

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

**E**l estómago es el principal órgano del sistema digestivo. Es como una bolsa irregular en la que se producen ácidos que permiten la transformación de los alimentos (debidamente masticados) en una sustancia casi líquida, para que pueda ser absorbida por el intestino delgado. En el estómago también se lleva a cabo la absorción de algunos medicamentos y del alcohol (peligroso para la salud), que pasa directamente al torrente sanguíneo, por eso sus efectos en la salud son inmediatos. Este órgano tan importante, puede afectarse de muchas formas y son varios los factores de riesgo que las ocasionan, una de las enfermedades más frecuentes es la gastritis. La gastritis es una inflamación de la mucosa interior del estómago, que puede llegar a producir sangrado, úlceras y la erosión de las paredes internas, ocasionando dolor, muchas molestias, náuseas, vómitos, inflamación, acidez gástrica y en ocasiones hasta sangrado. En el presente estudio, analizamos las causas que permiten el desarrollo de esta patología.

*¿Es posible que haya una relación estrecha entre la úlcera de estómago y la gastritis?*

9. Así es, por lo tanto, todos deben tener: “cuidado, de la gastritis a la úlcera estomacal (Erosión circunscrita de la capa mucosa del estómago, que puede traspasar la capa muscular y perforar la pared gástrica. Se caracteriza por episodios de dolor epigástrico urente y náuseas, especialmente cuando el estómago está vacío o después de comer ciertos alimentos), hay sólo un paso” (9).

### ELEMENTOS CAUSALES QUE PERMITEN EL DESARROLLO DE LA GASTRITIS

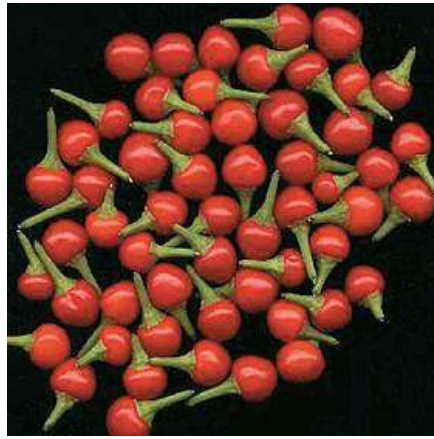
*¿Cuáles son las causas más frecuentes por la que se desarrolla esta patología?*

10. Existen varias causas por las que se desarrolla esta patología, de las que enumeramos las principales:  
1) Las causas más comunes son:

Causales fundamentales para el desarrollo de la peligrosa gastritis	Responsables directos para el desarrollo de la peligrosa gastritis	Responsables directos para el desarrollo de la peligrosa gastritis
<p>a) “Beber alcohol (todas las bebidas con diferente grado alcohólico son los principales causales para el desarrollo de la gastritis, como ser: la cerveza, brandy, chicha, guarapo, singani, vino en sus variadas formas y colores, sidra, coctel, wiski, vodka y demás bebidas alcohólicas)” (10).</p>	 <p style="text-align: center;">Cerveza</p>	 <p style="text-align: center;">Whisky</p>
<p>b) Gastritis por: “Comer comestibles picantes (ají en sus múltiples colores y variedades, chiles en sus diferentes colores y tamaños, ulupica, locoto en sus variadas formas y colores, rocoto, pikes, kiñón, jengibre, pimienta, pimentón picante, chinchas, etc.)” (10).</p>	<p style="text-align: center;">LOCOTO</p> 	<p style="text-align: center;">AJÍ Y ULUPICA</p> 
<p>Los vegetales picantes como el famoso jengibre (kion) y pimienta, que se utiliza en forma abundante en la cocina Hindú (supuesta comida vegetariana, que tiene poco o nada de vegetarianismo científico), estimula en forma sutil la peligrosa gastritis.</p>	<p style="text-align: center;">JENGIBRE (KION)</p> 	<p style="text-align: center;">PIMIENTA</p> 

Los vegetales picantes contienen en su estructura molecular la peligrosa “capsaicina”, que es un poderoso irritante de la mucosa estomacal, por lo que desaconsejamos el uso de cualquier comestible picante, por ser dañino para las delicadas paredes internas del fino y sensible estómago humano.

### CHILES



### PIMENTÓN PICANTE



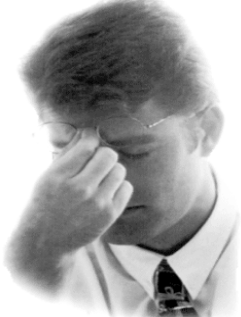
c) Gastritis por: “Fumar (tabaquismo)” (10). Tengan siempre presente los adictos al tabaco que el “fumar, (es un) vicio que obnubila (confunde y degrada severamente) el estómago y los lleva a desear con vehemencia algo más fuerte que el tabaco. Entonces siguen aun más hasta hacer uso de bebidas alcohólicas” (16).



d) Otra de las causas más frecuentes para el desarrollo de la peligrosa gastritis: “es el estrés (Proceso físico, químico o emocional productor de una tensión que puede llevar a la enfermedad física. Tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicossomática o trastornos psicológicos a veces graves” (11) (1).



“La exposición prolongada al estrés agota las reservas de energía del cuerpo y puede llevar en situaciones muy extremas incluso a la muerte”(1)



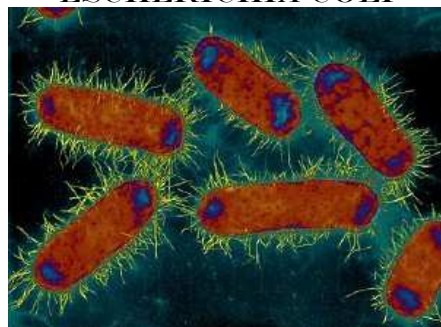
Estrés: “Cualquier factor emocional, físico, social, económico o de otro tipo, que requiere una respuesta o un cambio, que puede provocar... el llanto” (5).

e) Gastritis por: “Usar por tiempo prolongado medicamentos antiinflamatorios no esteroides (su sigla en inglés es NSAID, sigla en español AINES). Medicamentos (como la aspirina, piroxicam, indometacina y los antiinflamatorios)” (10).

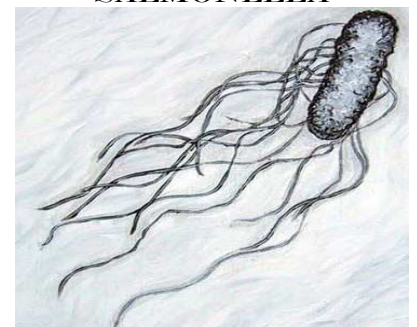



f) Las invasiones de microorganismos y mal controladas (mal curadas), puede dar lugar al desarrollo de la gastritis, tal es el caso de las: “Infecciones por bacterias como Escherichia coli, Salmonella o Helicobacter pylori” (10).

### ESCHERICHIA COLI



### SALMONELLA



<p>g) La humanidad está hechizada por las bebidas gaseosas, estos refrescos que nunca refrescan, contienen cantidades escalofriantes de químicos tóxicos, deletéreos y venenosos para el delicado estómago. Nunca olvidemos que: “Las bebidas gaseosas (sodas) retrasan la digestión por lo que aumentan la secreción de ácidos en el estómago, provocando gastritis” (13).</p>	<p>SODAS (GASEOSAS)</p> 	<p>BEBIDAS GASEOSAS COLA</p> 
<p>h) “Las causas más frecuentes (por el que se desarrolla)... la gastritis son... las bebidas excitantes (como el café, té)” (1). La cafeína está relacionado directamente con patologías diversas, particularmente con enfermedades estomacales como la gastritis aguda y crónica.</p>	<p>CAFÉ</p> 	<p>TÉ EN SUS DIFERENTES CLASES</p> 
<p>i) El azúcar sea esta de la clase morena o blanca y todos sus derivados, es uno de los químicos más peligrosos para el sensible estómago, pues es directamente responsable para el desarrollo de la gastritis humana, tenga siempre presente que: “El azúcar no es bueno para el estómago. Causa fermentación... El uso liberal de azúcar en cualquier forma tiende a congestionar el organismo y es causa frecuente de enfermedad... El azúcar y la leche combinadas causan fermentación en el estómago y por lo tanto son dañinas” (17).</p>	<p>¡DIGA NO AL AZÚCAR!</p>  <p>Los mejores azúcares para la salud humana son los siguientes: el azúcar de todas las frutas, miel de abejas, miel pura de caña, chancaca, miel de algarrobo (algarrobina), hojas de estevia, etc.</p>	<p>AZÚCAR BLANCA Y MORENA</p>  <p>“El azúcar es veneno... es más mortal que el opio y más peligroso que la contaminación después de una explosión nuclear... Si de verdad quieres conquistar (a tus enemigos)... solo debes darles azúcar, dulces y coca cola. Esto les destruirá más rápidamente que las bombas” (18).</p>
<p>j) La ingesta de comestibles chatarra que admiten cientos de aditivos químicos, son directos responsables de la gastritis aguda y crónica, por lo que desaconsejamos el uso de todo comestible que admita añadidos químicos, pues la: “Erosión (pérdida) de la capa protectora del revestimiento del estómago (es por la ingesta de comestibles industrializados)” (12).</p>	<p>ESTÓMAGO</p>  <p>Los comestibles industrializados (chatarra) contienen conservantes, azúcar, colorantes, aromatizantes, edulcorantes, estabilizadores, radiación, espesantes, etc.</p>	<p>ESTÓMAGO IRRITADO</p>  <p>¡Evite a todo comestible chatarra!</p>

¡NO SE PIERDA LA TERCERA PARTE DEL PRESENTE SEMINARIO!