

LO QUE TODOS SIEMPRE HAN QUERIDO SABER SOBRE LA “ARTRITIS REUMATOIDE” PARTE 8

Artritis reumatoide, patología dolorosa y severamente incapacitante, común en el colectivo femenino, es una de las enfermedades no contagiosas que destruye sutil y progresivamente los caros anhelos de los que sufren esta insidiosa degeneración orgánica. Para la ciencia medicina moderna, esta patología tiene múltiples orígenes y causas, una de ellas, es la ingesta de grasa animal y las grasas trans, como lo demostramos científicamente en el presente seminario. Es probable que nuestros amigos seminaristas utilicen este tipo de grasas, que son una verdadera tragedia para nuestro organismo, espero que haya reflexión y razonamiento, evitemos la artritis reumatoide evitando en su totalidad las grasas, cualquiera sea su origen.

EL AZÚCAR REFINADO COMO LA CAUSA REAL PARA EL DESARROLLO DE LA ARTRITIS REUMATOIDE

El azúcar de mesa, dulce, blanco, pero mortal. La ingesta de azúcar permite el desarrollo de la artritis dolorosa.



Evite la artritis reumatoide evitando la ingesta de azúcar, sea esta blanca o morena... ¡HÁGALO POR SU BIEN!

La artritis reumatoide es una patología que se desarrolla en un medio ácido, sin olvidar que el azúcar es el químico más acidificante del torrente sanguíneo.

¿Qué es el azúcar?

74. Se dice azúcar a: “Cualquiera de los diferentes carbohidratos hidrosolubles. Las dos principales clases de azúcares son los monosacáridos y los disacáridos. Los monosacáridos son azúcares simples, como la glucosa, la fructosa o la galactosa. Los disacáridos son azúcares dobles, como la sacarosa (azúcar de mesa) o la lactosa” (9-g).

¿Qué se sabe del azúcar comercial de mesa?

75. El azúcar de mesa, químicamente denominado sacarosa, es él: “Azúcar de fórmula $C_{12}(H_2O)_{11}$ que pertenece a un grupo de hidratos de carbono llamados disacáridos. Es el azúcar normal de mesa, extraída de la remolacha azucarera o la caña de azúcar. Es soluble en agua y ligeramente soluble en alcohol y éter. Cristaliza en agujas largas y delgadas y es dextrógira, es decir, desvía el plano de polarización de la luz hacia la derecha. Por hidrólisis rinde una mezcla de glucosa y fructosa, que son levógiras, pues desvían el plano de polarización hacia la izquierda. Por ello, esta mezcla se llama azúcar inversa, y se denomina inversión el fenómeno por el cual se forma. En el intestino humano, la inversión tiene lugar gracias a la intervención de las enzimas invertasa y sacarasa” (4-b).

¿Cómo se extrae el azúcar químicamente?

76. Primero se extrae el jugo de la caña de azúcar, luego: “Para dejar limpio el líquido que contiene el azúcar, se le añade **CAL**. En este momento, la reacción alcalina destruye casi todas las vitaminas. En las refinerías, este azúcar crudo se ha de transformar todavía en azúcar común o de consumo, para lo cual ha de pasar por varios procesos más de limpieza con **CARBONATO DE CALCIO**, de blanqueo con **ÁCIDO SULFÚRICO**, de filtración a través de **CARBÓN DE HUESOS** y de cocción hasta obtener los cristales” (35).

¿Qué dice la “Sociedad Española de Reumatología” sobre la dieta y las enfermedades reumáticas?

77. La “Sociedad Española de Reumatología” respecto a la dieta que incluye al azúcar de mesa y las patologías reumáticas señala lo siguiente: “La dieta podría estar agravando una enfermedad reumática de maneras diferentes... (Por lo que se recomienda) **REDUCIR EL**

CONSUMO DE AZÚCARES: El azúcar contiene calorías pero SIN NINGÚN VALOR NUTRITIVO, por lo que estas calorías se denominan ‘calorías vacías’. Una forma de reducir este aporte de calorías puede ser el uso de... fruta fresca o frutas secas (como las pasas) para mezclar con ciertos alimentos (por ejemplo los cereales del desayuno), proporcionándoles dulzor. La ingesta regular de frutas y verduras permite el aporte adecuado de minerales y vitaminas, ya que la cantidad necesaria de las mismas no se debe reducir aunque se disminuya el ingreso calórico diario” (36).

¿Cómo puede afectar al organismo humano la ingesta de azúcar de mesa?

78. Se sabe que: “Una de las sustancias aparentemente inofensivas y sin embargo una de las que mayores problemas crea al atacar nuestro sistema inmunológico es el azúcar. Los macrófagos quedan atorados en el azúcar y se imposibilita su acción. La misión de los macrófagos consiste en destruir, bloquear y activar la inmunidad cuando detectan la presencia de una toxina, un virus o una bacteria... Cada vez que ingerimos azúcar, aunque sea tan poco como dos cucharadas, las proporciones de minerales entran en desbalance... (Además) Mientras la glucosa es absorbida por la sangre, nos sentimos animados. Un estímulo veloz. Sin embargo, a este impulso energético le sigue una depresión. Estamos inquietos, cansados; necesitamos hacer un esfuerzo para movernos o incluso pensar. Hasta que se eleva de nuevo el nivel de glucosa... Podemos estar irritables, hechos un manojo de nervios, alterados. Las crisis acumulativas al final del día pueden causar inestabilidad emocional. Día a día nos encontramos con una falta de eficiencia, siempre cansados, nada logramos hacer, realmente sufrimos los ‘sugar blues’ (o depresiones del azúcar)... Puesto que en algunas personas las células cerebrales dependen totalmente del aporte de azúcar en la sangre en cada momento, son quizás las más susceptibles de sufrir daños. La alarmante y creciente cantidad de neuróticos en el mundo lo evidencia claramente. No todos llegan al final. Algunas personas empiezan con glándulas adrenales fuertes; otras no. Sin embargo, el cuerpo no miente - si se toma azúcar, se sienten las consecuencias” (35).

¿Es posible que la artritis pueda estar causada por la ingesta de azúcar blanca o morena?

79. Así es, pues bien se sabe por la “Asociación de Odontología Restauradora” en su publicación de la “Revista Científica” de Noviembre del 2005, lo siguiente respecto a la artritis y la ingesta de azúcar refinada: “El azúcar aumenta la incidencia de caries dental y afecciones a todo el organismo. El azúcar refinado provoca desequilibrios de calcio y fósforo en la sangre que pueden llevar a enfermedades como la, ARTRITIS, cáncer, diabetes y osteoporosis” (35).

¿Cómo debe ser considerado el azúcar de mesa de mesa?

80. Tenga siempre presente que: “EL AZÚCAR BLANCO ES MUY ACIDIFICANTE (la artritis reumatoide de se desarrolla en un medio ácido) y tendremos que tener en cuenta la cantidad de alimentos elaborados que la contienen, posiblemente esté consumiendo una mayor cantidad de azúcar de la que cree si come alimentos precocinados, enlatados, etc., si tiene curiosidad lea detenidamente los componentes de los alimentos que compra y comprobará con sorpresa que en su mayoría contienen algún tipo de azúcar, (glucosa, fructosa, sacarosa, lactosa etc.)” (37).

Pero, ¿Es posible que la artritis pueda originarse por la ingesta de azúcar de mesa?

81. Así es, pues por prolijas investigaciones llevadas a cabo por la Dra. Nancy Appleton, PhD. se publica en su famoso libro "El Hábito del Azúcar" el siguiente detalle respecto del azúcar: “Además de perturbar la homeostasis del cuerpo, el exceso de azúcar puede dar lugar a un número de otras consecuencias significativas. Lo que sigue es un listado de algunas de las consecuencias metabólicas del azúcar de una variedad de diarios médicos y de otras publicaciones científicas. El azúcar puede suprimir su sistema inmune y deteriorar sus defensas contra las enfermedades infecciosas. EL AZÚCAR PUEDE PRODUCIR UNA SUBIDA SIGNIFICATIVA DEL COLESTEROL total, los triglicéridos, AUMENTO DEL COLESTEROL LDL y una disminución del colesterol HDL. El azúcar puede causar enfermedades autoinmunes por ejemplo: ARTRITIS, asma, esclerosis múltiple” (38).

Pero, ¿Es posible que la ingesta de azúcar pueda elevar una elevación del colesterol malo LDL?

82. Así es, pues según las investigaciones llevadas a cabo en la “Universidad de Toronto” (Canadá), Departamento de Medicina, por el Dr. Lewis y el Dr. Steiner, se evidenció científicamente que: “El azúcar puede reducir el colesterol de alta densidad benigno (HDL) y promover una elevación de colesterol dañino (LDL)” (39).

¿Es posible que la elevación del colesterol malo LDL pueda desencadenar la dolorosa artritis reumatoide?

83. Así es, además se sabe por “Annals of the Rheumatic Diseases” que: “Las personas que sufren artritis presentan unos niveles de lípidos negativos (colesterol LDL elevado, colesterol HDL bajo...), incluso años antes de desarrollar la enfermedad” (40).

¿Qué otra evidencia se tiene de que el azúcar es realmente el precursor de una dolorosa artritis reumatoide?

84. El Dr. Mariano José Bueno Cortés, en su tratado de **“El Azúcar y la Medicina Biológica”**, señala en su parte sobresaliente al respecto lo siguiente: “El azúcar refinado se presenta incompleto, aislando del resto de los componentes de la planta (celulosa, minerales, vitaminas, enzimas,...), con ausencia de las sustancias necesarias para una correcta metabolización y a su pausada y correcta difusión en el organismo. De ese modo, al penetrar en el organismo, tiene cierta facilidad para atraer a otras sustancias, como calcio (por eso provoca descalcificación y es de origen de multitud de **ARTRITIS** y caries, por acidosis hormonal), magnesio y vitamina B (por eso un exceso de azúcar en la sangre, aumenta los dolores, y disminuye el umbral del dolor)” (41).

¿Existe otra evidencia científica que demuestre en forma evidente que la ingesta de azúcar pueda desencadenar una artritis dolorosa?

85. Existe abundante evidencia científica que demuestra que el azúcar de mesa es uno de los directos responsables para el desarrollo de la artritis. El Dr. Ramsey y Dr. Mansfield, en su tratado: “Estudio ciego controlado con placebo de terapia de manipulación dietética en artritis reumatoide”, publicado en “Lancet” 8475, No. 1, Febrero 6, 1986, pp. 236-238, señalan en forma explícita al respecto lo siguiente: **“El azúcar puede ocasionar artritis”** (42).

¿Qué está pasando en los EEUU respecto a la artritis y la osteoartritis?

86. Lamentablemente gracias al azúcar: “Aproximadamente 20.700.000 adultos en EEUU tienen la forma más común de artritis, la osteoartritis, también llamada enfermedad articular degenerativa. La mayoría de las personas mayores de 75 años tiene osteoartritis en al menos una articulación, lo cual hace que esa condición sea una de las principales causas de discapacidad en ese país” (43).

¿En qué tipo de comestibles artificiales encontramos a azúcar que puede causar una dolorosa artritis?

87. El azúcar de mesa, sea esta de la clase morena o blanca, debe ser evitado a toda costa, pues este elemento químico es peligrosamente acidificante del torrente sanguíneo, precursor de la dolorosa artritis y de múltiples patologías agudas y crónicas. Tengamos siempre presente que el azúcar es una verdadera plaga para la humanidad, además de ser una tragedia para el delicado y sensible organismo humano. El azúcar es el mejor adulterante que utiliza la industria de comestibles artificiales, incluso la industria de los medicamentos de productos farmacéuticos. El azúcar está presente en las sodas, bebidas gaseosas, refrescos, panes industriales, tortas, productos de pastelería, tartas, donas, flanes, galletas en sus variadas presentaciones, gelatinas en sus infinitas variedades, helados, dulces, chocolates, chicles, golosinas en general, frutas enlatadas, frutas en conserva, jarabes de farmacia, tabletas, cápsulas, etc. Lamentablemente el mundo está anegado en azúcar, razón por la que existen más de cien tipos diferentes de artritis, patología dolorosa, anquilosante y deformante. La artritis invadió el mundo desde que el azúcar se constituye el amo y señor de la industria de comestibles artificiales y de casi todas las familias de la humanidad.

¿Qué tipo de endulzante de debe utilizar en vez del azúcar de mesa?

88. Los mejores endulzantes para la salud humana son los que tienen elementos saludables, como minerales, vitaminas, aminoácidos, oligoelementos indispensables para la vida. Estos endulzantes naturales son: la miel de caña, miel de algarrobo, miel de abejas, chancaca, pero, el mejor dulce que puede experimentar nuestro fino y sensible paladar, es el sabor de las frutas dulces, que son una verdadera delicia saludable para nuestro maravilloso organismo.

AZUCARES NATURALES DE ÓPTIMA CALIDAD, RECOMENDABLES PARA EL CONSUMO HUMANO

MIEL DE CAÑA



ALGARROBINA



CHANCACA



ESTEBIA



MIEL DE ABEJA



¡NO SE PIERDA LA NOVENA PARTE DEL SEMINARIO “ARTRITIS REUMATOIDE”!