reacción o de eliminación y que el problema dermatológico es el resultado de dicha reacción o eliminación.

La medicina alopática o antipática lo soluciona, o intenta solucionar, con antihistamínicos, antiinflamatorios, antifúngicos, antibióticos... anti Natura Medicatrix. Por eso existen grandes insatisfacciones en los problemas dermatológicos. Van contra la Natura Medicatrix, contra la capacidad vital, curativa, de eliminación o de reacción del paciente; y dicha capacidad vital siempre va a intentar eliminar, limpiar, rechazar, mientras exista Fuerza Vital.

## CASOS CLINICOS

En primer lugar presento las fotografías de dos casos: Un paciente con un eccema generalizado en todo el organismo y una paciente con eccema en antebrazos y dorsos de manos.

A mis pacientes les suelo enseñar estas fotografías y después les pregunto ¿Quién se cura antes, la mujer que "sólo" tiene eccema en antebrazos y manos, o el señor que tiene el eccema en "todo" el cuerpo?. Es un problema de matemáticas. Se cura antes el que tiene eccema en todo el cuerpo, porque a mayor superficie de eliminación, y teóricamente, a la misma cantidad de toxemia acumulada, elimina antes el que más superficie utiliza.

La persona que tenía el eccema en antebrazos y manos, es una campesina. Podríamos decir, que el eccema era de contacto por las labores del campo, pero, como véis, ya está curada y sigue con sus labores de campo. Es decir, los alergenos del campo ya no le afectan, pues su toxemia se ha eliminado.

### **Paciente con eccema en todo el cuerpo.**

Tratamiento dietético: Un mes solo a naranjas.

Hay que tener en cuenta que los pacientes que vienen a los médicos naturistas son generalmente pacientes de rechazo, pacientes que ya han pasado por otros médicos y que vienen en busca de la última solución. En estos casos dramáticos, el tratamiento tiene que ser de una intensidad igual al problema que presentan. Aquí sí que está indicado el ayuno, la dieta hídrica, la cura de frutas, etc., siempre y cuando el paciente lo entienda. Así, a este paciente, le puse un mes y le dije que sería mejor cuarenta días tomando solo naranjas. ¿Es que la naranja cura?, ¿Es que la naranja tiene algún factor curativo específico, milagroso para curar el eccema?, ¿Es que el ayuno o dieta hídrica o de frutas, son curativos "per se"? ¡Ni hablar! La naranja nos dará el agua mineral fisiológica con sus azúcares, vitaminas, sales etc...pero ningún factor curativo especial. La cura de naranjas, o el ayuno o dieta hídrica, por su fácil digestibilidad, distrae poco tiempo al aparato digestivo en sus labores de digestión, y el tiempo que el organismo no dedica a la digestión lo puede dedicar a la cura o a la reacción: Ello permite a la Natura Medicatrix actuar más fácilmente.

Véis que esta persona tiene un buen panículo adiposo, unas buenas reservas

calóricas; esta persona puede resistir un mes, o más, a agua o infusiones, o a zumos o caldos. Porque tiene dicha reserva energética el tratamiento es intenso desde el punto de vista de la dieta. Por tanto tiene una buena capacidad de supervivencia durante el ayuno, pero además tiene una buena capacidad de reacción o de eliminación.

Hay que explicarle al paciente que además hay que forzar la eliminación por la piel aumentando la sudoración con saunas, baños de vapor, baños calientes, calor, infusiones que aumenten el sudor, etc... Y dos veces o más a la semana un purgante fuerte, o bien diariamente lavados intestinales repetidos para que el tubo digestivo nos sirva de emuntorio, de válvula de eliminación o limpieza.

Estos pacientes suelen tener un sudor intenso, de muy mal olor, lo mismo que sus defecaciones. Toda esta serie de sustancias, presumiblemente tóxicas, que el organismo elimina, que a veces ensucian las sábanas o que destiñen los tejidos, difícilmente las podemos catalogar o demostrar químicamente en su composición por falta de medios, y son las que forman la toxemia.

Cuando estos pacientes comprenden, hacen caso, y asimilan el tratamiento, el éxito está casi siempre asegurado. Este tipo de pacientes suele presentar brotes, rebrotes de eliminación diríamos, y por ello hay que advertirlos. Estos rebrotes no son fallo del tratamiento, significan nuevas oleadas de limpieza, de eliminación. Cuando los pacientes lo entienden ya los hemos curado, hemos ganado la batalla, participan en su curación; saben que siempre han de eliminar todas las comidas que puedan perjudicarles, y alimentarse básicamente con frutas, ensaladas, verduras y cereales.

En los grandes problemas dermatológicos este tipo de tratamiento debe de ser la base. Los complementos personales de cada médico seran su aporte profesional.

### **Segundo caso:**

Presento las fotografías de una muchacha que padece una enfermedad ampollosa en muslos, piernas, espalda, y a la vez tiene grandes extensiones de su piel fuertemente impregnadas con melamina.

Esta paciente fue tratada durante ocho meses en la Clínica Universitaria de Pamplona, además de recurrir a otros médicos.

Tratamiento: Un mes a naranjas alternando con dieta hídrica o el ayuno a

infusiones o a caldos. Laxantes o purgantes al menos dos veces por semana. Sudar: baños turcos con hierbas aromáticas (tomillo o eucalipto) o bien con otras hierbas como cola de caballo o romero. Abundante sol.

Después del primer mes, dieta a crudos dos meses. Luego durante dos meses más una dieta vegetariana integral. Con la dieta vegetariana recuperó el peso perdido en el ayuno y mejoró algo más.

## ***El alimento que mayor incidencia tiene en los problemas dermatológicos es el cerdo y sus derivados.***

El tratamiento inicial de choque debe ser bien asimilado, tanto por el paciente como por los que conviven con él o familiares. Hay que hacerles toda clase de advertencias. Si los allegados comprenden y colaboran el éxito está asegurado.

Cuando a un paciente se le indica un mes a naranjas o a caldos o a dieta de zumos o de agua o infusiones, etc., hay que explicarle bien que no se trata de nutrirlos o alimentarlos con algo especial; con el ayuno más o menos intenso lo que se pretende es darle ocasión al organismo para que se dedique a la desintoxicación, por tanto los cálculos de proteínas, vitaminas etc., han de ser totalmente ignorados. Se supone que los pacientes, tienen unas mínimas reservas para vivir, en su panículo adiposo y otros reservorios, y lo que aportamos al organismo es el suero fisiológico natural: agua, sales, oligoelementos, vitaminas, sustancias aromáticas etc...para que dichos líquidos ayuden a la Natura Medicatrix del paciente en su labor catártica o de limpieza.

### **Otro caso**

Muestro las fotografías de un obrero de la construcción que presenta todo su cuerpo cubierto de un fuerte eccema con grandes escamas, fuerte eritema y gran prurito. Le prometí que se curaría en seis meses. El primer mes fue de dieta hídrica, naranjas y limones. Curó a los dos meses. A los quince días de que iniciara el ayuno vino a la consulta desesperado, con una mayor erupción, más prurito y además con una fiebre altísima que padecía desde hacía una semana. Siguió con el ayuno, baños de vapor, descanso absoluto, infu-

siones para que aumentara su sudación (flor de sauco), laxantes o purgantes.

El eccema desapareció a los dos meses. Le recomendé seguir con la dieta vegetariana.

¿Qué ha sido de estos pacientes? ¿Han vuelto a presentar sus erupciones? ¿Siguen las dietas vegetarianas? Es muy difícil seguirles la pista. Te hacen caso hasta que se curan y después vuelven a las comidas anteriores, y , muy frecuentemente, vuel-

***Se cura antes el que tiene el eccema en todo el cuerpo, que el que lo tiene sólo en antebrazos y manos, porque a mayor superficie de eliminación y teóricamente, a la misma cantidad de toxemia acumulada, elimina antes el que más superficie utiliza.***

ven a presentar los mismos cuadros. Como la muchacha de Pamplona que se curó y durante algún tiempo se hizo vegetariana, pero a los cinco años volvió exactamente con los mismos problemas.

Estos casos refuerzan nuestra convicción en la teoría de la toxemia. Cuando esta muchacha, y otros pacientes, vuelven a los bocadillos de chorizo, al jamón y a las carnes, el organismo vuelve a rechazar las sustancias por la piel y volvemos a empezar de nuevo.

Los pacientes dermatológicos, en cuanto a su dieta alimenticia, deben seguirla siempre, y hay que advertirles que si vuelven a las anteriores comidas, nuevamente presentarán los mismos problemas. Por ello, la educación, las explicaciones, la cooperación del paciente y los familiares, han de ser norma incondicional y hay que explicarle que ello es así, y que si no lo entienden que vuelvan a las medicaciones, las pomadas o a la cortisona.

#### **Otro caso muy interesante**

Una señora acomodada no puede disfrutar del sol en su piscina, ni en la playa, pues le aparece una erupción en la cara.

Lleva diez años entre médicos y curanderos.

Cuando viene a la consulta está en tratamiento con corticoides y antihistamínicos y presenta un pequeño eccema en pómulo izquierdo.

En el Diagnóstico por el Iris y precisamente en la zona de la cara, como los médicos naturistas decimos, existe posibilidad de acúmulo de materias tóxicas.

Le digo: "Yo, como médico naturista, como Dr. Bidaurrazaga, le tengo que indicar un tratamiento; pero como Joseba, como persona que sabe algo de esto, le voy a dar un consejo: no me haga caso y siga con los demás médicos, y tan amigos".

Con estos casos nos vamos a encontrar siempre y se han de dejar bien claras nuestras actitudes para que nadie se llame a engaño.

¿Por qué le advierto que no me haga caso?. Porque como médico naturista le voy a indicar que abandone los corticoides y antihistamínicos, es decir, los medicamentos que impiden la eliminación de las sustancias tóxicas por la piel. Pero es precisamente en la zona de la cara donde más abundan estas sustancias tóxicas, si abandona la medicación, hace el tratamiento, y su Natura Medicatrix se pone a eliminar, su cara se verá afectada por el eccema. Pondremos en juego su capacidad de eliminación e intentaremos que el eccema salga por todo el cuerpo. Daremos lugar a que la catarsis se produzca. Pero no sabremos indicarle cuanto tiempo va a tener que estar con el eccema precisamente en la cara y, como las apariencias van contra toda la lógica de los que creen y piensan como los alópatas, la pondremos contra todo, contra todos y durante mucho tiempo. Y hay que tener mucha entereza para mantenerse en el criterio catártico de la medicina naturista.

La paciente parece entender. Sus nueve hermanos, marido, seis hijos, amigos y conocidos no van a entender que ha de expulsar lo que tiene dentro, que ha de poner en marcha sus válvulas de eliminación; que si aparentemente se empeora, es para más tarde mejorar. Pero no se puede predecir el periodo de tiempo que el organismo precisa para depurarse.

La paciente lleva diez años en la medicina alópatica. Acepta el reto. Acepta seguir el tratamiento y hacer, a su vez, acopio de valor y paciencia.

Tratamiento: Un mes a dieta hídrica, naranjas, limones, agua, infusiones. Dos o tres veces a la semana laxantes , o enemas de hierbas medicinales. Dos o tres veces a

la semana saunas o baños turcos o de vapor. Siempre que pueda baños de sol en todo el cuerpo. En la cara cremas hidratantes neutras,

El resultado es, en apariencia, cada vez peor, el eccema en la cara es brutal. La sudación abundantísima y de muy mal olor. Sólo sale eccema en cara.

La noche del día de Navidad me llama; sólo quiere que la vea y le repita una vez más que todo ello es "lo natural". Le hago algunas fotografías. Sólo la punta de la nariz está libre de la erupción. No puede abrir los párpados, ni la boca. Y le digo: "Ya estás curada. Como tu eccema no puede ir a más ha de ir a menos forzosamente, y creo que en unos meses se podrá ver el resultado." Las fotografías posteriores lo demuestran.

Se cambia muchísimo cuando uno cambia su alimentación, cuando se hace copartícipe o protagonista de su curación. Esta señora se ha hecho vegetariana. Ha influido en toda su familia. Ha terminado sus estudios de magisterio.

Al mismo tiempo que este paciente seguía el tratamiento se me presentó otro caso.

#### **Joven con eccema intenso en todo el organismo**

Naturalmente seguía los clásicos tratamientos médicos.

Mi tratamiento también fué intenso y duro: Ayuno a zumos, limones, naranjas. Reposo, baños de vapor o turcos con cola de caballo, infusiones para sudar, laxantes.

A este paciente le visitaba la señora anteriormente citada para que siguiera firmemente las dietas, mantuviera el ánimo y luchara.

A la familia del muchacho, la presencia de la señora y el conocer su caso, le fue de gran ayuda para comprender nuestra filosofía.

Me consta que el paciente durante muchos meses siguió muy bien mi tratamiento. Me consta que ha seguido tratamientos naturistas con otros colegas. Su mejoría ha sido bastante buena, pero no del todo. El muchacho lleva años con dieta vegetariana, ha asumido su problema, lucha y luchará por su mejoría, que es progresiva, que es notoria; pero su toxemia debía de ser muy intensa pues después de tanto tiempo no conseguimos aún su limpieza total. Esto no nos debe desanimar. Sólo esto explica nuestros límites y posibilidades. Lo difícil es que el paciente lo asuma y sea consecuente. ■