

## ¿Por qué sólo a las mujeres les da celulitis?

El organismo de la mujer retiene ácidos y los elimina durante la menstruación. Los ácidos y venenos que ya no pueden almacenarse en la sangre, linfa, líquido celular y placenta son metabolizados y convertidos en impurezas que se acumulan en caderas, muslos y brazos. Estas impurezas son relativamente fáciles de disolver y eliminar.

Con una sola frase, Hildegard von Bingen nos enseñó en 1150 d.C. la diferencia entre el metabolismo masculino y femenino: “La mujer elimina una vez al mes sus malos humores.”

Mientras se da esta eliminación, el metabolismo de la mujer retiene los ácidos –ésos que Hildegard von Bingen llamó los “malos humores”– en tres “estacionamientos”. El primero está en la sangre y la linfa. El segundo es la placenta y el tercero se localiza en los brazos, caderas, glúteos y muslos.

Sólo cuando existe un excedente de ácidos es que se debe utilizar el “estacionamiento número tres”, cosa que hoy en día resulta por demás normal. Los “autos” que ahí se estacionan son los ácidos neutralizados (impurezas de la celulitis) que ya no pudieron ser almacenados en la sangre, linfa y placenta. Normalmente debería bastar la capacidad de la sangre, linfa y placenta. Entre más ácidos se “estacionen” en el curso del mes, más malestares aparecerán, por ejemplo, dolores de cabeza, migrañas y edemas, y peor será el estado de ánimo. Las mujeres dicen que se ponen “más susceptibles”. Tanto más considerados deberán ser entonces los hombres.

La mujer alcanza su mayor punto de “susceptibilidad” cuando el nivel de ácido en su sangre y células ha alcanzado también el punto más alto. Entonces, el pH de su sangre habrá alcanzado su nivel más bajo, alrededor de 7.25. Los valores del pH varían considerablemente entre una mujer que vive sanamente y otra que padece de celulitis.

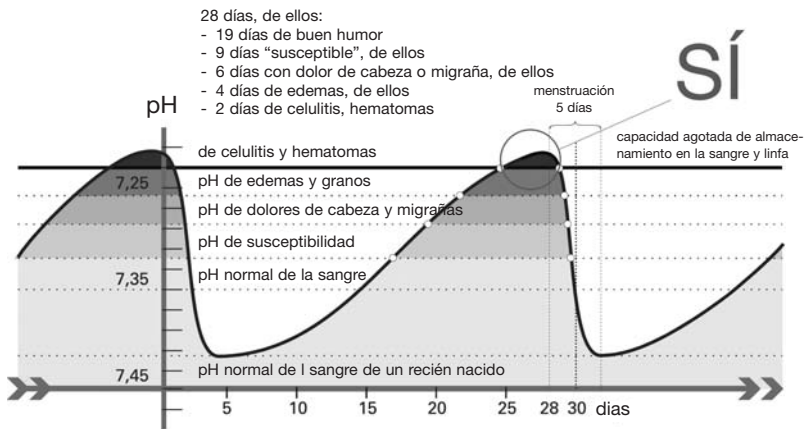
Las siguientes dos gráficas nos habrán de mostrar cuán diferentemente puede transcurrir la variación del pH. Se puede partir del hecho de que estas variaciones serán tanto más marcadas en la medida en que una mujer se dedique a los placeres ácidos o alcalinos. Lógicamente, el pH descenderá más cuando se lleve un estilo de vida y alimentación que tienda más a los placeres ácidos que a los alcalinos-minerales.

Al final del período el pH aumenta en todas las mujeres a más o menos el mismo valor, después de que se han eliminado todos los ácidos. La diferencia será exclusivamente que la menstruación durará más tiempo en la mujer que tenga un mayor lastre ácido.

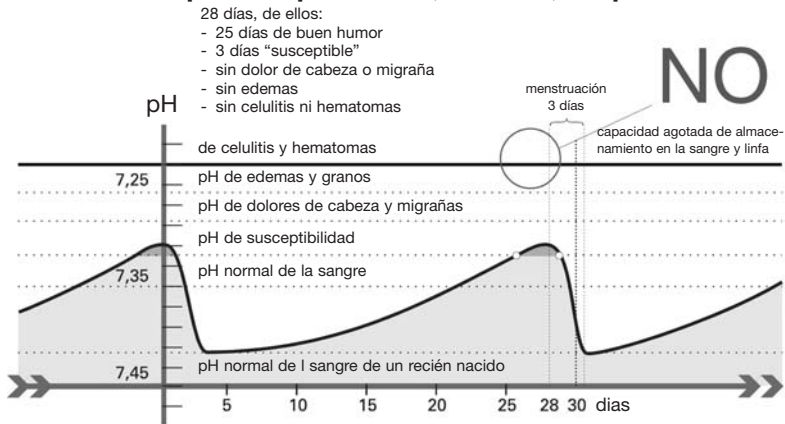
Por lo demás, cuando hay una alta acidez, aparecen todos los síntomas que las mujeres conocen como posibles componentes del síndrome premenstrual: susceptibilidad psíquica, dolores de cabeza y migrañas, granos y edemas y, naturalmente, la celulitis.

# Celulitis\* - SÍ o NO

Transcurso de los valores del pH de la sangre entre menstruación y menstruación  
Con demasiados placeres, estrés, deporte



Transcurso de los valores del pH de la sangre entre menstruación y menstruación  
Con pocos placeres, estrés, deporte



\*Celulitis es la contaminación (neutralización) de ácidos que ya no pudieron almacenarse en la sangre, linfa, líquido celular y placenta. Las impurezas de la celulitis son solubles.

El hecho de que estos síntomas aparezcan o no y de cuáles de ellos lo hagan depende, en primer lugar, de la cantidad absoluta de los ácidos acumulados y del valor del pH a que haya descendido la sangre. Se puede partir de que la capacidad de almacenamiento de ácidos y de resistencia del pH varía de mujer a mujer.

Nuestras gráficas muestran con toda claridad que son especialmente los “picos” de la acumulación de ácidos previa a la menstruación los que explican los distintos males. Por supuesto, siempre habrá excepciones que confirmen la regla, dependiendo de la debilidad o fuerza metabólica de cada mujer.

El hígado y los riñones de algunas mujeres son capaces de metabolizar más ácidos que los órganos de otras mujeres, en las que serán mucho más fuertes los síntomas del síndrome premenstrual. Las primeras podrán permitirse uno que otro pecadillo, gracias a su mejor constitución.

Por lo demás, cuando hay una alta acidez, aparecen todos los síntomas que las mujeres conocen como posibles componentes del síndrome premenstrual: susceptibilidad psíquica, dolores de cabeza y migrañas, granos y edemas y, naturalmente, la celulitis. El hecho de que estos síntomas aparezcan o no y de cuáles de ellos lo hagan depende, en primer lugar, de la cantidad absoluta de los ácidos acumulados y del valor del pH a que haya descendido la sangre. Se puede partir de que la capacidad de almacenamiento de ácidos y de resistencia del pH varía de mujer a mujer.

Nuestras gráficas muestran con toda claridad que son especialmente los “picos” de la acumulación de ácidos previa a la menstruación los que explican los distintos malestares. Por supuesto, siempre habrá excepciones que confirmen la regla, dependiendo de la debilidad o fuerza metabólica de cada mujer.

El hígado y los riñones de algunas mujeres son capaces de metabolizar más ácidos que los órganos de otras mujeres, en las que serán mucho más fuertes los síntomas del síndrome premenstrual. Las primeras podrán permitirse uno que otro pecadillo, gracias a su mejor constitución.

¿Pero de dónde vienen los muchos ácidos, cuyas cantidades y tipos difieren dependiendo de la forma de vida y de alimentación que se tenga?

La urea y el ácido úrico se producen por el consumo de carne y por la muerte de las células del

## Celulitis

### La mujer tiene dos “estacionamientos de ácidos”

- 7 litros de sangre, linfa y líquido celular
- la placenta

### y un “estacionamiento de impurezas”

- caderas, muslos, glúteos y brazos

## ¿Qué es la celulitis?

La celulitis es provocada por un exceso de ácidos y venenos que la mujer ya no puede “estacionar”, entre un período menstrual y otro, en la sangre, linfa, líquido celular o placenta y que por eso convierte en impurezas, es decir, los neutraliza y almacena.

Sus causas son:

1. Un exceso de ácidos, venenos y sustancias nocivas
2. Debilidades metabólicas, por ejemplo, del hígado o los riñones
3. Micosis del intestino

## Cuestionario en caso de celulitis y caída del cabello

¿De dónde vienen mis impurezas de la celulitis?

¿Por qué se me cae el cabello?

- |   |                  |
|---|------------------|
| ■ Fumar   |                  |
| ■ (nicotina)  | Sí/No            |
| ■ Dulces, bebidas edulcoradas, productos de harina blanca y demasiada grasa (ácido acético) | Sí/No            |
| ■ Píldora anticonceptiva y retención de venenos (retención de ácidos en general)            | Sí/No            |
| ■ Carne de cerdo (ácidos úrico, sulfúrico y nitroso)  | Sí/No            |
| ■ Analgésicos (ácido acetilsalicílico)  | Sí/No            |
| ■ Café y té negro (ácido tánico)  | Sí/No            |
| ■ Exagerado ejercicio físico (ácido lácteo)   | Sí/No            |
| ■ Estrés, miedo, enojo (ácido clorhídrico)  | Sí/No            |
| ■ Aguas minerales con gas (ácido carbónico)   | Sí/No            |
| ■ Bebidas de Cola y de dieta (ácido fosfórico)  | Sí/No            |
| ■ Vino (ácidos tartárico y sulfúrico)   | ___ vasos al día |
| ■ Venenos dentales como amalgama, paladio, mercurio, plomo u otros (metales pesados)        | Sí/No            |

propio cuerpo; el ácido acético, por el consumo de dulces, grasas malas y bebidas de dieta; los ácidos tánico y clorhídrico los provoca la ingestión de café y té negro; el ácido lácteo se debe a la exagerada actividad muscular; el ácido acetilsalicílico se deriva del consumo de analgésicos; el ácido clorhídrico, del estrés y el enojo; el ácido carbónico, de las bebidas con gas; el ácido sulfúrico lo producen la carne de cerdo y las ventosidades no expulsadas del cuerpo; el ácido nítrico se deriva del consumo de carne salada y de algunos tipos de queso; el ácido oxálico, de las espinacas, ruibarbo y cacao (chocolate). Alguna vez pensamos que posiblemente hubiera un ácido específico que afectara al alma, otro que provocara celulitis, otro, edemas, etc. Pero nuestros estudios

demonstraron que éste no es el caso. Todos estos padecimientos y malestares resultan de la cantidad absoluta de ácidos acumulados, sin importar su tipo. El nivel ácido de pH alcanzado, es decir, el nivel de acidez, es el factor decisivo y no los tipos de ácidos presentes.

Estos ácidos deben ser neutralizados por el organismo con la ayuda de minerales, para que sus células, glándulas y órganos no se cautericen.

Así se forman las impurezas, es decir, ácidos neutralizados, que el metabolismo de la mujer deposita en las caderas, los muslos, los glúteos y los brazos. La mujer, hasta el final de la menopausia, sólo necesita metabolizar los ácidos en el caso de la celulitis. La causa

principal es un exceso de ácidos acumulados mensualmente, o en ocasiones se puede tratar también de una debilidad metabólica, por ejemplo, del hígado o de los riñones.

También los venenos dentales, con su carga de metales pesados, deben ser neutralizados por el cuerpo. Existen pruebas para detectar en la boca la presencia y la fuerza de los metales pesados. Estas pruebas se pueden realizar de manera económica y rápida en muchos consultorios dentales. También los venenos dentales producen impurezas que posiblemente provoquen celulitis. En estos casos, en la práctica terapéutica han resultado ser de particular utilidad las series de inyecciones con diferentes grupos de aminoácidos y los catalizadores del ciclo del ácido cítrico (Preparado de Heel).

Las partes del cuerpo que están llenas de impurezas, lógicamente, tienen una mala irrigación sanguínea. Esto ocurre también, por supuesto, en las zonas afectadas por la celulitis. En ellas, la temperatura de los tejidos es comprobablemente más baja que los tejidos irrigados de manera normal (Prueba de termorregulación del profesor Rost).

Después de la menopausia, la mujer se encuentra frente a un abrupto cambio en su metabolismo. Ahora, ella misma tiene que metabolizar todos los ácidos y venenos que hasta ese momento había expulsado o “estacionado”. Para ello requiere de minerales que le permitan neutralizarlos.

Si a partir de ese momento no se cuida especialmente, su reserva de minerales se verá seriamente afectada pues, a diferencia del metabolismo del hombre, no está entrenada para metabolizar ácidos y venenos. Por eso, tantas mujeres sufren de civilizatosis después de la menopausia, en forma de osteoporosis acompañada por várices, gota o reuma.

Con frecuencia se recurre entonces a una terapia de hormonas, que se supone evitan la osteoporosis. Pero, en el mejor de los casos, lo hacen sólo de manera indirecta, pues hacen que se reanude el sangrado mensual. Es esta renovada posibilidad de eliminar los

### **Cura contra la celulitis de cinco meses**

1. Determinar cuáles son los dos principales productores de ácidos
2. Evitarlos totalmente o reducirlos, para minimizar la cantidad de ácido en el cuerpo
3. Beber un litro diario de té de hierbas medicinales, para disolver las impurezas
4. Tomar abundantemente minerales y oligoelementos ricos en energía para neutralizar los ácidos y venenos
5. Beber uno o dos litros de agua al día, para eliminar impurezas
6. Todos los días o cada dos días tomar un baño alcalino de cuerpo entero de entre 90 y 150 minutos de duración (pH de 8.5)
7. Gimnasia, sentadillas, caminatas
8. Drenaje linfático y masajes
9. Medidas cosméticas como terapia térmica, estimulación eléctrica, rodillo para la celulitis, masajes de pulsación al vacío, terapia de ozono, etc.
10. Apoyar las funciones de depuración y desvenenamiento a través del fortalecimiento de las funciones metabólicas del hígado y el intestino (compresas alcalinas)
11. Con frecuencia, para alcanzar un éxito total en la cura contra la celulitis, es necesario limpiar el intestino de hongos con ayuda de un terapeuta (Cándida Albicans, etc.)

ácidos a través del útero la que permite o debería permitir que no se le arrebate el calcio a los huesos.

¿Existe una razón lógica por la que las terapias hormonales con estrógeno y gestágenos eviten que las mujeres padezcan de osteoporosis después de la menopausia?

Nosotros hemos podido constatar que en la mayoría de las mujeres que recibe terapia hormonal no se reinicia la menstruación, por lo que desaparece la causa para la cura de la osteoporosis. ¿Entonces por qué se prosigue con esta terapia? ¿Será que quizá sí se retrasa o incluso se evita la osteoporosis de esta manera?

Ciertamente sí hay un retraso, porque los “mensajeros” que son las hormonas transportan las sustancias nocivas, los ácidos y los venenos hacia el vientre, donde se les almacena. La apariencia de estas mujeres es elocuente, pues engordan cada vez más y más. Esto se debe a que se retiene cada vez más agua para diluir las sustancias tóxicas almacenadas en el vientre y en los muslos, hasta que un día toda la zona del vientre está llena de ellas y se declara alguna enfermedad cancerosa o excrecencia.

Por eso, después de la menopausia es importante que todas las mujeres sean consecuentes al eliminar toda fuente de ácidos, venenos y sustancias tóxicas y al sustituir su eliminación a través del útero con una higiene corporal alcalina. Lo mismo se debe practicar, por supuesto, durante el embarazo, con lavados y baños alcalinos regulares de cuerpo entero y de pies.

¿Pero cómo eliminamos de los tejidos a la celulitis, con todas sus impurezas de ácidos carbónico, úrico, sulfúrico, láctico, acético, nitroso, etc.?

La base de toda cura exitosa contra la celulitis es la drástica reducción de los ácidos arriba mencionados y la disolución de todas las impurezas acumuladas en forma de celulitis.

La primera medida consiste en la reducción de los ácidos provenientes de los distintos agentes de placer y de posibles conductas equivocadas o exageradas. Si una mujer con celulitis reduce los dos principales productores de ácidos, ya lleva la mitad del tratamiento ganada.

La fumadora ha de reducir su consumo de cigarros, la carnívora, el de carne. También se debe reducir la exagerada actividad muscular, así como el alto consumo de, por ejemplo, analgésicos, dulces y chocolate. Igualmente, la bebedora de café habrá de limitarse a una o dos tazas por día.

El siguiente paso es tomar diariamente un litro de té de hierbas medicinales, para diluir las impurezas de la celulitis. De manera paralela, se debe llevar una alimentación abundante en minerales y rica en energía vital. Eventualmente han de tomarse complementos alimenticios. Los que más ayudan para la neutralización son los que se han extraído de plantas, porque tienen el más alto potencial neutralizador. Además han de beberse todos los días entre uno y dos litros de agua clara y rica en energía.

La siguiente medida es tomar largos baños alcalinos de asiento y de cuerpo entero, con una duración de entre una y dos horas, o aun más. Se ha demostrado que estos baños son de gran ayuda.

Tales baños han de tomarse todos los días o por lo menos cada segundo día durante las primeras semanas. Además, por las noches se debe tomar un baño de pies en agua alcalina de por lo menos sesenta minutos de duración. El pH de 8.5 ha resultado ser el mejor para estos baños.

También son de gran ayuda durante las primeras semanas los drenajes linfáticos o masajes, siempre realizados en dirección al hígado y el corazón. En tales masajes se pueden utilizar aceites que contengan sales básicas\* para baño corporal, para introducirlas al cuerpo a través de la piel.

También es importante hacer gimnasia y sentadillas, para activar a través de este “bombeo muscular” a los fluidos corporales. Por supuesto, también son de utilidad los tratamientos cosméticos, como terapia térmica, estímulos eléctricos, rodillo para la celulitis, cremas, etc., para fomentar la circulación.

Hoy las personas pasan demasiado tiempo sentadas. Esto impide que se expulsen las ventosidades, de modo que penetran en los fluidos corporales, donde producen ácido sulfúrico. Es necesario e importante expulsar, por principio, las ventosidades.

Los baños alcalinos, especialmente los de larga duración, mejoran drásticamente la apariencia de la piel, pues fomentan la eliminación de ácidos e impurezas y activan al mismo tiempo las glándulas sudoríparas y, sobre todo, las sebáceas. Esto permite que la piel tenga una buena autolubricación. Estos baños serán más benéficos entre más tiempo duren.

Un efecto particularmente bueno de depuración y también de autolubricación se alcanza cuando durante tales baños se frota la piel cada cinco o diez minutos con un buen estropajo o con un cepillo de baño.

Con este conjunto de medidas que implican la reducción de ácidos, la disolución de impurezas, la neutralización de ácidos, su eliminación por la piel a través del agua alcalina, y otras medidas como drenajes linfáticos, gimnasia, etc., con frecuencia bastarán algunas semanas o, cuando mucho, meses para reducir drásticamente o aun eliminar la celulitis. También es de suma importancia, por supuesto, cambiar a un régimen alimenticio vegetariano integral.

Se debe cuidar igualmente de fortalecer las funciones hepáticas. Para ello son de gran ayuda productos hechos a partir de hierbas medicinales como cardo mariano, diente de león, alcachofa y fumaria, así como compresas tibias y alcalinas para el hígado.

Las fotografías de la página 141 nos fueron proporcionadas por Sabine Ehrmann, propietaria del Instituto de Belleza “ReVital 24”, en Stuttgart. La cura se realizó siguiendo las medidas desarrolladas por nosotros.

\* básico = alcalino

Es importante cuidar a largo plazo: la continuación de los largos baños alcalinos, la abundante ingestión de minerales, evitar las muchas fuentes de ácidos que producen celulitis, fortalecer las funciones hepáticas, así como las medidas terapéuticas individuales como drenajes linfáticos, gimnasia, etc. También han mostrado ser de gran ayuda para la depuración y limpieza del cuerpo los enemas alcalinos cuando hay micosis en el intestino, así como la hidroterapia del colon. La experiencia muestra que a veces una fuerte micosis o contaminación del intestino impiden el éxito de la cura contra la celulitis.

Si se hacen drenajes linfáticos o masajes, es importante cuidar que, de manera paralela, se siga una alimentación vegetariana y vital. Reviste particular importancia tener una alta ingestión de minerales, para que se puedan metabolizar los venenos e impurezas disueltos y para que éstos no se atoren, por el “congestionamiento de venenos”, en el hígado u otro órgano, provocando así problemas que hasta entonces no se habían tenido, por ejemplo, hemorroides.

Una respiración profunda es de gran importancia para estimular el flujo linfático. Muchas personas no saben que los pulmones son nuestra bomba linfática. Los pulmones bombean noche y día la linfa, de la misma manera que el corazón bombea la sangre durante toda la vida.

## Cura para la celulitis en cinco meses

Antes del tratamiento



2 meses después con el tratamiento



5 meses después con el tratamiento

