

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

La Gastritis, enfermedad perniciosa y en muchos casos silenciosa, que se manifiesta con lagudos dolores y ardores abdominales, patología común en las sociedades dependientes de comestibles artificiales, que admiten en su preparación infinidad de químicos potencialmente peligrosos para el fino y delicado estómago humano. En el seminario anterior, explicamos los responsables directos para el desarrollo de la gastritis, en el presente estudio, continuamos explicando los peligros que sufre el estómago por la ingesta de aditivos químicos que añade la industria de comestibles artificiales a los supuestos alimentos que nunca alimentan, antes bien estos comestibles chatarra, son en realidad los directos responsables para el desarrollo y degeneración de la cavidad estomacal.

“En la gastritis aguda se producen erosiones de las células superficiales de la mucosa, formaciones nodulares y a veces hemorragia de la pared gástrica” (3).

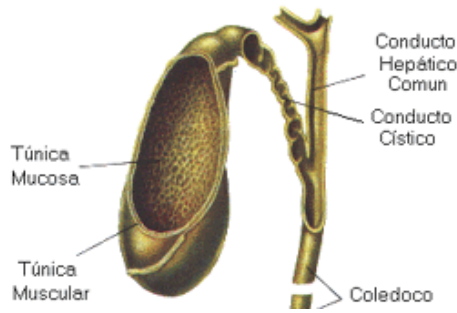
Segunda parte de los comestibles perjudiciales para la salud estomacal. Analizamos los precursores de la gastritis hasta terminar con un peligroso cáncer estomacal:

<p>k) La “Organización Mundial de la Salud”, revela que el: <u>“EL CÁNCER DE ESTÓMAGO</u> se vincula con dietas que incluyen grandes cantidades de alimentos <u>AHUMADOS</u>... El benzopireno es un químico originado por la incompleta combustión de materiales orgánicos y en la vida normal lo encontramos principalmente en el <u>TABACO</u>, carnes asadas, <u>FRITURAS</u> y <u>ALIMENTOS AHUMADOS</u> (carne a la parrilla)” (19) (20).</p>	<p style="text-align: center;">EL BENZOPIRENO Y LAS CARNES A LA PARRILLA (PARRILLADAS-CHURRASCOS)</p> 	<p style="text-align: center;">EL BENZOPIRENO Y EL TABACO</p>  <p style="text-align: center;">EL BENZOPIRENO LAS FRITURAS</p> 
<p>l) El uso reducido (mínimo) de sal (cloruro de sodio) de mesa, no representa un problema para la salud del estómago, pero, el uso exagerado de este elemento químico, es un verdadero problema para la sensible pared gástrica, pues provoca el desarrollo de una peligrosa gastritis. Al respecto la “Organización Mundial de la Salud”, señala que: “La sal también puede intervenir en el origen del <u>CÁNCER DE ESTÓMAGO</u>” (19).</p>	<p style="text-align: center;">SAL COMÚN</p>  <p style="text-align: center;">Por la salud de su estómago, baje al mínimo el consumo de sal y evite una gastritis dolorosa</p>	<p style="text-align: center;">SAL DE MESA</p>  <p style="text-align: center;">S Fuera del SALERO</p>

Todos deben saber que: “La cantidad de sal que se necesita para mantener la salud es... muy pequeña. Esta cantidad es de 200 MILIGRAMOS DIARIOS, o sea, como la vigésima parte, más o menos, de una cucharadita” (21). Según el Dr. Hanann Gancz, de la Universidad de Ciencias de la Salud del estado de Maryland, las altas concentraciones de sal en el estómago parecen inducir la actividad de la bacteria “*Helicobacter pylori*” que causa la peligrosa gastritis. (22).

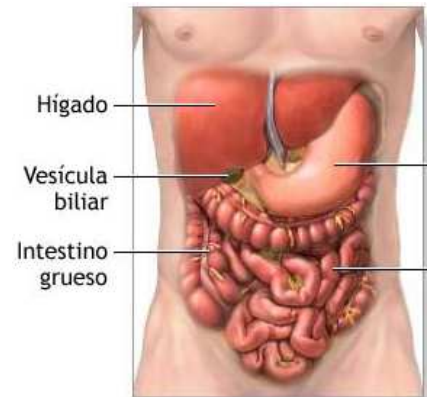
m) Gastritis por: "Reflujo de bilis hacia el estómago (reflujo biliar). La bilis es un líquido digestivo espeso secretado por el hígado y almacenado en la vesícula biliar, que ayuda a la digestión descomponiendo las grasas en ácidos grasos. La bilis contiene colesterol, ácidos biliares (también llamados sales biliares) y bilirrubina (un producto de la descomposición de los glóbulos rojos), así como cantidades muy pequeñas de cobre y otros metales" (14).

OPERADOS DE VESÍCULA (COLECISTECTOMÍA)



La extirpación quirúrgica de la vesícula biliar, permite el reflujo de la bilis hacia el estómago, lo que da inicio a la gastritis que de por vida deben sufrir todos los que fueron operados de vesícula biliar, salvo sigan los consejos que establecemos en el presente estudio.

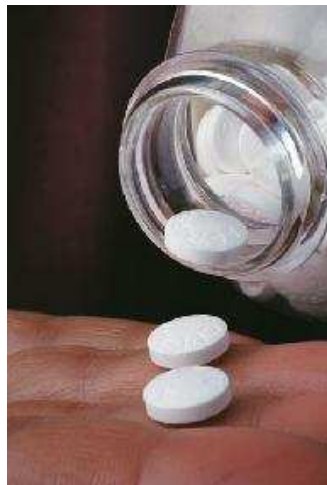
UBICACIÓN DE LA VESÍCULA BILIAR



La vesícula biliar es un saco excretor con forma de pera, situado en una fosa de la superficie visceral del lóbulo hepático derecho. Sirve de reservorio para la bilis. Con 8 cm de largo y 2,5 de ancho en su porción más gruesa, puede alojar unos 32 cc de bilis.

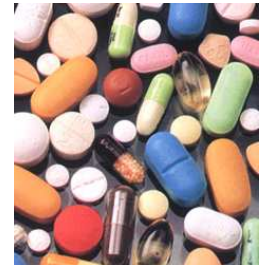
n) El uso indiscriminado de fármacos, como ser antibióticos, corticoides, antiinflamatorios, jarabes, tónicos, vitaminas, minerales, aspirinas, neurolépticos, cápsulas, tabletas y demás elementos químicos, pueden ser "buenos" cuando se los utiliza en forma limitada y racional, pero, tal como se utilizan los fármacos en la actualidad, son una verdadera plaga social, pues dan origen en forma segura a diferentes patologías estomacales, principalmente la muy dolorosa gastritis.

ASPIRINA (Ácido acetilsalicílico)



Tengamos siempre presente respecto a la aspirina que: "Su uso prolongado puede producir también úlceras gástricas" (1).

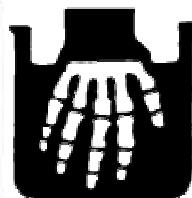
ANTIINFLAMATORIOS



Gastritis crónica atrófica por el uso de antiinflamatorios

o) Gastritis por: "Ingerir o beber sustancias corrosivas o cáusticas (como las sustancias tóxicas)" (12). Beber por error pesticidas, elementos corrosivos como matamoscas, raticidas y demás elementos químicos tóxicos puede desarrollar la peligrosa gastritis, y en muchos casos la misma muerte, pues estos venenos, pesticidas y demás químicos corrosivos son fáciles de adquirir en casi todos los mercados del mundo, y en muchos casos, se pone en los hogares desprevenidos en lugares de fácil acceso para los niños, que por falta de conocimiento y la peligrosidad de estos tóxicos, los ingieren provocando en forma involuntaria una dolorosa gastritis y aún la muerte.

ADVERTENCIAS



Todas estas señales deben advertirnos sobre la peligrosidad del contenido, para evitar poner al alcance de los niños y evitarlos a toda costa

¡NO PONER AL ALCANCE DE LOS NIÑOS!



MUY TÓXICOS: berilio, compuestos de boro, sulfuro de carbono, cianuros, dióxido de nitrógeno, fluor, ácido sulfúrico y sulfhídrico, compuestos orgánicos de mercurio y plomo, bromuro de metilo, tetraclorometano, y algunos pesticidas.

TÓXICOS: amoníaco anhidro, nitritos, fluoruros, dióxido de azufre, cloro, arsénico, selenio, mercurio.

NOCIVOS: cloratos y percloratos, permanganato potásico, yodo, calomelanos, tolueno, xilenos, cloro benceno, ciclohexanol, dioxano, nitro metano, y algunos pesticidas.

2) Las causas menos comunes por el que se manifiesta la gastritis son:

- a) “Trastornos autoinmunitarios (como anemia perniciosa)” (12).
- b) “Lesiones traumáticas o quemaduras” (10).
- c) “Infección grave” (10).
- d) “Cirugía mayor” (10).
- e) “Exceso de secreción de ácido gástrico (como el ocasionado por el estrés)” (12).
- f) “Infección viral, especialmente en personas con un sistema inmunitario débil” (12).

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

11. 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).

¿Qué más se sabe respecto a la etiología de esta patología?

12. Se sabe que el origen de la gastritis: “puede radicar en sobrecargas del estómago, por comidas demasiado pesadas, con exceso de **GRASAS** y **PICANTES** (ají, chiles en sus diferentes colores y tamaños, ulupica, locoto, rocoto, pikes, kión, jengibre, pimienta, pimentón picante, etc.) o abuso de alcohol y de la nicotina” (4).

COMESTIBLES CON ALTO CONTENIDO EN GRASAS QUE CAUSAN PELIGROSAS GASTRITIS

Hamburguesas en sus variadas y múltiples formas



Papas fritas, huevos fritos, pollos fritos, chorrellanas, etc.



Comidas rápidas con tortillas grasosas y demás frituras presentes en los comestibles chatarra



¿Se puede sustituir el café por descafeinado en caso de gastritis?

13. De ninguna manera, pues: “El café aumenta la producción de ácido en el estómago por lo que se desaconseja en caso de gastritis. Este efecto se debe no sólo a la cafeína, sino también a otras sustancias que forman la esencia del café. Por ello, el café descafeinado resulta igualmente desaconsejable en caso de gastritis” (15).

¿Cuáles son los síntomas más comunes en caso de presentarse esta patología?

14. Los síntomas más frecuentes en caso de presentarse esta enfermedad son los siguientes:

- 1) “Malestar o dolor de estómago (dolor abdominal)” (10).
- 2) “Hemorragia abdominal (sangrado del estómago)” (10).
- 3) “Heces negras (Deposiciones negras)” (10).
- 4) “Sensación de estar lleno o de ardor en el estómago” (10).
- 5) “Sangre en el vómito o en las heces (una señal de que el revestimiento del estómago puede estar sangrando- vómitos con sangre de color negro o en posos de café molido)” (10).
- 6) “Indigestión abdominal” (10).
- 7) “Pérdida del apetito” (10).
- 8) “Náuseas (Sensación que frecuentemente conduce al vómito)” (10).
- 9) “Vómitos (Material expelido al vomitar procedente del estómago)” (10).
- 10) “Vómitos con sangre o con aspecto de granos de café” (10).
- 11) “Acidez del estómago con quemazón a nivel de estómago y que sube por el tórax” (13).
- 12) “En ocasiones se asocia a la presencia de gases intestinales con eructos” (13).
- 13) “Distensión (Aumentar de tamaño o dilatar una estructura) abdominal” (13).
- 14) “Mal sabor en la boca” (13).
- 15) “Clínicamente hay ardor o dolor en el epigastrio, acompañado de náuseas, mareos, etc. Es frecuente encontrar síntomas relacionados al reflujo gastroesofágico, como la acidez de estómago. Los ardores en el epigastrio ceden con la ingesta de alimentos, sobre todo leche” (7).

16) Los síntomas de la gastritis pueden parecerse a los de otras condiciones o problemas médicos. Siempre consulte a su médico para el diagnóstico.

¡NO SE PIERDA LA CUARTA PARTE DEL PRESENTE SEMINARIO!