

Querido(a) amigo(a) de la salud:

Hoy estoy muy enfadado.

Si usted o “una persona de su familia” es uno de los afectados por el Alzheimer debería leer esto.

Como usted sabe, el Alzheimer es una de las enfermedades más terribles de nuestra época. Cuando le afecta, la intimidad de su propia vida comienza a escapársele, sus relaciones humanas más preciosas se evaporan poco a poco.

Y para su entorno es a menudo más terrible.

Ocuparse con esmero de un enfermo de Alzheimer hora tras hora es un trabajo de titanes. Hay que hacer unos esfuerzos increíbles para obtener un resultado cruel: ver a la persona que amamos alejarse cada vez más, sin esperanza de retorno.

Y creo sinceramente que no es momento para que algunos se aprovechen de la vulnerabilidad de estos enfermos para hacerles consumir unos medicamentos ineficaces y peligrosos.

Y menos aún para ocultarles que existen alternativas naturales más interesantes.

Y eso es precisamente lo que hace la industria farmacéutica... simplemente con el objetivo de ganar un poco más de dinero. Y eso me indigna.

Graves efectos secundarios silenciados

Todo el mundo está de acuerdo a la hora de afirmar que los medicamentos contra el Alzheimer tiene una eficacia muy baja.

La mayoría de los pacientes no experimentan la menor mejoría. En otros, el efecto benéfico es mínimo y de corta duración.

Incluso la Alta Autoridad Sanitaria francesa lo ha recordado recientemente: los medicamentos actualmente existentes tienen unos efectos “en el mejor de los casos modestos”, y su interés es “clínicamente discutible”.

Por supuesto, siempre podemos decir que “algo es algo” si no acarrearán peligro alguno.

Con enfermedades como el Alzheimer, mejor intentar lo que sea antes que nada.

Pero el problema es que los efectos no deseados de dichos medicamentos son aterradores.

En primer lugar, tal como se indica en el prospecto, provocan graves trastornos digestivos.

Y cuando se tiene 80 años, las náuseas, diarreas y vómitos no son solo un “mal momento que hay que pasar”: pueden matar poco a poco.

De hecho, casi un tercio de los enfermos que los consumen experimentan una grave pérdida de peso, según han puesto de manifiesto las investigaciones de la Universidad de California.

Pero eso no es todo: ¡Medicamentos que matan!



En 2009, un impactante estudio sobre el tema puso de manifiesto que los medicamentos contra el Alzheimer podían causar graves problemas cardíacos.

Tras analizar los datos de más de un millón de pacientes, los investigadores del hospital de Ontario (Canadá) descubrieron que quienes tomaban dichos medicamentos presentaban el doble de riesgo de ser hospitalizados por bradicardia (ritmo cardíaco demasiado bajo).

Mucho pero: En abril de 2015, una compañía de investigación privada, Adverse Events, hizo público un explosivo informe sobre los efectos secundarios de los dos principales medicamentos recetados para combatir el Alzheimer, "Aricept" y "Exelon".

Los responsables de estadística de Adverse Events realizaron un minucioso trabajo a partir de bases de datos de la FDA (la equivalente americana de la Agencia Europea del Medicamento). Gracias a instrumentos de análisis de última generación, descubrieron fenómenos particularmente inquietantes.

Respecto del medicamento "Exelon", Adverse Events detectó 1.200 muertes "inesperadas", así como un número de fracturas superior a lo normal (**75 fracturas del cuello del fémur, principalmente**).

El otro medicamento importante, el "Aricept" fue asociado a casos de muerte súbita, crisis cardíacas e insuficiencias respiratorias.

Y por si todo esto no fuere suficiente, el tercer medicamento para combatir el Alzheimer de la misma categoría, el "Reminyl", acaba de ser gravemente puesto en duda.

En este caso, la alerta vino desde la Agencia Francesa del Medicamento (la ANSM). En octubre de 2015, señaló (raros) casos de reacciones cutáneas mortales en pacientes que habían sido tratados con dicho medicamento.

La simple ingesta de dicho "Reminyl" puede provocar una reacción alérgica extremadamente grave que hace que la piel... se desprege (es el denominado "síndrome de Stevens-Johnson"). Sin tratamiento, la muerte se produce rápidamente, con los dolores horribles que Usted puede imaginarse.

¿Merece la pena hacer correr dichos riesgos a los pacientes cuando sabemos que los efectos de dichos medicamentos son cercanos a cero?

¿No sería URGENTE retirarlos inmediatamente del mercado?

Pues bien, nada de eso. Se continúa recetándolos como si nada a los enfermos. Por extraño que parezca, algunos médicos los defienden. Y como podrá comprobar, su razonamiento es simplemente sorprendente:

Tras la alerta de los efectos del "Reminyl", y a preguntas de los periodistas, un tal Dr. Christophe Trivalle (Francia) declaró:

"En la actualidad, son los únicos tratamientos eficaces contra la enfermedad del Alzheimer. Estamos un poco pillados, un poco obligados a utilizarlos aunque sus efectos sean modestos es mucho mejor utilizarlos que no utilizar nada."

Pues no querido doctor, Usted no está PARA NADA OBLIGADO. Y no, NO ES MEJOR que no utilizarlos, es mucho peor hacerlo.

Está Usted deteriorando la salud de sus pacientes, y en ocasiones poniendo en riesgo sus vidas, simplemente por obtener un mínimo efecto en el mejor de los casos.

Otro profesional del sector sanitario, el Dr Madjid Fodil (Francia) expone un argumento aún más increíble: “Aunque la eficacia de dichos medicamentos sea discutible y que sus efectos no deseados puedan ser graves, hay un mejor seguimiento del paciente cuando se procede a poner en marcha un tratamiento.”

En efecto, poner en marcha un “tratamiento” está muy bien...

Pero es que un tratamiento no tiene por qué consistir en pastillas de origen químico.

Los tesoros de la nutrición (nutroterapia), de las plantas (fito-aromaterapia) o de lo emocional (cuerpo-espíritu), son también tratamientos.

Y en el caso del Alzheimer, son mucho más preferibles que los medicamentos tóxicos.

Alternativas naturales ampliamente preferibles.

Atención, prefiero ante todo advertirle que las alternativas naturales no son milagrosas. Sus efectos son modestos.

Sin embargo quiero dejar claro que son infinitamente preferibles a los medicamentos que se recetan actualmente a los enfermos.

Tomemos como ejemplo el caso de la planta china denominada Huperzina A (Huperzia serrata) que desde hace años es objeto de intensivas investigaciones científicas en China.

En la actualidad los científicos chinos han llegado a una conclusión definitiva: la Huperzina A permite una mejor autonomía a los enfermos de Alzheimer y una mejoría de su memoria, con muchos menos efectos secundarios que los medicamentos actualmente en uso.

Otra alternativa interesante es el ginkgo biloba. Desde hace años se sabe que este extraordinario árbol tiene la capacidad de estimular la memoria (por otro lado es uno de los remedios naturales más utilizados en Alemania).

Actualmente está científicamente demostrado que el ginkgo es, como mínimo, tan eficaz como el medicamento más recetado, el “Aricept”.

Con una gran diferencia, que el ginkgo no tiene ningún efecto tóxico conocido (basta simplemente con prestar atención en caso de que surja un problema de coagulación, ya que el ginkgo tiene como efecto una fluidificación de la sangre).

Así pues ¿no es preferible recetar dicha planta inofensiva en vez del peligroso medicamento?

¿Y qué podemos decir de la vitamina E que funciona mejor que el medicamento denominado “Mémantine”?

La vitamina que ralentiza (un poco) la enfermedad

La “Mémantine” es el cuarto y último medicamento contra el Alzheimer actualmente en el mercado.

Desgraciadamente, conocemos mal sus efectos no deseados y habrá que esperar sorpresas desagradables.

Pero sobre todo se ha demostrado que es mucho más interesante, en la mayoría de los casos, recetar... vitamina E natural.

En un estudio llevado a cabo con 561 pacientes afectados de forma moderada por el Alzheimer, el grupo que recibió “Mémantine” no experimentó mejoría alguna.

El grupo que recibió 2.000 unidades diarias de vitamina E (alfa-tocoferol) experimentó una desaceleración de la enfermedad en un 20%.

Es un beneficio modesto pero nada despreciable para los enfermos: representa unos 6 meses suplementarios de autonomía, a lo largo de un período de dos años y medio.

La vitamina E es muy recomendable ya que sus (ligeros) beneficios contra el Alzheimer han sido puestos de manifiesto por numerosos estudios.

Pero son muchos los médicos que siguen recetando la “Mémantine”, incluso en los casos en que su ineficacia es obvia.

¿Por qué?, Porque están influenciados por la industria farmacéutica, que no gana ni un euro con los remedios que se encuentran en la naturaleza, sin química.

Es el caso de las vitaminas... pero también de especias como el azafrán, cuyos sorprendentes efectos contra el Alzheimer son ignorados por la mayoría de los neurólogos.

La especia multiuso para los enfermos de Alzheimer.

Sin embargo, las investigaciones sobre esta tradicional especia están en plena ebullición.

En 2010, un ensayo clínico demostró que el azafrán mejoraba las capacidades cognitivas y la autonomía de los enfermos afectados por el Alzheimer, con muy pocos efectos secundarios.

Más interesante aún: otro ensayo clínico demostró que el azafrán se comportaba como mínimo igual que el medicamento “Mémantine” con los enfermos en fase avanzada de Alzheimer.

¿Por qué recetar a los enfermos el medicamento químico en vez de la especia natural?. Y más sabiendo que el azafrán tiene un beneficio inesperado: sube la moral. En ensayos clínicos controlados, el azafrán dio mejores resultados que la “Imipramina” (13) y el “Prozac”, dos antidepresivos de referencia.

No es raro que los enfermos de Alzheimer padezcan también depresiones.

En ese caso, generalmente les recetan antidepresivos, medicamentos que se añaden a los otros que les dan (“Aricept”, “Memantine”, etc) con todos los riesgos de interacciones peligrosas que usted pueda imaginar...

El azafrán se presenta pues como un remedio de primer orden: natural, ligeramente eficaz con el Alzheimer y las depresiones asociadas.

Pero como no produce beneficio alguno a los laboratorios farmacéuticos, corre el riesgo de seguir siendo ignorado por el público en general.

Y, desgraciadamente, no es el único

¡Hay tantos remedios naturales por explorar!

Existen aún muchos otros métodos naturales que generan grandes esperanzas para los enfermos de Alzheimer.

En esta carta, sólo he hablado de aquellos cuya eficacia ha sido verificada científicamente, frente a los medicamentos existentes, con el objeto de mostrarle hasta qué punto es escandaloso continuar autorizando recetar dichos medicamentos tan peligrosos.

Pero si usted padece de Alzheimer hay muchas otras estrategias aún por intentar.

No voy a exponerlas todas en detalle (lo haré en su momento), pero le dejo algunos consejos básicos ya verificados:

- Para ralentizar la progresión de la enfermedad, cuide la alimentación: reduzca al máximo la ingesta de azúcares, evite totalmente los productos industriales, utilice aceite de oliva de primer prensado en frío y los alimentos ricos en Omegas-3;
- Intente suprimir el gluten y la caseína pues son alimentos pro-inflamatorios que pueden acelerar la enfermedad;
- Si le gusta el café o el té verde, no se prive; lo mismo con el vino tinto de alta calidad, rico en resvératrol (un vaso por comida);
- Consuma en abundancia arándanos (bio) potentes antioxidantes cuyos efectos positivos sobre las demencias seniles acaban de ser científicamente demostrados;

Pruebe dos especias, una anti-inflamatoria (cúrcuma) y la otra anti-diabetes (canela de Ceilán) cuyos efectos con el Alzheimer son más que prometedores;

- Asegúrese de que no tiene carencias de vitaminas B, D, E, cinc y magnesio ni de silicio orgánico;
- Realice al menos 30 minutos diarios de actividad física;
- Evite los medicamentos que causan el Alzheimer del tipo antiácidos, anticolinérgicos, estatinas y benzodiazepinas;
- Cuide su estrés y su sueño (es el momento adecuado para apuntarse a cursos de yoga). Próximamente le explicaré cómo utilizar los aceites esenciales para prevenir el Alzheimer.

Tal vez le parezca sorprendente, pero unas simples recetas de aromaterapia podrían marcar grandes diferencias entre los pacientes. A la espera de mi próxima misiva, tome todos los días 5ml. de SOA® bebible al acostarse, practique 3 veces al día durante 3 minutos con el Bol d'Air® Jacquier®.

En resumen, sea consciente de que la industria farmacéutica desgraciadamente no tiene nada que aportar a las personas que padecen Alzheimer.

Y no permita que su médico le diga que está "obligado" a recetarle pastillas ineficaces y tóxicas.

Buena Salud

Dr. Michel STEPHAN®

www.michelstephan.com