



# Crisis de curación

Dr. Pedro Silva J. (Médico Naturista)\*

## HEALING CRISIS. SILVA P.

**Keywords:** Healing, Naturist Medicine, Physiology

**English Abstract:** As Hippocrates said, the healing crisis is the art of body detoxification. The human body has internal regulative mechanisms against unstable environmental conditions, but when these mechanisms become insufficient, then are necessary other emergency resorts for riding the overburden, giving to a wide variety of symptomatic troubles, that are the true expression of a healing crisis. This crisis usually implies elimination (by lungs, kidneys, bowel, skin, liver, etc.), transformation of catabolic byproducts converting the toxic ones to nontoxic or less toxic substances, and immunity reactions. The practitioner must be aware of the healing crisis and must know that there are critical days when a naturist treatment is engaged.

*«Toda curación comienza de dentro hacia afuera, de la cabeza a los pies, y en orden inverso en que han aparecido los síntomas o enfermedades».* Hering.

## CONSIDERACIONES GENERALES

El término «crisis» se ha utilizado ampliamente en la medicina y tiene un especial significado en la medicina naturista. En la concepción hipocrática sobre el curso de la enfermedad, una crisis puede ser: o una exacerbación, o un debilitamiento, o un cambio en otra afección, o el fin. Siendo la salud el resultado del equilibrio en la composición de los líquidos del medio interno y celular, Hipócrates observó que el organismo está dotado de mecanismos cuya función es asegurar su estabilidad en medio de las oscilaciones y, a menudo, adversas condiciones del medio ambiente. Cuando por acción de variados factores, se sobrepasa la capacidad de regulación de los dispositivos internos, el cuerpo pone en acción recursos de emergencia, lo que da lugar a variadas manifestaciones sintomáticas. En su expresión más genuina está la lucha de la naturaleza por restablecer el equilibrio constituye la enfermedad, entendiéndose por «crisis» el momento culminante y decisivo en el curso de un proceso patológico, y por «crisis curativa» el o los episodios que conducen a la resolución eficaz del mal.

En relación a las características generales de todo proceso patológico, con excepción de los traumatismos agudos y violentos, el gran médico de Cos señala que *«nadie cae enfermo bruscamente y en cualquier momento, sino que es menester la acumulación de causas que motivan el estallido sintomatológico de una enfermedad. La enfermedad es, por consiguiente, un proceso, más que un estado, y su estallido no un comienzo, sino el final de una desviación viciosa de lenta y larga elaboración».*

Para el médico naturista o hipocrático, la enfermedad no sólo muestra el padecimiento y daño orgánico, sino que, a su vez, señala el esfuerzo del

cuerpo para restablecer la salud. Dado que el cuerpo tiende constantemente hacia el equilibrio o normalidad -tendencia que Hipócrates denomina «physis» o «vis conservatrix et medicatrix naturae»- la principal tarea del médico consiste en ayudar a la naturaleza, separando los obstáculos y seleccionando los estímulos apropiados para que los mecanismos innatos de la curación operen eficientemente. Destacados médicos y sabios han estado de acuerdo, a lo largo del tiempo, con esta concepción de la salud y la curación. Así, Sydenham (1624-1689) enseñó que *«la enfermedad constituye el esfuerzo de la naturaleza hacia la curación».* Boerhaave (1668-1738) señaló que *«el médico es el ministro y servidor de la naturaleza y no su dueño».* Hufeland (1762-1836) precisó que *«todas las curaciones son obra de la naturaleza».* Ellen White (1827-1915) destacó que *«la enfermedad es un esfuerzo de la naturaleza para librar al organismo de las condiciones resultantes de la violación de las leyes de la salud. En caso de enfermedad, hay que indagar la causa; se deben modificar las condiciones de vida antibigiénicas y corregir los hábitos erróneos. Después hay que ayudar a la naturaleza en sus esfuerzos por eliminar las impurezas y restablecer las condiciones normales del organismo».* (Fig. 3)

## MECANISMOS DE HOMEOSTASIS

Cuando la composición del organismo es alterada por sustancias extrañas • productos catabólicos que no son oportunamente depurados, entran en acción una serie de mecanismos de regulación, que los fisiólogos llaman también «homeostáticos». Entre estos mecanismos cabe destacar los •:

**Eliminación**, que puede realizarse por *el riñón*, que excreta agua, ácidos, bases, residuos nitrogenados y azufrados; *el pulmón*, que excreta CO<sub>2</sub>, agua y gases; *el intestino*, que elimina residuos de la digestión, colesterol, exceso de minerales como Fe, P, Ca, etc.; *el hígado*, que elimina productos derivados del catabolismo tisular, a través de la bilis, y *la piel*, que

excreta principalmente agua, sales, y diversa cantidad de sustancias orgánicas.

**Transformación o destrucción**, que se cumple mediante procesos de oxidación, reducción, hidrólisis, desaminación u otras reacciones químicas.

**Combinación con sustancias del organismo**, formándose así compuestos de menor toxicidad, que son eliminados de forma inocua y con facilidad. La mayor parte de las reacciones de este tipo ocurren a nivel del sistema microsómico hepático, especialmente en el retículo endoplasmático liso o agranular, destacando por su importancia antitóxica los procesos de hidroxilación, oxidación, reducción, desmetilación, dealquilación, sulfoxidación, hidrólisis y conjugación.

En este sentido, es de interés destacar, a modo de ejemplo, la sulfoconjugación de fenoles, indoles o escatoles, generados en la putrefacción de derivados proteicos a nivel del colon; sustancias que entran a la circulación portal, procedentes del territorio de la mesentérica inferior. (fig.1)

**Inmunidad**, mediada por células y anticuerpos que protegen especialmente los lugares de acceso de antígenos o sustancias extrañas al organismo y al medio interno. El sistema inmunitario secretor o humoral es particularmente activo en todos los epitelios secretores expuestos al medio ambiente externo o en su contigüidad, incluidos los pertenecientes a los sistemas lagrimal, salivar, gastrointestinal, respiratorio y urinario. Por su parte, el sistema inmunitario celular es extraordinariamente activo en piel y mucosas, especialmente a nivel digestivo, donde sólo el sistema linfóide intestinal representa una cuarta parte de la cantidad total de linfocitos del organismo. Además, la IgA sérica se sintetiza en gran parte en puntos localizados de las mucosas. Cabe destacar aquí la capital importancia inmunitaria del sistema linfóide faringoamigdalino y del apéndice vermiforme.

**Control del estado de equilibrio en las células**, lo que implica regulación térmica, regulación hidroelectrolítica, regulación ácido-básica, regulación hormonal, regulación de la descarga del impulso nervioso, regulación enzimática y regulación del tamaño y número de células (crecimiento y división celular). Los mecanismos encargados de controlar estas funciones (cuadro 1) sólo permiten, en el estado

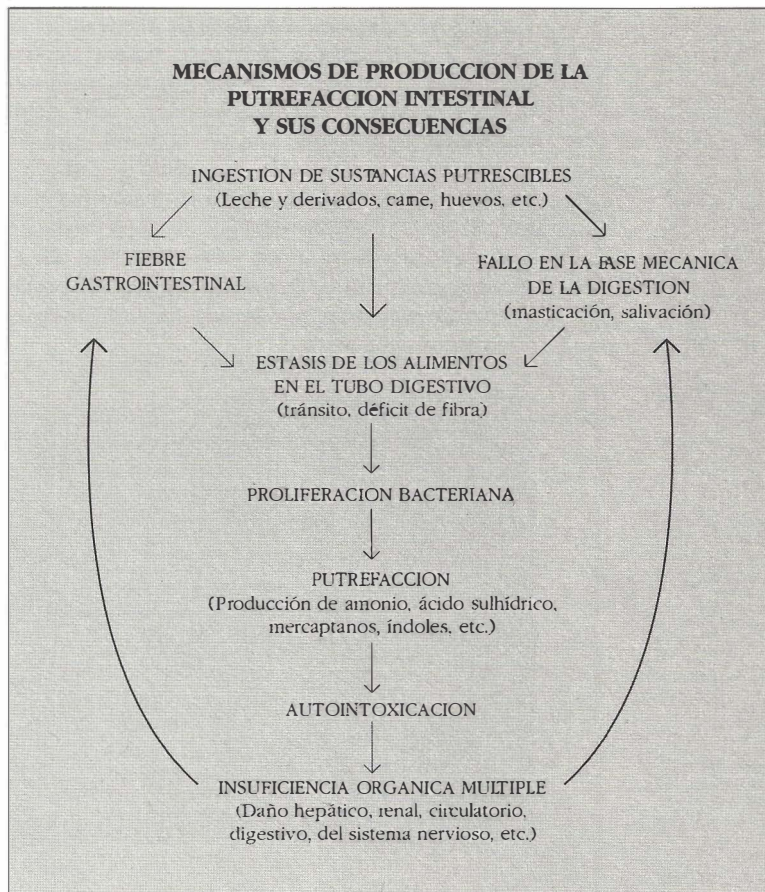


Figura 1

variable, en los demás. Por ejemplo, la elevación de la temperatura en medio grado centígrado, sobre el nivel basal de 37°C, a nivel digestivo, provoca alteraciones enzimáticas que perturban la digestión terminal, particularmente a nivel del ribete en cepillo o microvellosidad de la célula absorbente del intestino delgado. En el otro extremo, un aumento acentuado de la temperatura, con fiebre sobre los 40°C, puede alterar la descarga del impulso nervioso, provocando convulsiones o delirio.

Aunque en la actualidad ya se han realizado enormes avances en el conocimiento y comprensión de los mecanismos que aseguran la homeostasia o normalidad orgánica, de los cuales se ha hecho aquí una breve enumeración, no puede existir ninguna duda de que este conocimiento es muy limitado; no obstante, y por esto mismo, para el médico moderno adquiere nuevo valor la genial visión de Hipócrates, según la cual el arte de curar, es el arte de seguir el camino por el cual cura espontáneamente la naturaleza. Si como consecuencia de la complejidad e intensidad de los factores adversos o noxas - factores que deben ser evaluados por la paciente observación y estudio clínico meticuloso - la naturaleza no es suficiente para curar por sí misma la enfermedad y se muestra suspendida e inoperante en su acción, el médico debe proceder imitando los medios que la naturaleza emplearía ordinariamente para alcanzar la salud. El tratamiento no puede ser, ni más ni menos, que todo un programa de medidas que incluyen la

#### Control del estado de equilibrio en el medio interno celular

1. Mecanismos que mantienen el equilibrio hídrico.
2. Mecanismos que mantienen el equilibrio electrolítico.
3. Mecanismos que mantienen el equilibrio ácido-base.
4. Mecanismos que mantienen el equilibrio térmico.
5. Mecanismos que regulan el impulso nervioso.
6. Mecanismos de control de la actividad enzimática.
7. Mecanismos de control del tamaño y número de células, (crecimiento y división celular).
8. Mecanismos de control de la configuración celular.

Cuadro 1.

de salud, márgenes muy estrechos de variación; además, son interdependientes, de modo que la alteración de uno de ellos, provoca trastornos, en grado



correcta planificación del régimen dietético, y el aporte de estímulos que provienen de la armoniosa utilización de los agentes vitales que constituyen el sustento de la vida: aire puro, luz, agua, tierra, plantas, movimiento o ejercicio, y, en forma especial, apoyo psíquico y orientación espiritual, dado que como ya lo enseñaron los médicos y filósofos griegos, el hombre se proyecta en una triple realidad: somática o física, psíquica y espiritual (Fig. 2). El médico, para ser efectivo en su acción, debe estar preparado para ayudar constantemente a la naturaleza en estos tres planos.

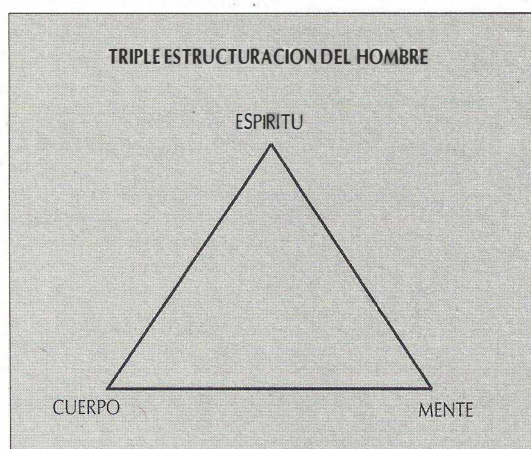


Figura 2

## ASPECTOS CLINICOS

Desde la perspectiva de la medicina naturista, la curación es, esencialmente, un proceso de depuración o desintoxicación y reparación, que se inicia en forma espontánea y, generalmente, con una intensa sintomatología y semiología en el enfermo agudo; pero que, siendo muy débil e ineficiente en el enfermo crónico, debe ser activado por el tratamiento médico, estimulando y tonificando la «physis» o fuerza vital, por medio del régimen, los medicamentos y el empleo de los agentes vitales de la naturaleza (agua, aire, tierra, sol, plantas, etc.). Hipócrates advirtió este hecho y estableció que el arte de curar es, precisamente, el arte de desintoxicar el organismo. La curación por medio del tratamiento naturista es, por consiguiente, un proceso que involucra ajustes y cambios en el cuerpo, mediante los cuales se consigue no sólo la eliminación de los catabolitos y sustancias perjudiciales retenidas en el medio interno, sino también la regeneración y reconstrucción de los

tejidos dañados y el fortalecimiento de los órganos debilitados. Naturalmente, para obtener la curación más completa posible, es preciso seguir el tratamiento con costancia y por el tiempo que sea necesario, aparte de otros requisitos que se resumen en el cuadro 2. En torno a la extensión del tratamiento existe la regla, derivada de la clínica práctica, que establece que el tiempo mínimo suficiente para el restablecimiento de un cuadro agudo es de cuatro a ocho semanas, y, en los procesos crónicos, se requiere un mes de tratamiento por cada año de evolución de la enfermedad, a partir del momento en que se manifiesta clínicamente, siempre y cuando el enfermo no haya recibido fármacos inmunosupresores o corticoesteroides.

En el curso del tratamiento naturista, la crisis de curación constituye un proceso especialmente significativo en el enfermo crónico, dado que su mayor o menor intensidad, así como la rapidéz con que ocurre, reflejan el grado de recuperación de la fuerza vital del paciente y su capacidad para iniciar la depuración. La Figura 3 muestra como el tratamiento estimula al organismo a eliminar todas las sustancias tóxicas y productos catabólicos cuya acumulación condujo a una enfermedad determinada. Durante la fase activa de eliminación, estas sustancias ingresan en la circulación y son transportadas hacia los distintos emunctorios (riñones, piel, pulmones y sistema digestivo) para su depuración, provocando diversas manifestaciones sintomáticas como, por ejemplo, diarreas, erupciones cutáneas, supuraciones, tos, espectoración, poliuria, flujos uretrales, fiebre, artralgias, neuralgias, cefalea, ansiedad, depresión y decaimiento, etc., según sea la naturaleza de las toxinas y los órganos o sistemas donde alcanzan la mayor concentración. Habitualmente estos trastornos son de corta duración, a veces duran sólo algunas horas, y por lo general, rara vez se prolongan más de dos o tres días. Lo corriente es que según la carga acumulada de productos catabólicos y tóxicos, el organismo fraccione la depuración a lo largo del tiempo de tratamiento, provocando varias crisis curativas, siendo más intensas y frecuentes las primeras, y más suaves y espaciadas las últimas, hasta alcanzar la curación definitiva. Lo anterior confirma el antiguo concepto de la escuela hipocrática de los días críticos, que reflejan la sabiduría con que trabaja la naturaleza en el proceso de la curación, alternando períodos de intensa captación de materia y energía mediante la nutrición, lo cual es fundamental para la reparación y regeneración de los tejidos, con períodos en los cuales el organismo se dedica principalmente a depurar productos tóxicos depositados, a menudo durante décadas, en los tejidos; tal es el caso, por ejemplo, del ácido úrico acumulado en las articulaciones, dando lugar a procesos reumáticos; o el colesterol, acumulado en las paredes arteriales, dando lugar a la aterosclerosis y enfermedades cardiovasculares. Resulta de la más alta importancia vital que el cuerpo dosifique la depuración de estas sustancias tóxicas, para ser eliminadas en crisis sucesivas y a un ritmo tolerable por el enfermo, ya que si así no ocurriera, una descarga masiva de tales materias hacia la sangre

### Bases para el éxito de un programa de tratamiento

1. Que se recurra al tratamiento oportunamente.
2. Que el tratamiento sea de la intensidad adecuada a cada caso.
3. Que los procedimientos terapéuticos sean convenientemente seleccionados y técnicamente bien aplicados, y que se consiga el objetivo propuesto al decidir su empleo.
4. Que el tratamiento se practique con constancia.
5. Que las reacciones del organismo y los efectos del tratamiento se interpreten racionalmente.

Cuadro 2.



y órganos vitales podría resultar letal. Se comprende que las primeras crisis sean las más intensas y prolongadas dado que es mayor la carga de productos tóxicos a depurar. El tratamiento en todo momento debe facilitar la depuración contribuyendo a optimizar el trabajo de la piel, pulmones, riñones y sistema digestivo. A esto contribuye precisamente una dieta refrescante de frutas, jugos de fruta, agua pura y vegetales crudos; aire puro, actividad y ejercicio físico; y la acción estimulante y depurativa de las aplicaciones de agua fría, las compresas y cataplasmas de arcilla aplicadas sobre la piel, así como el uso eficaz de los baños de sol y de vapor. De este modo, los síntomas que son la genuina expresión del proceso depurador y por lo tanto curativo, jamás se sofocan o paralizan, sino que se modulan en pro del bienestar y recuperación del enfermo.

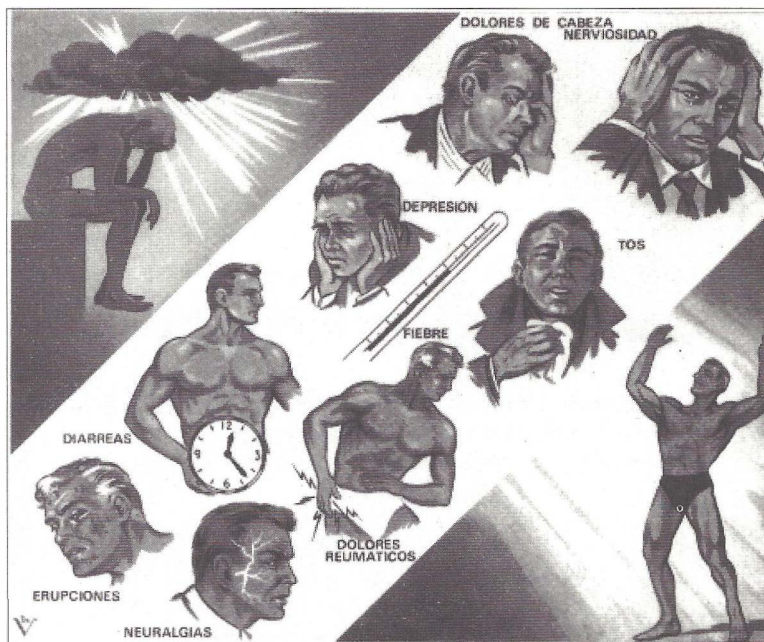
Tanto el paciente, como sus familiares, deben ser adecuadamente instruídos en la dinámica de la curación naturista y estar al tanto de las características de la crisis de curación para que no se desanimen y atemorizen y puedan colaborar activamente hasta alcanzar la plena normalización, o el mayor grado de recuperación posible. Lezaeta, señala al respecto que *«es muy común que el enfermo que inicia el tratamiento naturista, palpando sus ventajas, con frecuencia se deja llevar de cierto pesimismo porque no obtiene fulminantes resultados, olvidándose de que la Naturaleza nada hace a saltos y de que quién va lento, va seguro»*. Un síntoma favorable, generalmente mal interpretado al comienzo del tratamiento, es la depresión de fuerzas que se apodera del enfermo. Este suele sentir ganas de reposar y dormir a toda hora. Teme empeorar y debilitarse al dejar alimentos que él considera fortificantes y excitantes, como las carnes, leche, huevos, té, mate, café, etc. reemplazándolos por frutas, semillas de árboles o vegetales frescos y crudos. Este decaimiento de fuerzas que suele presentarse al comienzo del nuevo régimen, se debe a la ausencia del estímulo que ofrecían los tóxicos que abandonan el cuerpo. El desgaste constante de las reservas vitales que origina el latigazo de los tóxicos, eliminados éstos, lleva al organismo al reposo necesario para recuperarse del gasto anticipado de sus energías defensivas. Se comprende entonces que la crisis de curación, lejos de constituir un empeoramiento o debilitamiento, es el mejor indicador de la recuperación o normalización.

La observación de numerosos enfermos hospitalizados nos ha permitido confirmar, en términos relativos, la descripción hipocrática de los *días críticos*, según la cual, las crisis se verifican, siguiendo un ritmo, en días pares o impares, siendo lo más común que la primera crisis, que es también la más intensa y significativa para el enfermo, se manifiesta al tercer día, y luego ocurren reacciones de menor intensidad los días 5, 7, 9, 11, 17, 21, 27 y 31. Para los días pares, las crisis tienen lugar a los 2, 4, 6, 8, 10, 14, 20, 24, 30, 40, 60, 80 y 120 días. Con frecuencia hemos visto también la primera crisis al segundo o tercer día y luego crisis de cierta intensidad a los 7, 14, 21, 28 y 35 días. En muchos enfermos se siguen presentando síntomas y signos con características de crisis durante meses y aún después de un año de iniciado el trata-

miento; por ejemplo, en enfermos reumáticos. Sin embargo, pasadas las primeras crisis y por influencia del tratamiento, los síntomas se atenuan notoriamente, varían según el sistema depurador que esté más activo y generalmente el paciente termina despreocupándose de ellos. Si la crisis se inicia vigorosamente en los primeros días, cabe esperar una recuperación más rápida y completa que si ésta se inicia más tardía y débilmente.

Just, llamado también el Maestro de la Vida Natural, dejó valiosas observaciones sobre el proceso de la curación naturista, fruto de su larga experiencia en su sanatorio de Yungborn, en Alemania. Señala que el proceso de curación es diferente en casi todos los enfermos. Unos mejoran pronto y la curación entonces es lenta. Otros empeoran al principio y después como compensación progresan más rápidamente. Algunos mejoran en pocos días, después empeoran de nuevo, y más tarde obtienen una franca mejoría, al igual que el sol, que aparece y desaparece detrás de las nubes, hasta que las vence e irradia su luz.

**En resumen:** la curación completa se produce en unos rápidamente, y en otros con lentitud; en unos sin malestar ni perturbación y en otros con toda clase de crisis y dolores. Sin embargo, nadie con anticipación puede saberlo ni determinarlo. Con un verdadero tratamiento naturista debe obtenerse una salud



**CRISIS DE CURACION (Tomada de A. Vander)**

El tratamiento naturista estimula al organismo a depurar todas las sustancias tóxicas y productos catabólicos cuya acumulación condujo a una enfermedad determinada. Durante la fase activa de eliminación, al ingresar en la circulación para ser transportadas hacia emunctorios, estas sustancias pueden provocar trastornos y síntomas, habitualmente de corta duración, en los sistemas de depuración donde alcanzan una mayor concentración, lo que se ilustra en la franja del centro de la lámina. Ante la intensidad que suelen alcanzar los síntomas y signos durante la crisis, el enfermo se desanima y teme empeorar, actitud simbolizada en la figura del triángulo superior. Como contraste, la resolución favorable de la crisis produce una sensación de gran bienestar físico y mental, vitalidad y alegría, que reflejan la conquista de la normalidad que es la salud, lo cual está simbolizado en la figura del triángulo inferior de la lámina.

Figura 3