

## CUARTA PARTE DEL SEMINARIO: “LO QUE TODOS SIEMPRE HAN QUERIDO SABER SOBRE LA DUODENITIS”

La duodenitis es una patología cada vez más común en las colectividades modernas, enfermedades está relacionada siempre a estilos de vida y hábitos alimenticios erróneos. La duodenitis, desconocido para algunos, es en muchos casos la causa real para que el promedio de vida baje considerablemente en las sociedades modernas, pero, con serios cambios en hábitos de vida y estilos alimentarios, es posible revertir esta situación deplorable en materia de salud. Si los gobiernos y autoridades de salud de las diferentes repúblicas del mundo, no asumen una responsabilidad compartida en educar y asesorar en materia nutricional y hábitos de vida, no estarán en peligro especies animales exóticas, sino, el peligro será para la especie humana, pues encontrar un ser racional que goce de buena salud es casi desconocido en esta época de gran desierto nutricional. En el presente seminario, explicamos las mejores defensas para prevenir y superar esta patología que causa y causó tantas pérdidas humanas.

### LA SALUD ES EL RESULTADO DE VIVIR EN ARMONÍA CON LAS LEYES INMUTABLES DE LA NATURALEZA

La naturaleza nos ofrece recursos gratuitos de salud, bienestar y vida plena.



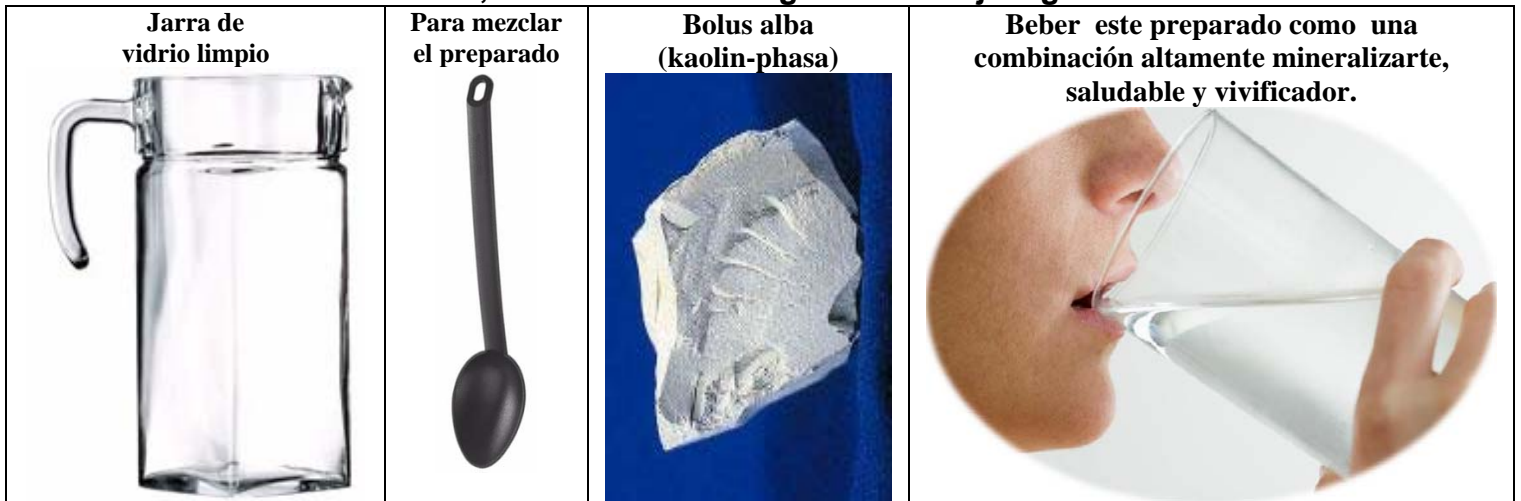
Los alimentos y los medicamentos naturales son el arma magna de la medicina científica del siglo XXI.

#### TRATAMIENTO PREVENTIVO Y CURATIVO DE LA DUODENITIS CON LA MEDICINA BIOLÓGICA NATURAL-1

**¿Qué tratamiento ofrece la medicina natural para prevenir y superar la duodenitis?**

42. El mejor tratamiento que ofrece la medicina biológica, es la terapia preventiva, es decir, que es mejor prevenir una patología que tratar la misma, pues la primera es sencilla y la otra en muchos casos es muy dolorosa, incómoda y costosa, que en muchos casos acaba con la vida misma. A continuación explicamos sencillos métodos preventivos para evitar el desarrollo y aparición de la duodenitis, como una patología sutil e insidiosa.
43. PRIMERO. Aproximadamente somos un 66% en volumen, solo agua, es decir, más del 50% de nuestro organismo es solo agua, por lo que recomendamos beber medio litro de agua atemperada por cada 20 kilos de peso. Beber agua natural de lluvia o de vertientes limpias, evitará que usted sufra de una peligrosa y dolorosa duodenitis. Los mejores horarios para beber agua en estado natural, es media o una hora antes del desayuno, almuerzo ó cena, no después de las comidas, es mejor antes. Es necesario caminar y realizar ejercicios para que haya una necesidad real de beber agua, en lugares tropicales las necesidades del líquido

elemento son mas imperantes, pero, siempre que se beba agua, no debe añadir nada a este elemento esencial para la vida, nada de azúcar, colorantes, saborizantes, etc. Si desea lograr agua mineral en lugares impropios, como en las grandes ciudades o poblaciones donde la salubridad es cuestionable, recomendamos seguir el consejo siguiente:



- 1) Hervir por la noche para dormir, dos litros de agua potable o de pozo limpio, hervir un minuto, entibiar e introducir en una jarra de vidrio limpio, añadir a esta agua atemperada dos cucharas de phasa - chaco (bolus alba) molido, mezclar hasta que el líquido quede como leche, dejar remojar toda la noche.
- 2) Al siguiente día, beber el líquido que queda, no la tierra fina que queda asentado en la parte inferior del recipiente de vidrio. Los mejores horarios para beber esta agua mineral, con phasa en estadio coloidal, son: una taza una hora antes del desayuno, almuerzo y cena. No añadir a este líquido ningún endulzante artificial ni natural.

44. SEGUNDO. La dieta es fundamental para prevenir las patologías duodenales, pues somos lo que comemos, somos alimentos transformados, por lo que recomendamos desayunar como rey, almorzar como príncipe y cenar como mendigo, es decir:

- 1) **DESAYUNO.** La mejor comida del día siempre deben ser las frutas, un licuado de crudas, ensaladas de frutas en zonas tropicales y templadas es muy saludable, pero, en zonas frías, altiplánicas y la sierra, se pueden utilizar bebidas calientes (no quemantes) como ser, avena hervida, maíz de willcaparu hervido, leche de soya, leche de almendras, leche de ajonjolí, etc. (Ver nuestro seminario: "Las ventajas de la leche natural" donde explicamos detalladamente la forma de preparar una gama de leches vegetales). Puede acompañar a estos desayunos con pan integral de trigo, pan de maíz, pan de amaranto, pan de plátano y pito de cebada, pan de plátano y pito de amaranto, pan de plátano y pito de cañagua, etc. (Ver nuestro seminario: "Las ventajas del pan integral" donde explicamos detalladamente la forma de preparar el pan integral). Recomendamos nunca endulzar los desayunos naturales con azúcar blanca ó morena, pues estos químicos son venenosos y perjudiciales para la salud humana. Puede utilizar miel de caña, miel de abejas, chancaca rallada, hojas secas o tiernas de estevia (no utilizar estevia refinada en forma de polvo blanco, este es otro químico peligroso para la salud humana, pues en su blanqueado utilizan otros elementos químicos perjudiciales), miel de algarroba, etc.
- 2) **ALMUERZO.** Las comidas de medio día estarán siempre cumplirán con las reglas de la nutrición saludable, y esta es que en las refacciones meridianas, se deben combinar siempre los cereales con las legumbres, pues esta sencilla combinación nos dan los aminoácidos necesarios para lograr la proteína humana, indispensable para vivir en forma saludable. Legumbres (las semillas que vienen en vainas, como las arvejas, habas, lentejas, garbanzos, frijoles, porotos, pallares, vainitas, judías verdes, etc.), los cereales (las semillas que vienen en espigas, como la avena, el trigo, la cebada, sorgo, centeno, maíz, etc.). Además de quinua, amaranto, cañagua, etc. En las refacciones de medio día, no deben faltar las ensaladas crudas, como el plato fundamental, pues estos alimentos son las células vivas que nos proveen de nutrientes en estado natural, como las vitaminas, minerales, oligoelementos, aminoácidos y demás elementos esenciales para la vida, es preferible que las ensaladas crudas tengan tres a cinco verduras frescas de la época, siguiendo el consejo de cuanto menores combinaciones hagamos, mejores serán nuestras digestiones. Las mejores verduras para las ensaladas de medio día son las siguientes: lechuga, puerros, verdolaga, berros, canónigos (lechuga suiza), acelga, repollo, zanahoria rallada, nabo tierno y rallado al estilo de la zanahoria, remolacha (betarraga) tierna y rallada al estilo de la zanahoria, tomate, cebolla, hojas tiernas de acelga, hojas tiernas de espinacas, hojas tiernas de diente de león (kanapaco), etc. Es necesario añadir a las ensaladas crudas con jugo de limón (en vez del vinagre venenoso),

es mejor utilizar aceite de olivas que los demás aceites vegetales y muy poca sal, etc. (Eliminar la sal de su dieta todos los que padecen de hipertensión arterial, presión alta, etc.). También en las comidas de medio día, se deben añadir tubérculos cocidos, como la papa (chuño, tunta, etc.), yuca (mandioca), racacha, oca (caya), camote, hualusa, isaño, maschua, ajo (bulbo), zapallo, lacayote, etc. Las oleaginosas son necesarias en las refacciones de medio día, pero en poca cantidad, como el maní, ajonjolí, almendras, nueces, pecanas, avellanas, castañas, linaza, semillas de zapallo, semillas de girasol, etc.

3) CENA. La tercera comida del día, no deben ser abundante, pues la ingesta de alimentos excesivos, perjudican el sueño normal y deterioran las funciones digestivas. Es mejor comer frutas por la noche, en las zonas cálidas y los valles, pero, en las zonas frías, preferible frutas hervidas, como manzanas hervidas, licuado de frutas carnosas y cereales (manzana, papaya, pasas de uvas, avena instantánea, pito de amaranto, coco rallado, etc.) en agua tibia acompañado con pan integral (Ver nuestro seminario: “Las ventajas del pan integral” donde explicamos detalladamente la forma de preparar el pan integral) etc. En caso de que el clima este frío, puede comer algunas sopas de verduras, particularmente de arroz, pero, cuatro horas antes del sueño nocturno, etc. Es preferible caminar luego de las comidas nocturnas, particularmente si son saladas. Ver nuestro copiado “Curso de cocina vegetariana N°1.

45. TERCERO. Mantenga limpio internamente su organismo, no permita estreñimiento alguno, pues las malas digestiones, como las dispepsias (Vago sentimiento de molestia en el epigastrio, que se nota después de comer. Se tiene una sensación desagradable de plenitud, pirosis, flatulencia y náuseas), estreñimientos (Evacuación intestinal infrecuente o difícil, caracterizada por la emisión de heces secas y duras. Entre las causas orgánicas están la obstrucción intestinal, la diverticulitis y los tumores, se debe con frecuencia a dietas insuficientes en líquidos o fibra, trastornos emocionales, o ciertos medicamentos. Por lo general, este síntoma mejora con una alimentación adecuada rica en fibra, y con el ejercicio. En los ancianos y en pacientes encamados puede producirse un deterioro funcional del colon con dificultad para responder a la urgencia de defecar), malas digestiones, gastropatías, etc. Son la causa real de un diluvio de enfermedades incluyendo la duodenitis. Para superar el estreñimiento, recomendamos revisar nuestros seminarios: “Estreñimiento”, “El Poder Curativo de la Papaya”, “Los Maravillosos Lavados Clónicos”, “El Poder Curativo del Aceite de Olivas”, “El poder curativo de las ciruelas” etc.

### LAS MEJORES ALTERNATIVAS PARA LIMPIAR EL INTESTINO Y LAS VÍAS GASTROINTESTINALES

Irrigador (lavados colónicos)



El Poder Curativo del Aceite de Olivas



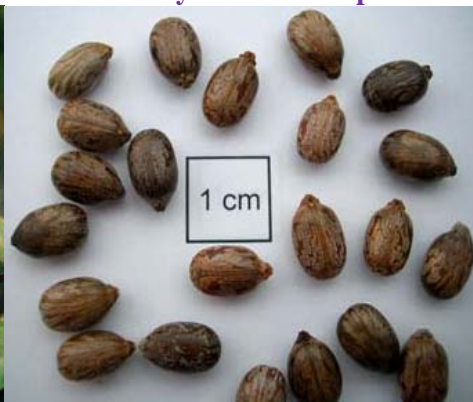
El Poder Curativo de las ciruelas secas



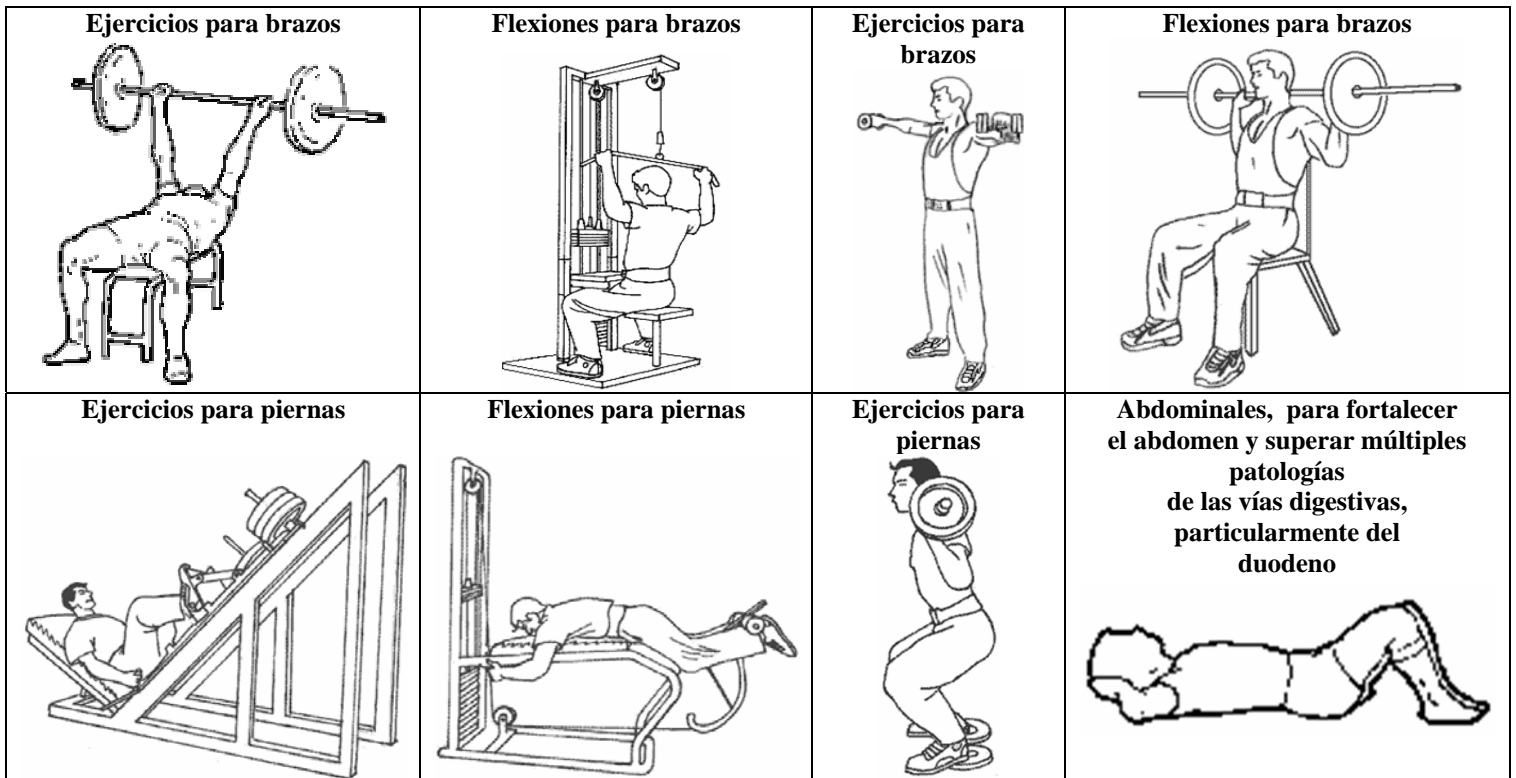
El poder curativo de la papaya



El aceite de ricino y su valor terapéutico

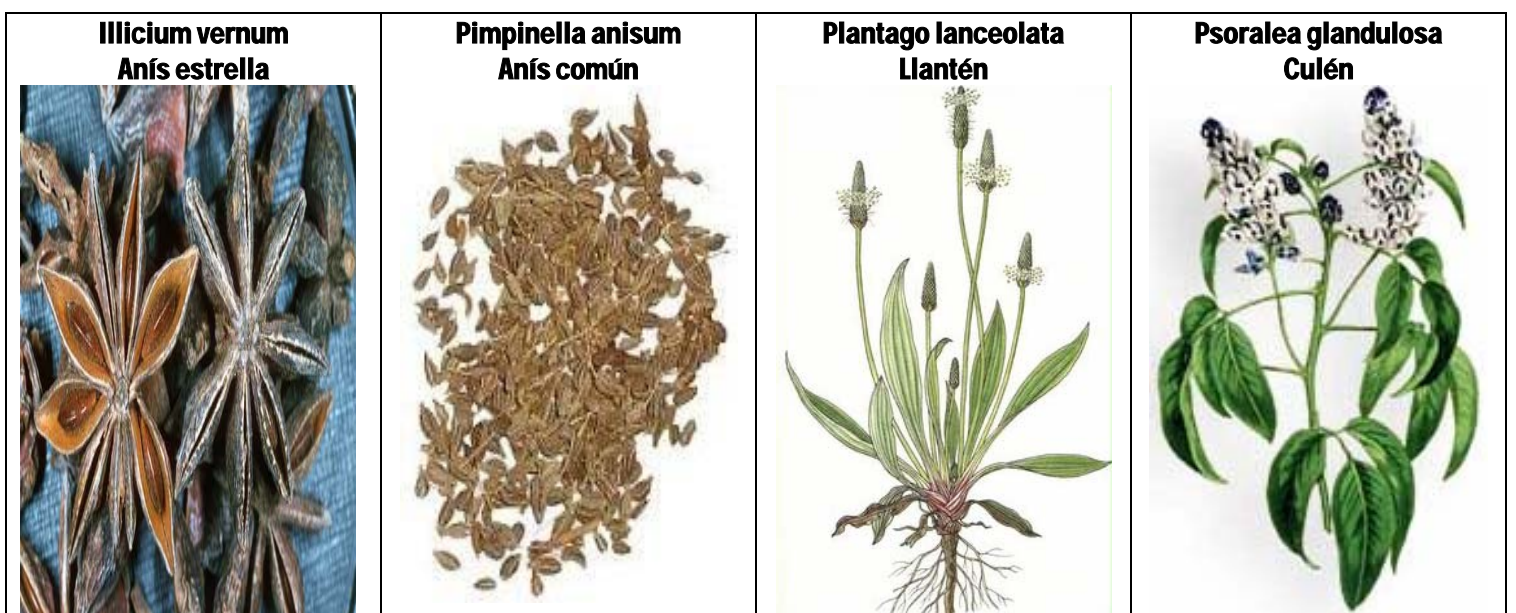


46. CUARTO. Los ejercicios son esenciales para prevenir las patologías duodenales, recomendamos treinta minutos de ejercicios diarios, como ser: trotes lentos, saltos con la cuerda y natación. Las flexiones al aire libre también son saludables, pero, todo ejercicio debe ser realizado sin sentir el mínimo dolor, pues si las flexiones causan dolor, deben ser cambiadas por otras. Recomendamos analizar nuestro seminario “El Poder Curativo de los Ejercicios”.



47. QUINTO. Todos los que desean superar la duodenitis, pueden utilizar el siguiente tratamiento con la botánica médica:










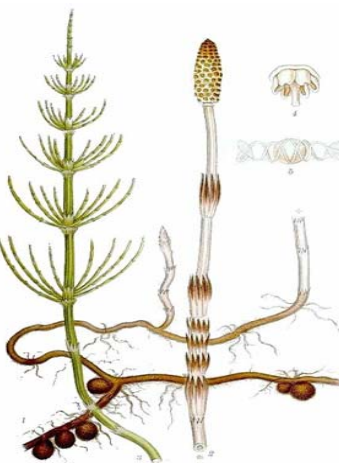


## ESPECIES BOTÁNICAS PARA CONSERVAR EN ÓPTIMAS CONDICIONES LA SALUD DEL DUODENO



LA “ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD”  
OPINA:



“Según la ‘Organización Mundial de la Salud’ el 80% de los habitantes del planeta usan habitualmente las plantas medicinales” (19).

<p><b>Illicium verum</b> <b>Anís estrella</b></p> 	<p><b>Pimpinella anisum</b> <b>Anís común</b></p> 	<p><b>Plantago lanceolata</b> <b>Llantén</b></p> 	<p><b>Psoralea glandulosa</b> <b>Culén</b></p> 
<p><b>Salvia officinalis</b> <b>Salvia</b></p> 	<p><b>Matricaria chamomilla</b> <b>Manzanilla</b></p> 	<p><b>Foeniculum vulgare</b> <b>Hinojo</b></p> 	<p><b>Melissa officinalis</b> <b>Toronjil</b></p> 
<p><b>Taraxacum officinale</b> <b>Diente de león</b></p> 	<p><b>Equisetum arvense</b> <b>Cola de caballo</b></p> 	<p><b>Chenopodium ambrosioides</b> <b>Paico</b></p> 	<p><b>Linum usitatissimum</b> <b>Linaza</b></p> 

**¿Cuál es la mejor manera de utilizar la botánica médica para superar y prevenir la duodenitis?**

48. A continuación explicamos las mejores maneras para conservar las especies botánicas deshidratadas para luego ser utilizadas.

- 1) Todas las plantas medicinales a utilizar deben estar debidamente higienizadas.
- 2) Las plantas que se utilizan como medicamento, deben ser recolectadas de lugares limpios, no de plazas públicas, cenizales, en zonas donde hay aguas encharcadas, lugares incultos, etc.
- 3) Al recolectar las plantas medicinales, es preferible secarlas en la sombra, desmenuzarlas apropiadamente, guardarlas en sobres de papel madera y en lugares secos carentes de humedad y sol.
- 4) La durabilidad de las especies vegetales deshidratadas y conservadas prudentemente, pueden tener aproximadamente de tres a cinco años en la sierra, altiplano y lugares fríos, pero no más de uno a dos años en lugares tropicales y húmedos.
- 5) Cuando las especies vegetales que se utiliza tengas puntos oscuros verdosos, etc. Es preferible desecharlos, pues la humedad y hongos invadieron esta especie a utilizar.

6) Cuando se utilizan especies botánicas frescas, deben ser debidamente higienizadas, es decir, lavarlas con agua limpia, que no tengan tierra, manchas oscuras, que no estén marchitas, etc.






49. A continuación explicamos las mejores maneras de combinar las especies botánicas recomendadas para superar y prevenir las patologías duodenales.

### MEDICAMENTOS NATURALES PARA CONSERVAR LA SALUD DEL DUODENO

50. SEXTO. Si los síntomas de la duodenitis son evidentes, beber por la mañana en ayunas, una hora antes del desayuno, media taza de zumo de Solanum tuberosum (patata-papa luki, pelada, pasado por extractora), con zumo de siete hojas de Plántago lanceolata (hojas frescas de llantén, pasado por la misma extractora), beber con 20 gotas de sangre de grado (Croton lechleri) sin endulzar ni calentar. Tratamiento de dos a tres meses según la gravedad de la duodenitis.

<p><b>Papa luki</b> <b>Solanum Tuberosum</b></p> 	<p><b>Llantén</b> <b>Plantago lanceolata</b></p> 	<p><b>Extractora</b></p>  <p>Extraer el jugo de estas especies frescas y utilizar inmediatamente, no guardar.</p>	<p><b>Sangre de grado Croton lechleri</b></p>  <p><b>Sangre de grado</b></p>	<p><b>Zumo de papa, llantén y gotas de sangre de grado</b></p> 
---	---	--	--	---

51. SÉPTIMO. La siguiente combinación botánica, es aconsejable para prevenir y superar las patologías duodenales en sus diferentes manifestaciones: Chenopodium ambrosioides (Hojas de paico, seco y desmenuzado, 20%, dos cucharas colmadas), Pimpinella anisum (anís, frutos secos y enteros, 20%, dos cucharas), Plantago lanceolata (hojas secas y desmenuzadas de llantén, 30%, tres cucharas colmadas), Taraxacum officinale (Diente de león, hojas secas y desmenuzadas, 30%, tres cucharas colmadas). Esta sencilla combinación botánica utilizar de la siguiente manera: hervir en tres tazas de agua caliente, tres cucharillas de la combinación indicada, por espacio de tres minutos, pasar por un colador y beber una taza por la mañana en ayunas, una hora antes del desayuno, una taza una hora antes del almuerzo y cena, con 10 gotas de propoleo (preparado alcohólico derivado de la cera oscura de las abejas) por taza, beber siempre tibio, sin endulzar. Tratamiento de uno a tres meses según el caso. Si usted desea conseguir la combinación botánica indicada en el presente seminario, con el nombre de "Estomacal Intestinal", además de las gotas de "Propoleo", pasar por nuestras oficinas de la calle Murillo Nº 752 (Tel. 2330662) La Paz; Oruro: Calle Bolívar Nº 359 (Entre la calle Pagador y Potosí) Tel. 5284739- 5279257- 5274193.

<p><b>Paico (Chenopodium ambrosioides)</b></p> 	<p><b>Anís (Pimpinella anisum)</b></p> 	<p><b>Llantén (Plantago lanceolata)</b></p> 	<p><b>Diente de león (Taraxacum officinale)</b></p> 	<p><b>Gotas de propoleo Extracto alcohólico</b></p> 
---	--	---	--	---

**LAS ESTADÍSTICAS MUNDIALES EN SALUD OPINAN:**  
**"Al menos 5 mil millones de personas todavía dependen de la medicina tradicional con base en plantas" (20).**

**¡NO SE PIERDA LA QUINTA PARTE DEL SEMINARIO "LO QUE TODOS SIEMPRE HAN QUERIDO SABER SOBRE LA "DUODENITIS"!**