

La Nutrición Ortomolecular: Nutriterapia, la medicina preventiva del futuro

22/02/2018

En el libro *«**La alimentación, la tercera medicina**"* (libro de referencia para cualquiera que considere importante la alimentación para su salud) se pregunta su autor, **Jean Seignalet,** doctor en medicina y catedrático en la Universidad de Montpellier "*¿cómo puede ser que, con los importantes progresos realizados en numerosas ciencias, seamos todavía incapaces de solucionar el mecanismo de tantas enfermedades?".*

Para este científico, hematólogo e inmunólogo, director del Laboratorio de Histocompatibilidad de Montpellier, con más de 300 publicaciones en reconocidas revistas científicas internacionales y uno de los científicos europeos más citados en EEUU, *"la creciente complejidad de la medicina ha llevado a la mayor parte de clínicos e investigadores de alto nivel a una especialización cada vez más estrecha. Por tanto, no conocen más que algunas facetas de un estado patológico, pero no las otras. Esta visión parcial les impide llegar a una concepción global del problema."*

Esto coincide con lo que hemos venido tratando en esta sección en las sucesivas terapias naturales que hemos abordado: la importancia de entender al enfermo en su totalidad y en su exclusividad (porque cada individuo es único). Y es que, en la mayoría de los casos se olvida la conocida frase del fisiólogo francés Claude Bernard, "*no hay enfermedades sino enfermos*" y lo que se hace es tratar una enfermedad, un órgano o incluso, a veces y debido a esta especialización, una parte de un órgano…dejando de lado la singularidad de cada enfermo.

Las investigaciones y experiencias clínicas de Seignalet lograron aportar carácter científico a la afirmación Hipocrática de: **"*Que tu alimento sea tu medicina*".**

El hecho es que, muchos de los alimentos que consumimos actualmente están modificados respecto a los que Seignalet llamaba, "alimentos ancestrales" y sin embargo, nuestro sistema digestivo no se ha modificado. La alteración genética de algunos cereales, la cocción a altas temperaturas (que modifica las proteínas que no pueden ser digeridas del todo), alteran la flora y generan toxinas que se acumulan (provocando enfermedades de acumulación) o que estimulan el sistema inmune (dando lugar a enfermedades autoinmunes)…



Jean Seignalet, Médico

Lo que Seignalet llamó "Alimentación ancestral", la llamada Nutrición ortomolecular, la Nutriterapia, la Dietoterapia o la Nutrición Celular activa… son todos términos que hacen referencia a corregir la alimentación para generar cambios en el organismo y recuperar así la salud. Y todos los que son considerados precursores de la Nutrición terapéutica coinciden en que además de una dieta sana es necesario el aporte de complementos nutricionales ricos en nutrientes vitales que no se obtienen a través de la dieta.

AL CORREGIR LA ALIMENTACIÓN Y APORTAR LAS CANTIDADES ÓPTIMAS DE NUTRIENTES VITALES, SE PUEDEN MEJORAR NOTABLEMENTE MUCHOS TRASTORNOS DE SALUD CRÓNICOS Y COMPLEJOS

La nutrición ortomolecular aborda la carencia para que no aparezca la enfermedad

Pero desde que en el siglo XIX se descubriera la importancia de las sales minerales y se empezaran también a descubrir lo que hoy llamamos vitaminas, se creó también el falso concepto de "una vitamina-una enfermedad" y que si no hay enfermedad no existe una carencia vitamínica. Lo cierto es que antes de que aparezca una enfermedad carencial se producen varias etapas de alteraciones en el metabolismo y desórdenes biológicos que la medicina ortomolecular identifica y aborda antes de que se llegue a la etapa clínica en la que la enfermedad ya se manifiesta.

Según la OMS, las enfermedades crónicas, llamadas no transmisibles (ENT) matan a 40 millones de personas cada año, lo que equivale al 70% de las muertes que se producen en el mundo. Las enfermedades cardiovasculares constituyen la mayoría de las muertes en el mundo por ENT (17,7 millones cada año), seguidas del cáncer (8,8 millones), las enfermedades respiratorias (3,9 millones) y la diabetes (1,6 millones).

Para el director del **Instituto de Nutrición Celular Activa (INCA)**, **Felipe Hernández Ramos**, "*nuestras terapias deberían ser de primera elección cuando se trata de hacer prevención y de equilibrar los estados subclínicos, que ya están manifestando síntomas que en la mayoría de los casos no siguen un patrón detectable en un análisis clínico u otras pruebas convencionales. Por ejemplo, en un estudio estadístico reciente, realizado en Barcelona, se indicaba que casi la mitad de los enfermos diagnosticados de fibromialgia habían recurrido a la medicina no convencional, y de éstos, más del 30% había encontrado mejoras significativas en su estado de salud. Esto se puede aplicar*

igualmente al síndrome de fatiga crónica, a la candidiasis sistémica y a tantos problemas de tipo digestivo que son el resultado de una disbiosis intestinal crónica".

Y lo cierto es que ya existen miles de investigaciones por todo el mundo y millones las experiencias prácticas que demuestran que al corregir la alimentación y aportar las cantidades óptimas de nutrientes vitales, se pueden mejorar notablemente muchos trastornos de salud crónicos y complejos.

Para este pionero de la nutrición ortomolecular en España, "*es necesario un camino en el que la nutriterapia ocupe un lugar privilegiado dentro de la medicina preventiva y etiológica (la que busca las causas), conjugándola con la consecución del bienestar emocional, para depositar en manos de cada persona las riendas de su salud, con un modo de vida activo, donde el profesional de la salud, sea más un profesor o maestro de la salud y donde la medicina convencional intervencionista, siempre necesaria, sea afortunadamente, poco necesitada*".

Autora: Marta Gandarillas, Periodista
Publicado en **Bio Eco Actual Febrero 2018**