

A photograph of a waterfall cascading over rocks in a lush, green forest. The water is white and frothy as it falls, surrounded by dense foliage and trees. The scene is bright and natural.

VARIACIONES ANALÍTICAS Y CLÍNICAS EN EL AYUNO TERAPÉUTICO BÜCHINGER

Ponentes: Rafael Torres Collado

Francisco Verdú Vicente

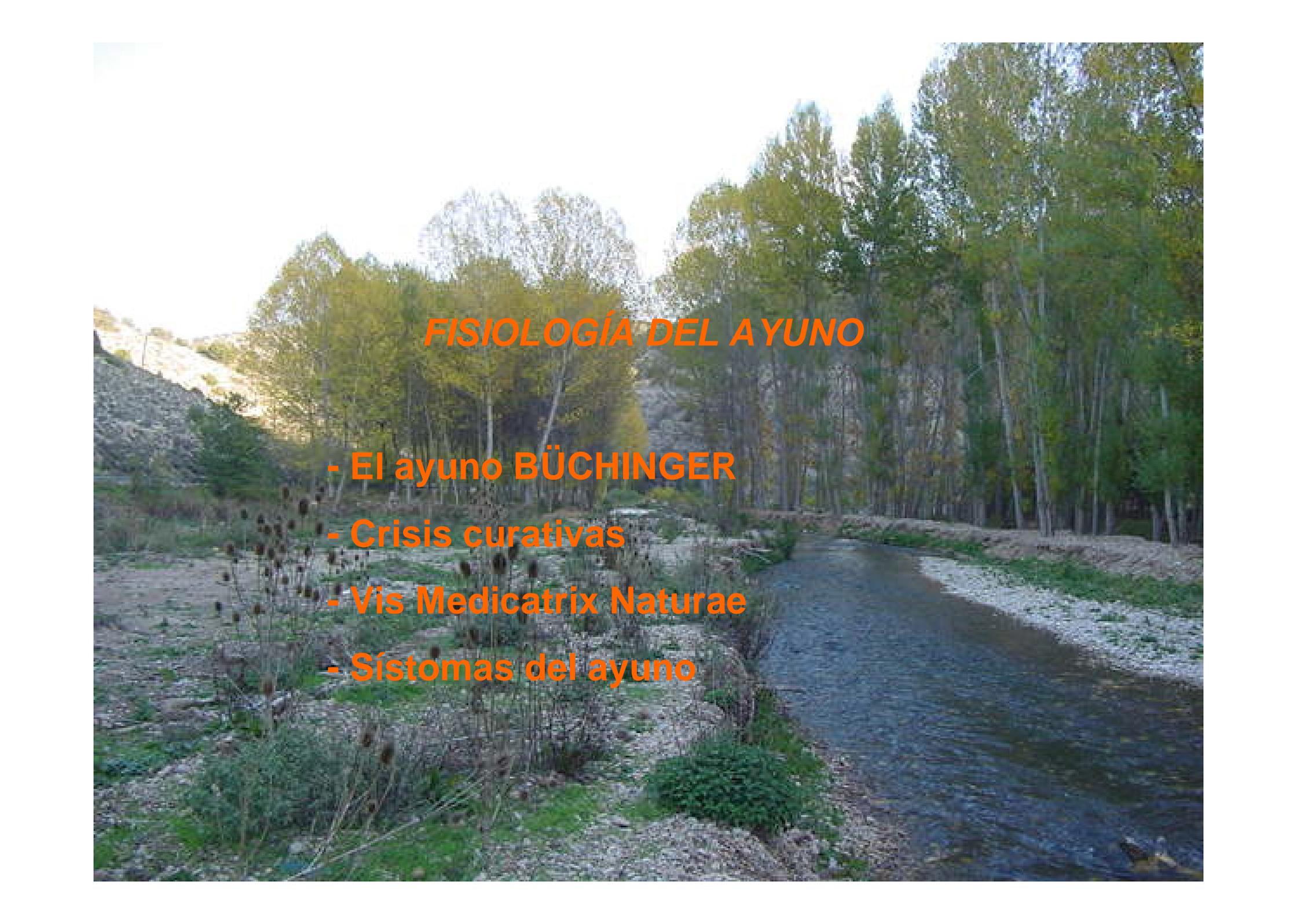
**CONGRESO NACIONAL “MEDICINA
NATURISTA Y ONCOLOGÍA”**

Málaga Noviembre de 2004



El ayuno en la historia:

- ***Indios de Norteamérica***
- ***Budismo***
- ***China y Japón***
- ***Islam***
- ***Religiones animistas***
- ***Maniqueísmo***
- ***Judaísmo y cristianismo***
- ***Occidente***



FISIOLOGÍA DEL AYUNO

- **El ayuno BÜCHINGER**
- **Crisis curativas**
- **Vis Medicatrix Naturae**
- **Síntomas del ayuno**

A photograph of a forest stream with mossy rocks and dense vegetation. The water is dark and flows over several large, moss-covered rocks. The surrounding area is filled with green plants, ferns, and some dry, brown branches hanging over the water.

SÍNTOMAS DURANTE EL AYUNO

- Cefaleas**
- Lengua saburral**
- Halitosis**
- Náuseas o vómitos**
- Sensación de debilidad**
- Hipotensión ortostática**
- Lipotimias**
- Pérdida de peso**

- 
- **Orina**
 - **Partes acras**
 - **Efectos psicológicos**
 - **Helioterapia**
 - **Trastornos del sueño**
 - **Corazón**
 - **Heces**
 - **Repoblación de la flora bacteriana**
 - **Reaparición de enfermedades larvadas**

FASES

PRIMERA FASE: CONSUMO PRINCIPAL DE LOS HIDRATOS DE CARBONO DE RESERVA.

DOS OBJETIVOS: MANTENIMIENTO DE LA GLUCOSA PARA EL CEREBRO Y EL MANTENIMIENTO DE LAS PROTEÍNAS, ELIMINACION DE LIQUIDOS.

SEGUNDA FASE: CONSUMO PRINCIPAL DE LAS GRASAS.

EL ORGANISMO PASA DE CONSUMIR LA GLUCOSA Y EL GLUCOGENO A CONSUMIR LAS GRASAS QUE CONSTITUYEN LA AUTENTICA DESPENSA ENERGETICA DEL ORGANISMO.

TERCERA FASE: CONSUMO GRAVE DE PROTEÍNAS.

SE COMIENZAN A CONSUMIR PRINCIPALMENTE PROTEÍNAS MUSCULARES.

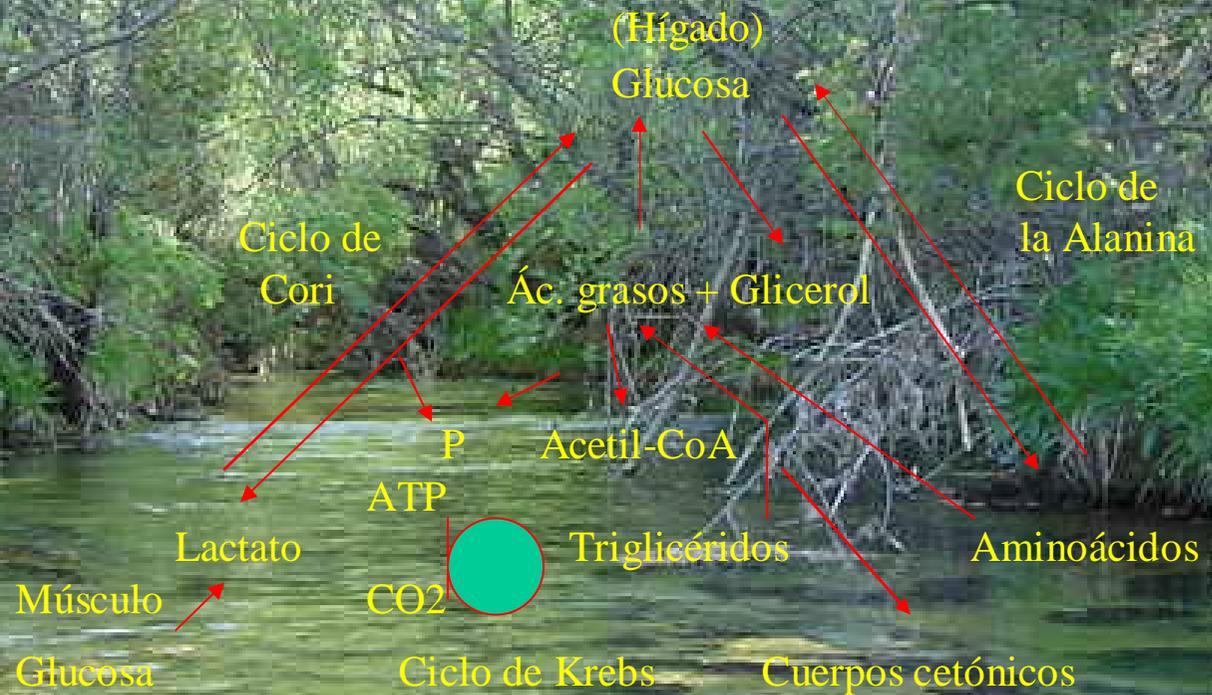
A scenic photograph of a waterfall cascading over a rocky cliff into a pool of water. The water is white and frothy as it falls, and the surrounding area is lush with green foliage. The text is overlaid on the right side of the image.

BIOQUÍMICA DEL AYUNO

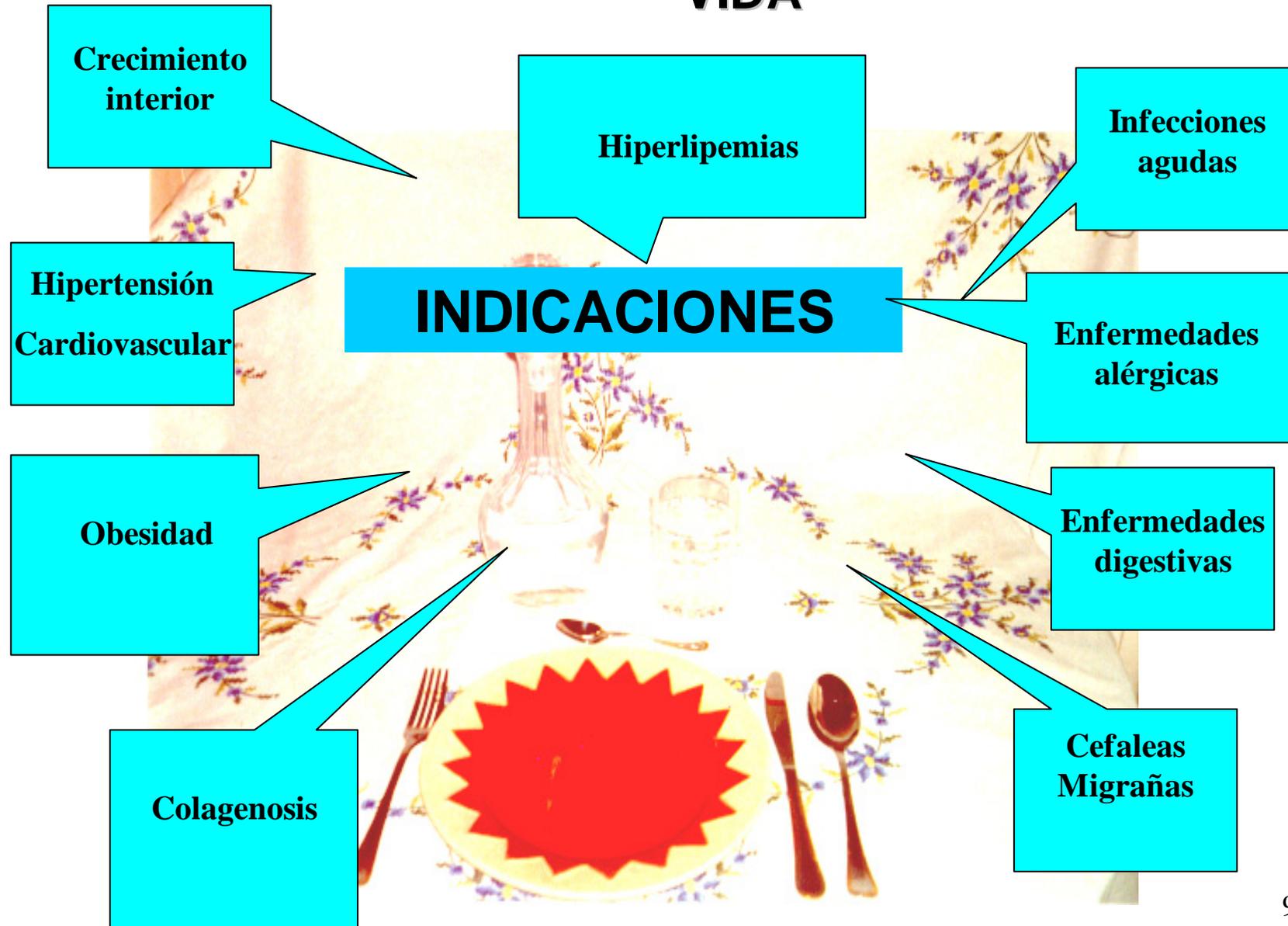
Las reservas energéticas presentes en un individuo adulto de unos 70 kgrs son las siguientes (Cahill, 1970).

<u>Sustrato (kgrs)</u>	<u>Tejido</u>	<u>Energía (Kcal.)</u>
Triglicéridos 15 kgrs.	Tejido adiposo blanco	141.000
Proteínas 6 kgrs	Músculo	24.000
Glucógeno 150 grs.	Músculo	600
Glucógeno 75 grs.	Hígado	300
Glucosa	Líquidos circulantes	113 kcal.

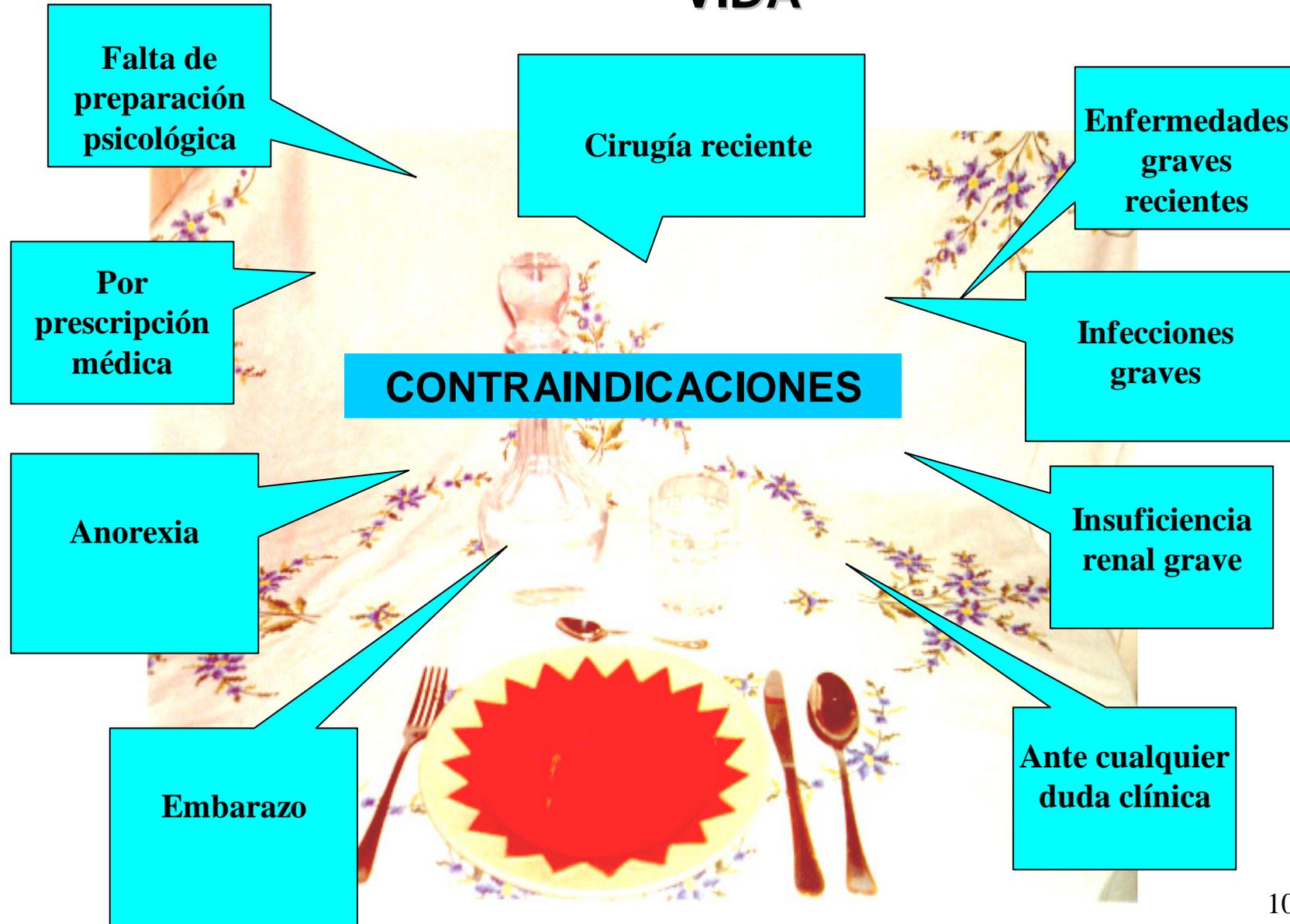
Mecanismos para obtener glucosa:



EL AYUNO COMO FUENTE DE SALUD Y DE VIDA



EL AYUNO COMO FUENTE DE SALUD Y DE VIDA





OBJETIVOS

- Debido al tipo de sociedad que nos ha tocado vivir, valorar si con un tipo de ayuno tipo Büchinger, más fácil de realizar, tanto en el tiempo como en su intensidad, en un período de tiempo corto, podríamos conseguir efectos terapéuticos, evitando la sintomatología del ayuno exclusivo con agua.
- Hemos cuantificado parámetros en sangre y orina, síntomas clínicos, tanto antes del ayuno como después del mismo.



MATERIAL Y METODOS

- El presente trabajo se realizó en el Monasterio de Santo Espiritu, en Gilet, provincia de Valencia, durante los días del 1 al 4 de mayo de 2002, dentro del programa de actividades del III Máster de Medicina Naturista, Acupuntura y Homeopatía.
- El numero inicial de participantes fue de 20 personas pero finalmente, por problemas técnicos de recogida de datos, quedaron 16 personas en el estudio.
- Todos los asistentes rellenaron el formulario del consentimiento informado.



8-8.30 h. Saludo al sol.
8.30-9 h. Consulta. Toma de tensión, etc..
9-9.30 h. Desayuno a base de infusión de manzanilla y zumo de manzana.
9.30-11 h. Relajación, estiramientos, meditación, etc..
11-13 h. Clases teórico-prácticas. PNL.
13-14 h. Paseo por los alrededores.
14-14.30 h. Tiempo libre.
14.30-15.30. Comida con dieta líquida. Caldo de verduras.
15.30-16 h. Descanso.
16-18 h. Clases teórico-prácticas. PNL.
18-18.30 h. Merienda. Zumo con infusión.
18.30-19.30 h. Yoga, Tai Chi, estiramientos, etc..
19.30-20.30 h. Reflexologías. Clases teórico-prácticas. Reflexología podal, iridología.
20.30-21 h. Tiempo libre. Consulta para quien lo necesite.
21-22 h. Cena con dieta líquida. Caldo de verduras.
22-23 h. Coloquio sobre el ayuno o temas tratados a lo largo del día.



MÉTODOS

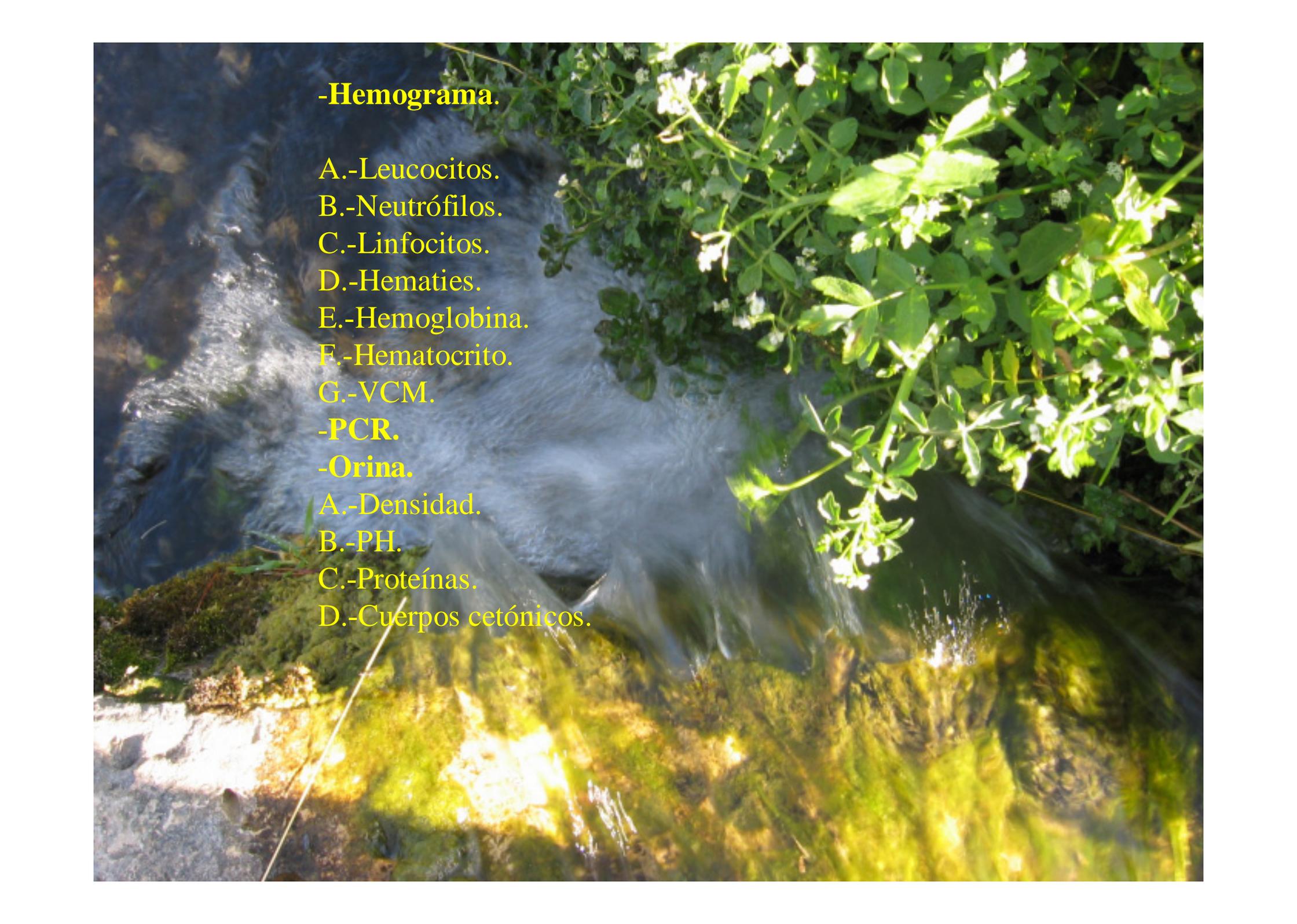
- La recogida de muestras de sangre y orina se realizó unos días antes de la preparación al ayuno y la muestra posterior al finalizar el ayuno, el sábado día 4 de mayo.
- El estudio analítico se realizó en el laboratorio de análisis clínicos del Centro de Especialidades C/Alboraya de Valencia y del laboratorio de bioquímica del Hospital Universitario La Fe de Valencia.



PARÁMETROS EN SANGRE Y ORINA

Bioquímica:

- A.-Glucemia basal.
- B.-Creatinina.
- C.-Colesterol.
- D.-Triglicéridos.
- E.-Ácido úrico.
- F.-GOT.
- G.-GPT.
- H.-GGT.
- I.-Proteínas totales.
- J.-Hierro.
- K.-Calcio.
- L.-Fósforo.
- LL.-Ferritina.



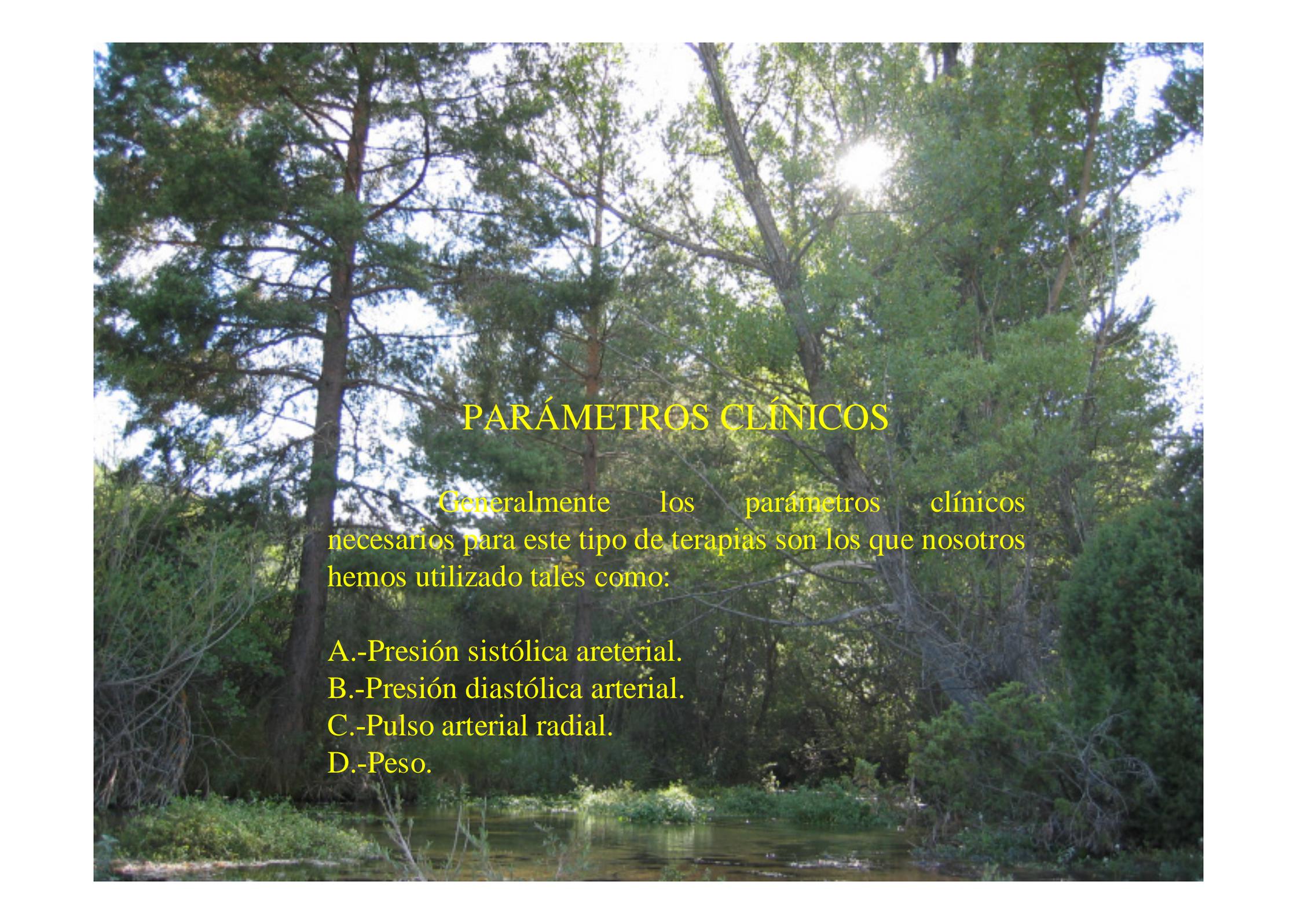
-Hemograma.

- A.-Leucocitos.
- B.-Neutrófilos.
- C.-Linfocitos.
- D.-Hematies.
- E.-Hemoglobina.
- F.-Hematocrito.
- G.-VCM.

-PCR.

-Orina.

- A.-Densidad.
- B.-PH.
- C.-Proteínas.
- D.-Cuerpos cetónicos.



PARÁMETROS CLÍNICOS

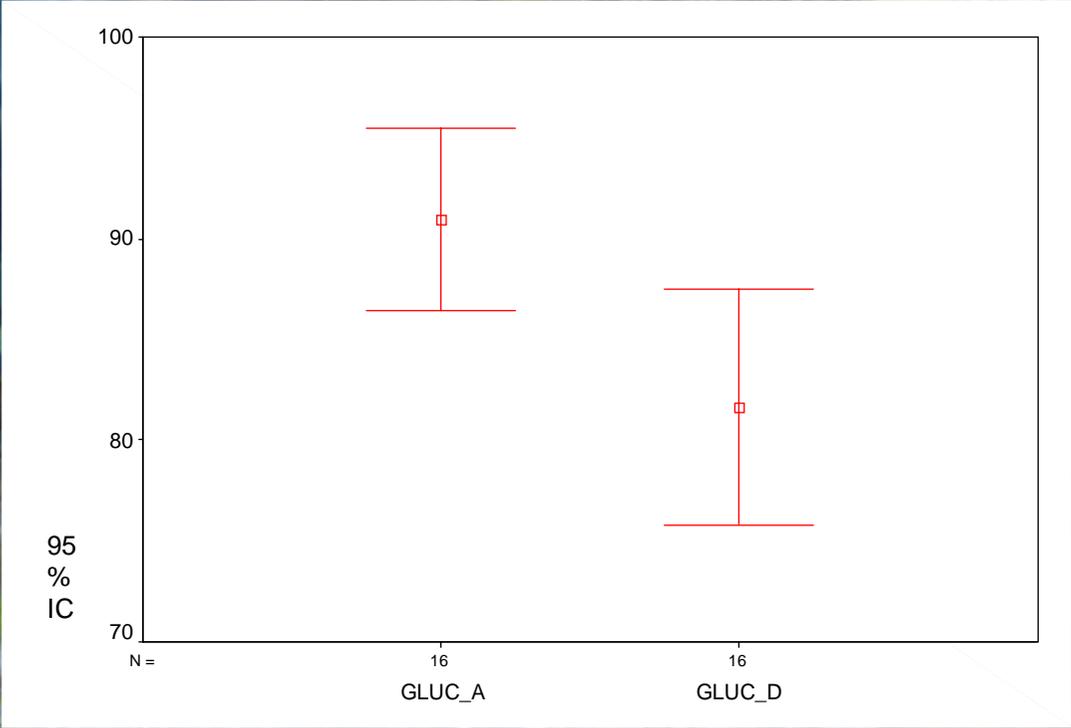
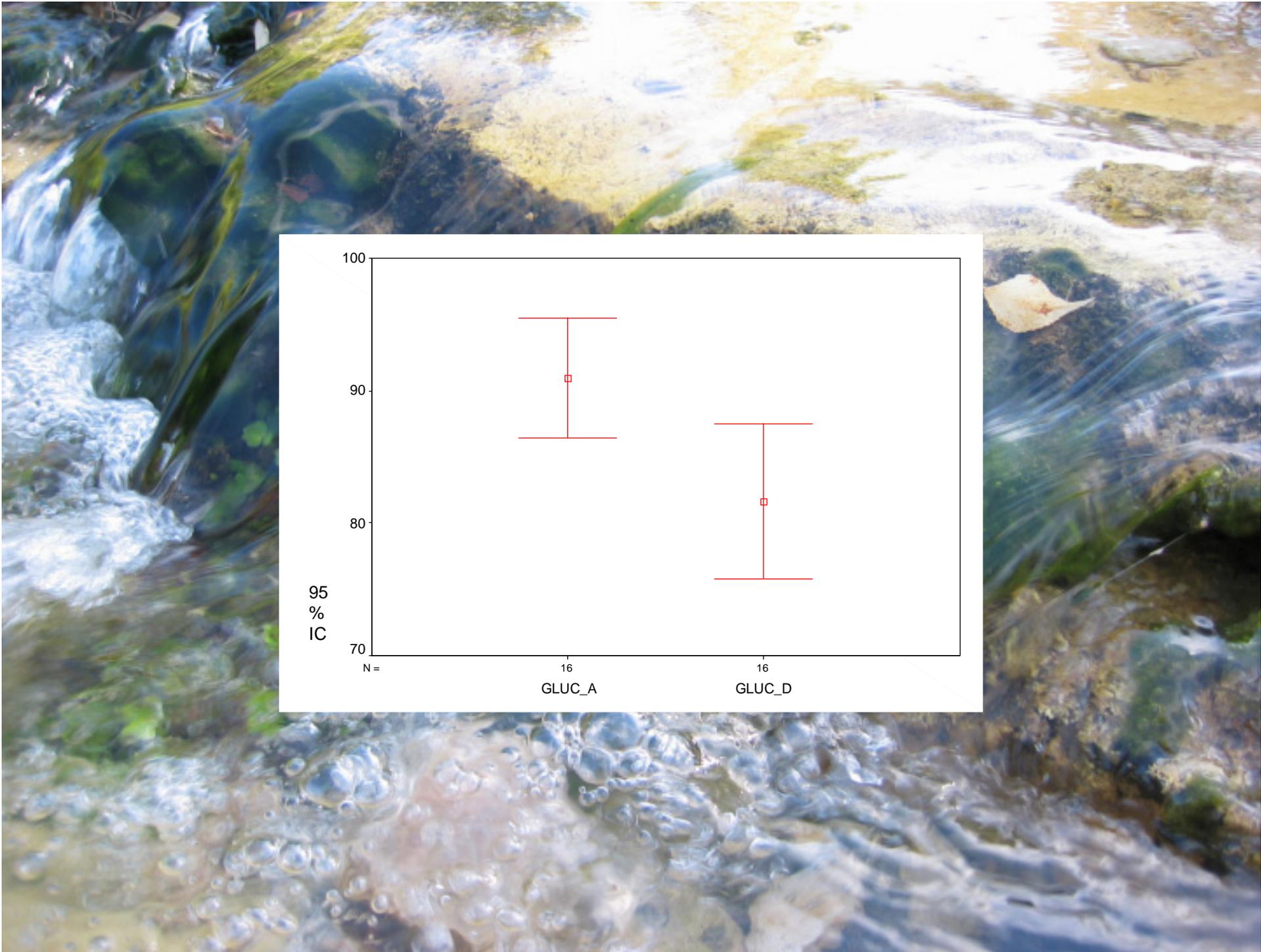
Generalmente los parámetros clínicos necesarios para este tipo de terapias son los que nosotros hemos utilizado tales como:

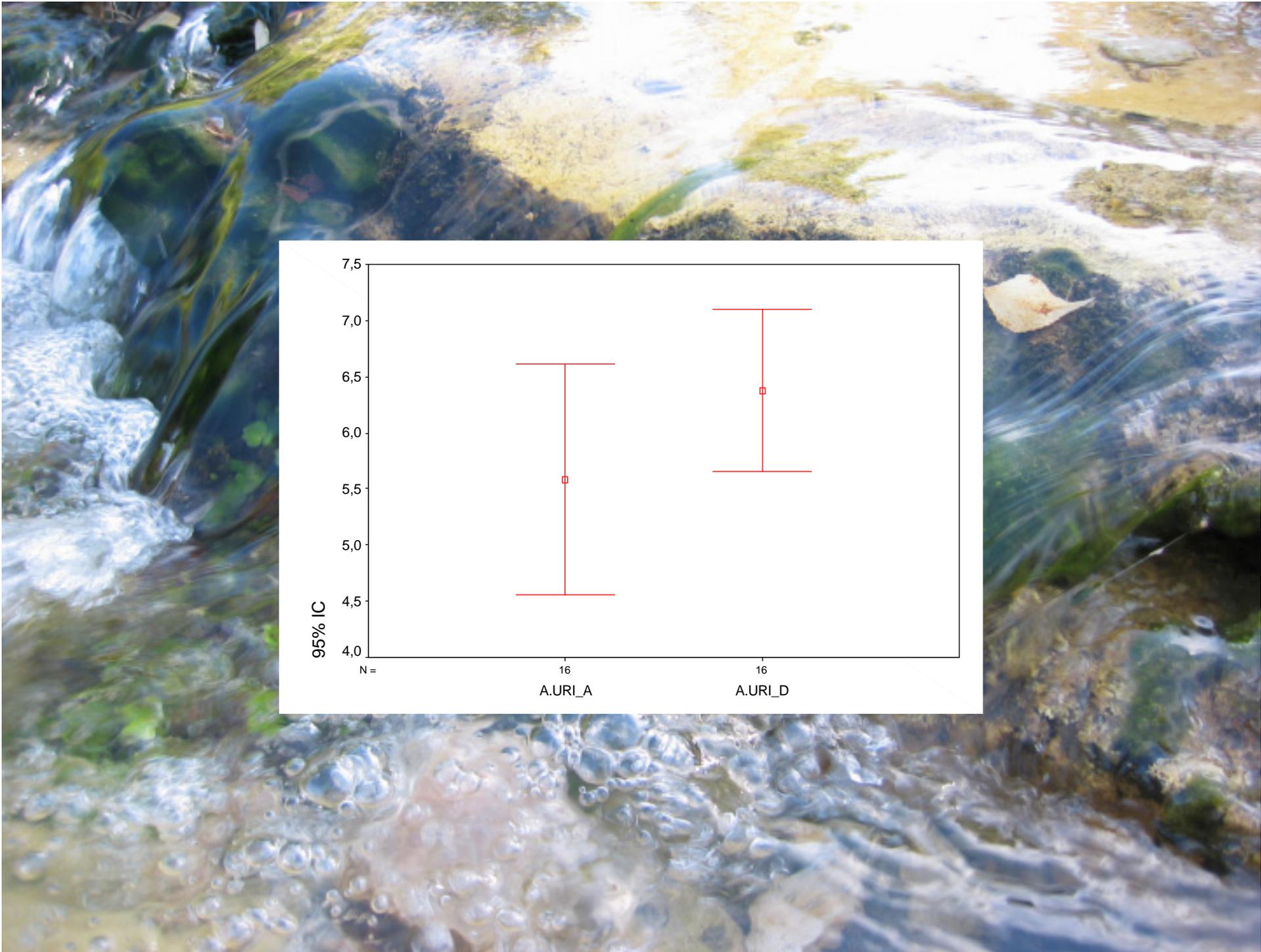
- A.-Presión sistólica areterial.
- B.-Presión diastólica arterial.
- C.-Pulso arterial radial.
- D.-Peso.

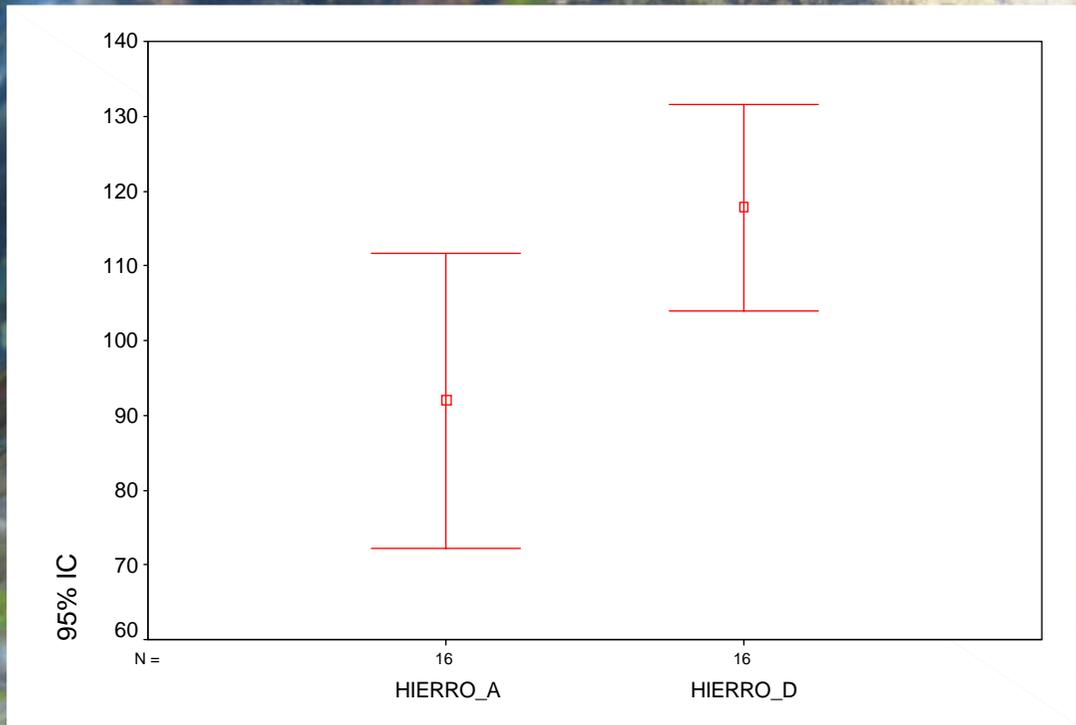


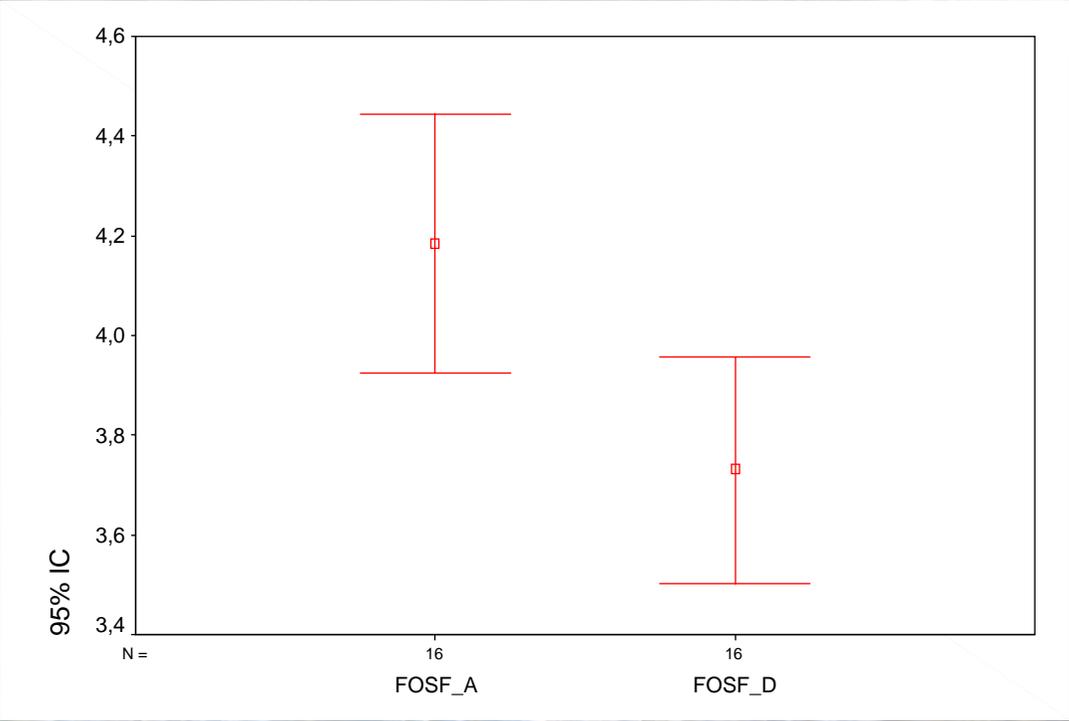
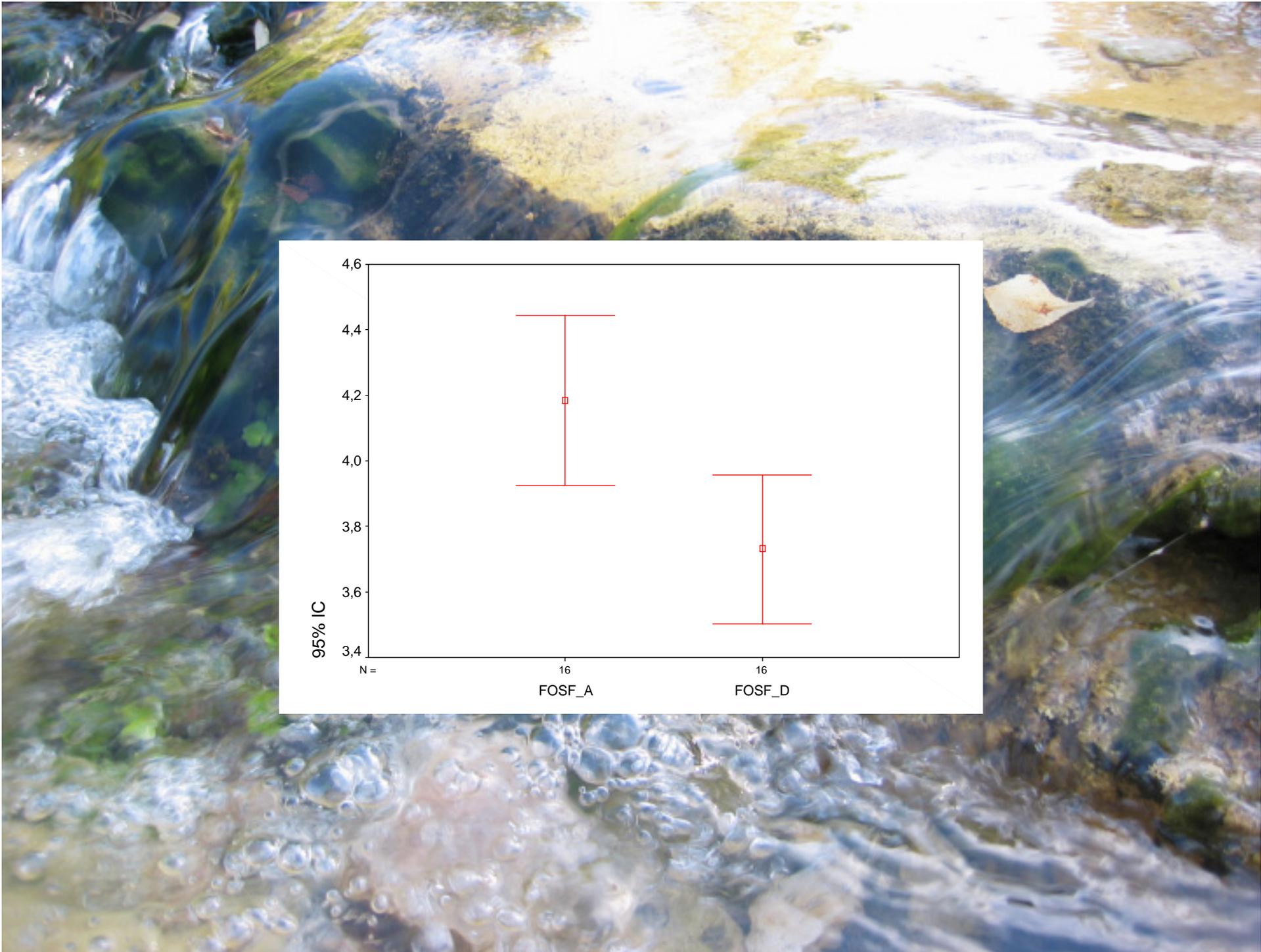
ANÁLISIS ESTADÍSTICO

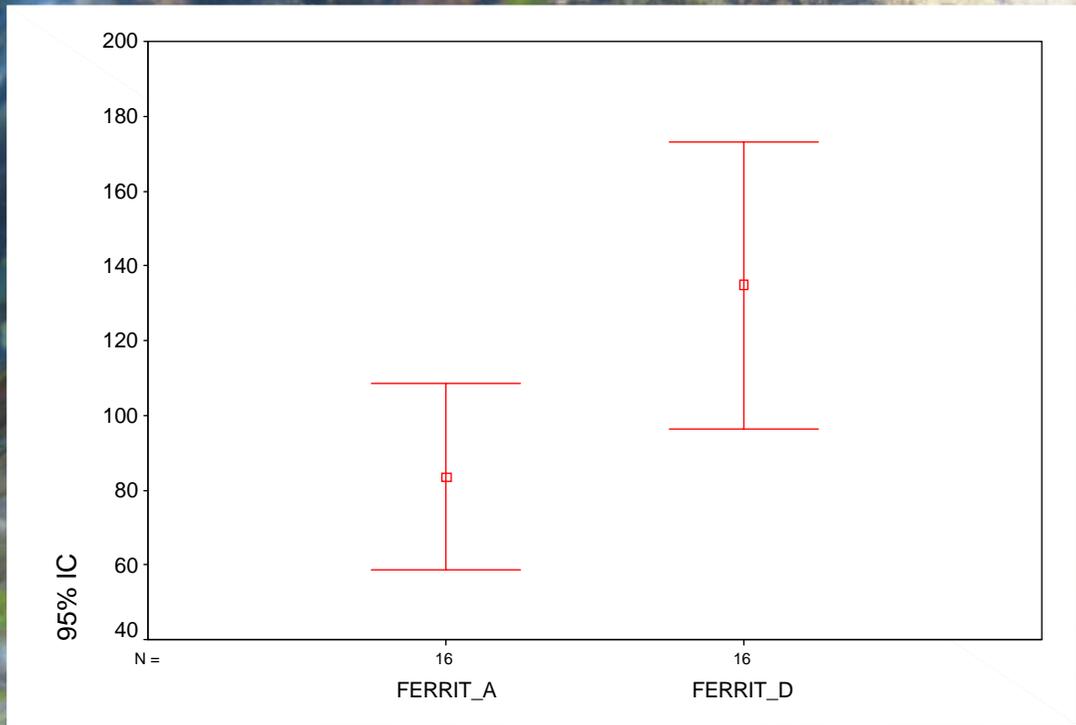
- *El estudio de análisis de variables se realizó en la Cátedra de Estadística e Investigación Operativa de la Facultad de Matemáticas de la Universidad de Valencia.*
- *Se realizaron tests para cada par de variables comparadas, entre los valores antes y después del ayuno.*
- *Para las variables pH, proteínas y cuerpos cetónicos de la orina se realizó un test no paramétrico por la peculiaridad que presentaban los datos.*

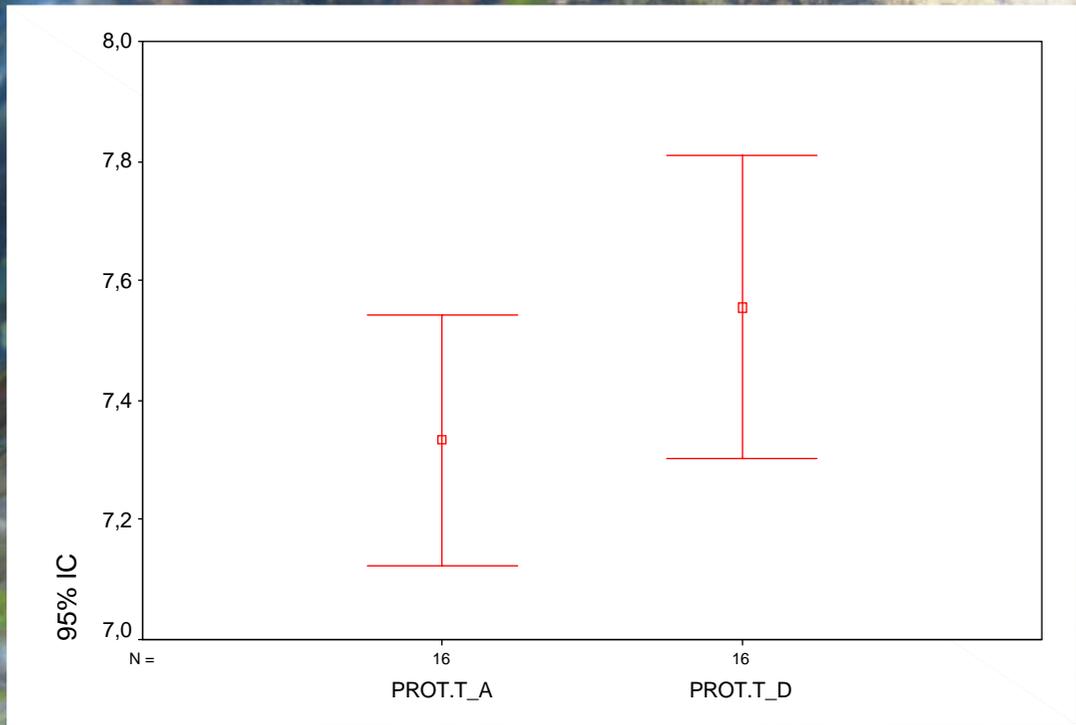


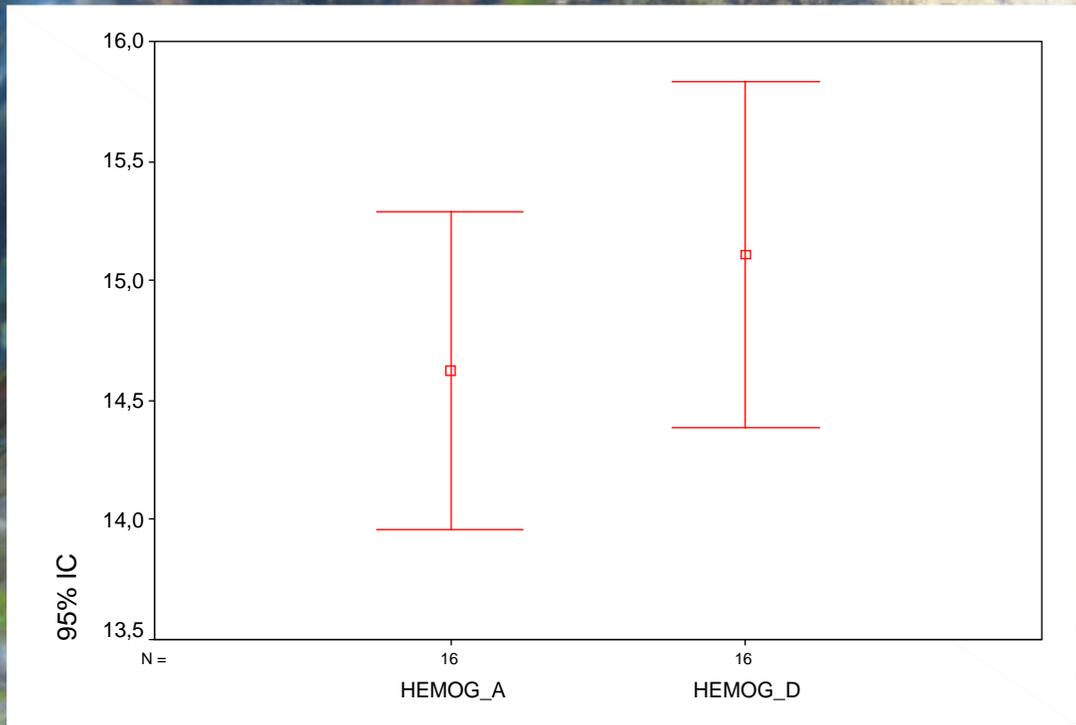


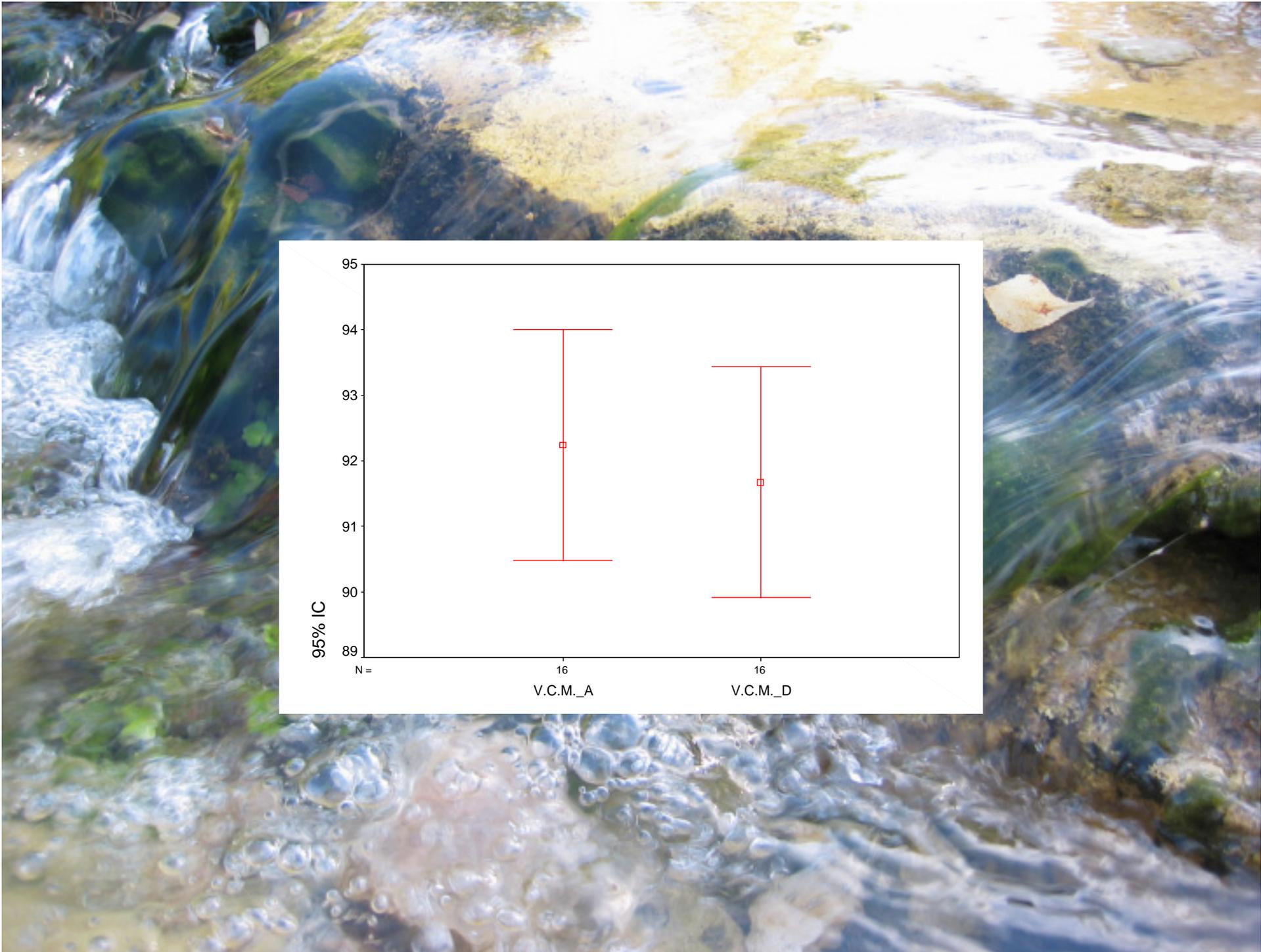


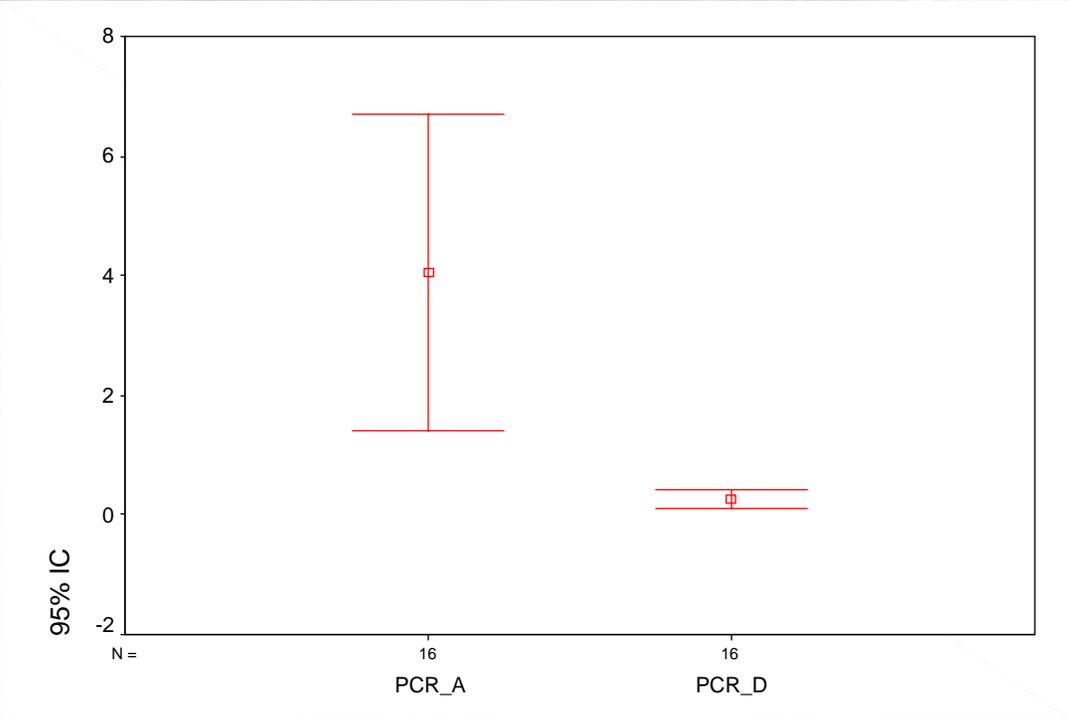
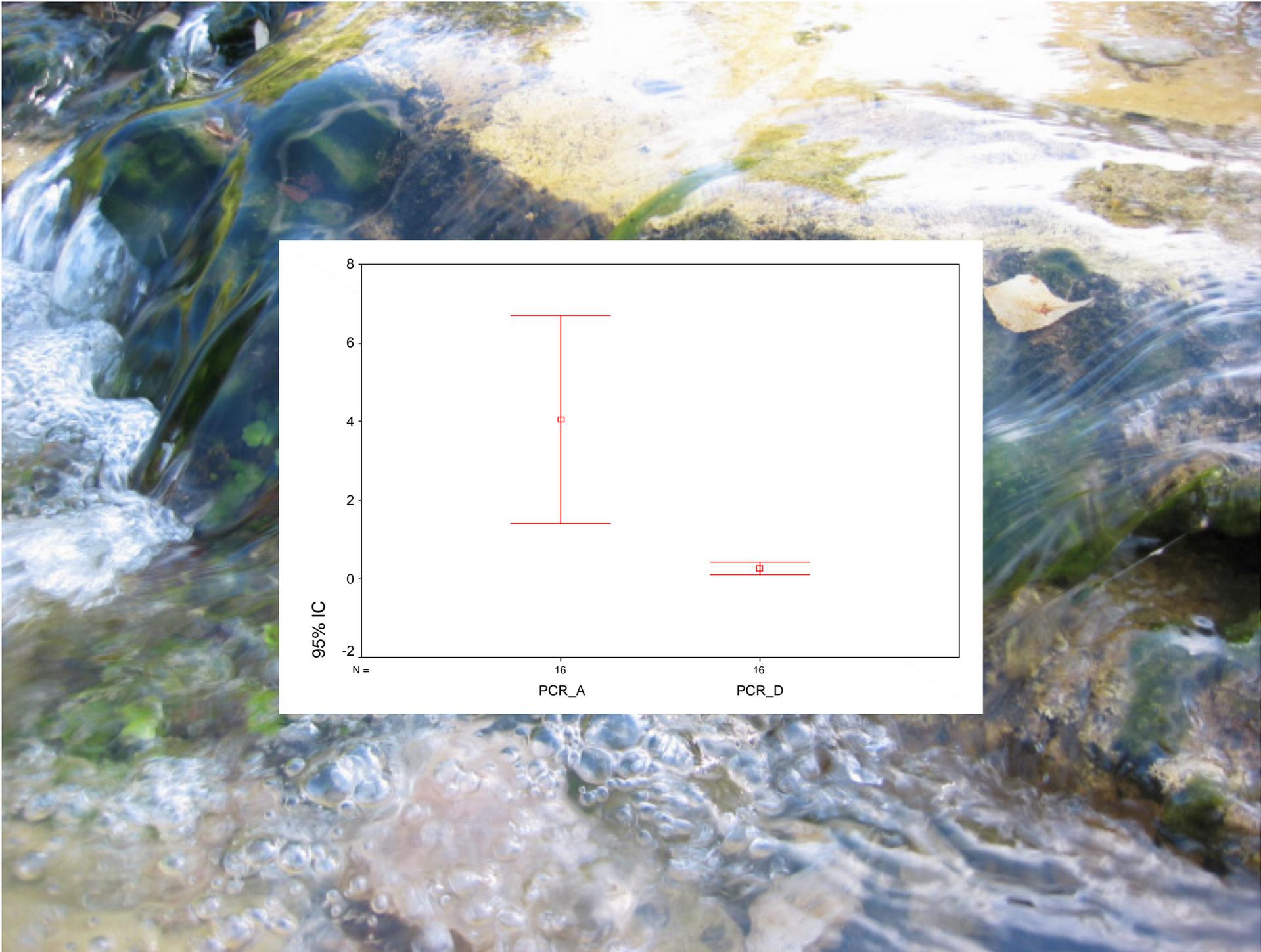






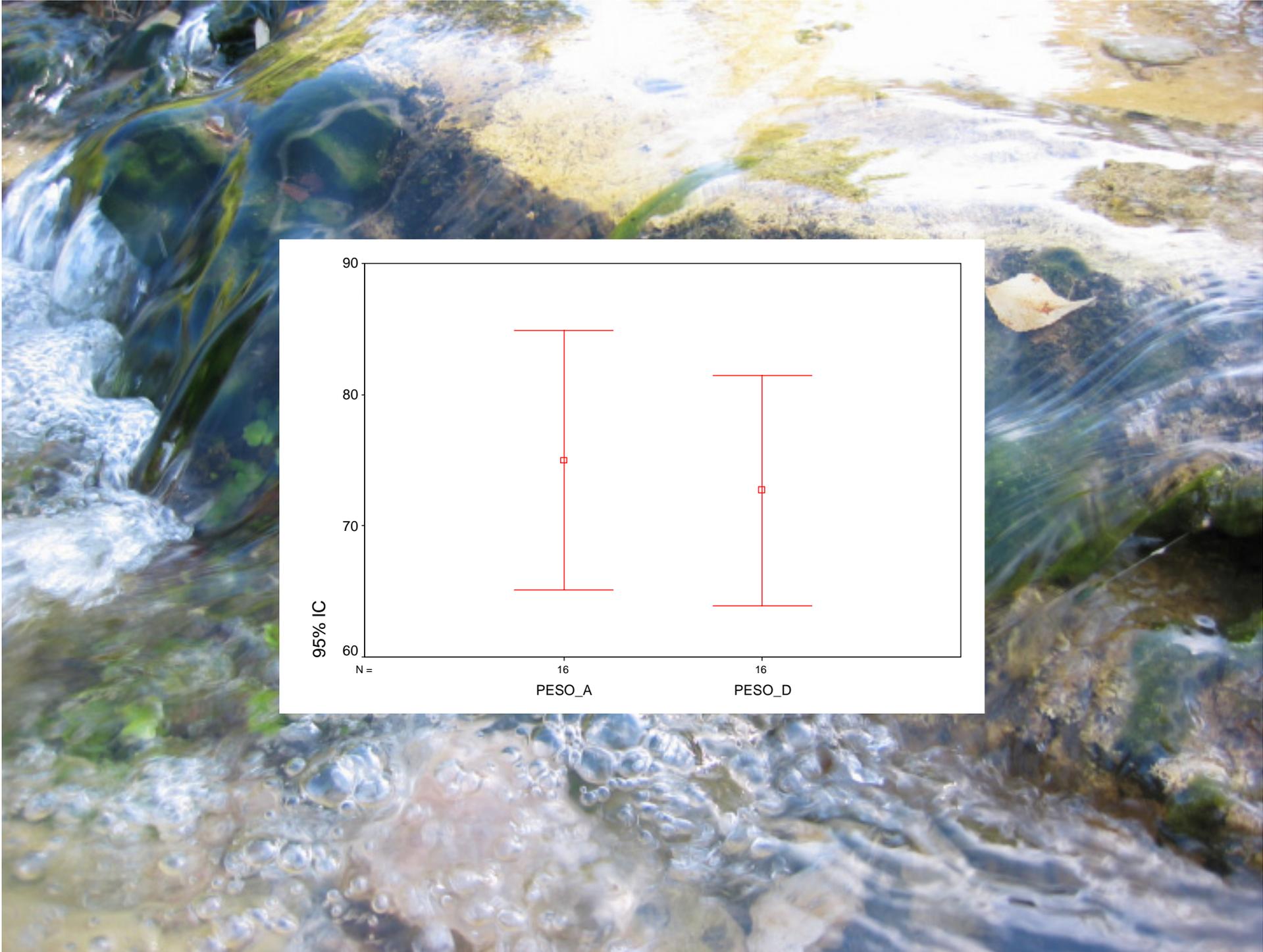


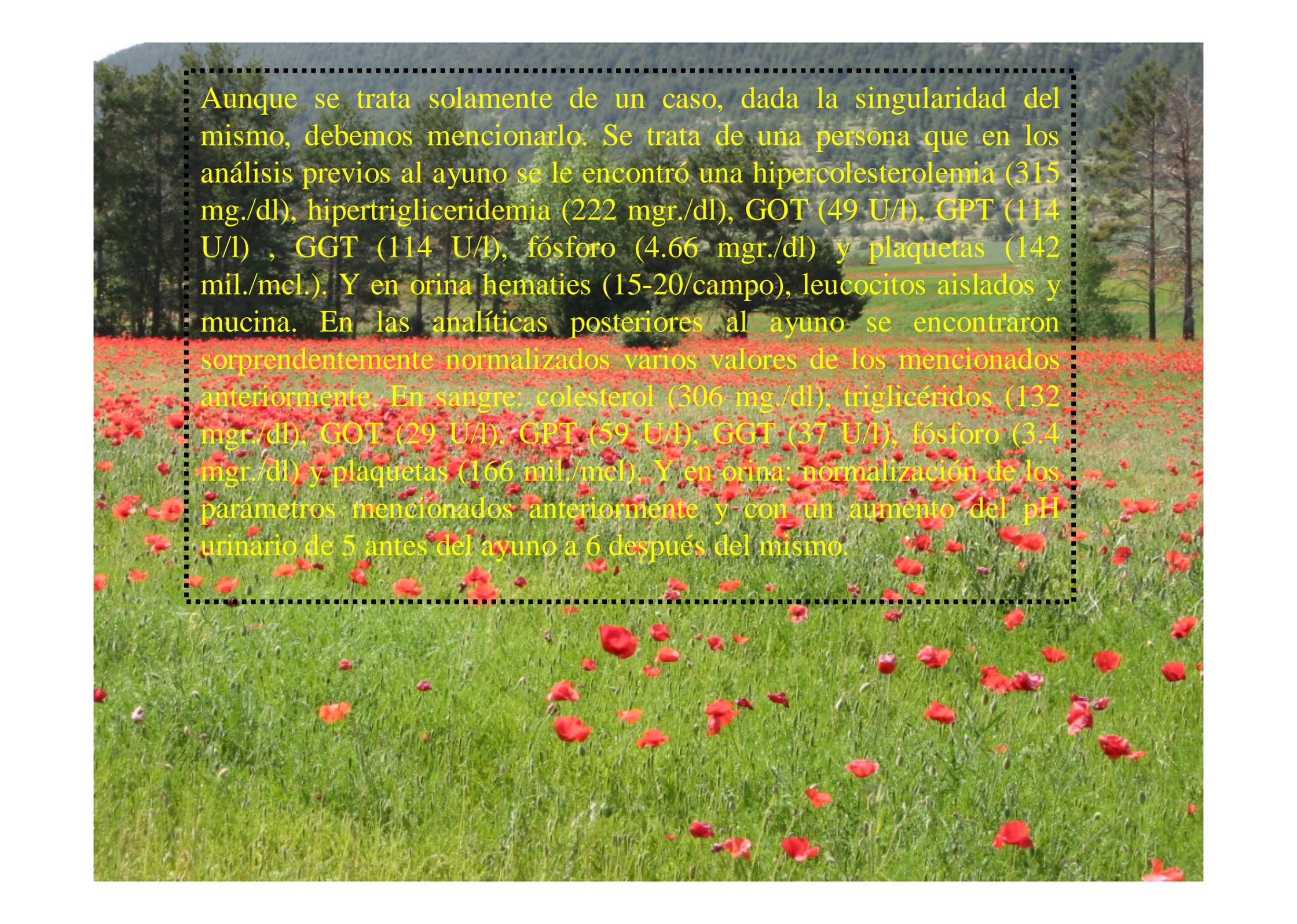




Estadísticos de contraste

	PH_D - PH_A	PROTEI_D - PROTEI_A	CUERPC_D - CUERPC_A
Z	-1,402	-,577	-3,330
Sig. asintót. (bilateral)	,161	,564	,001

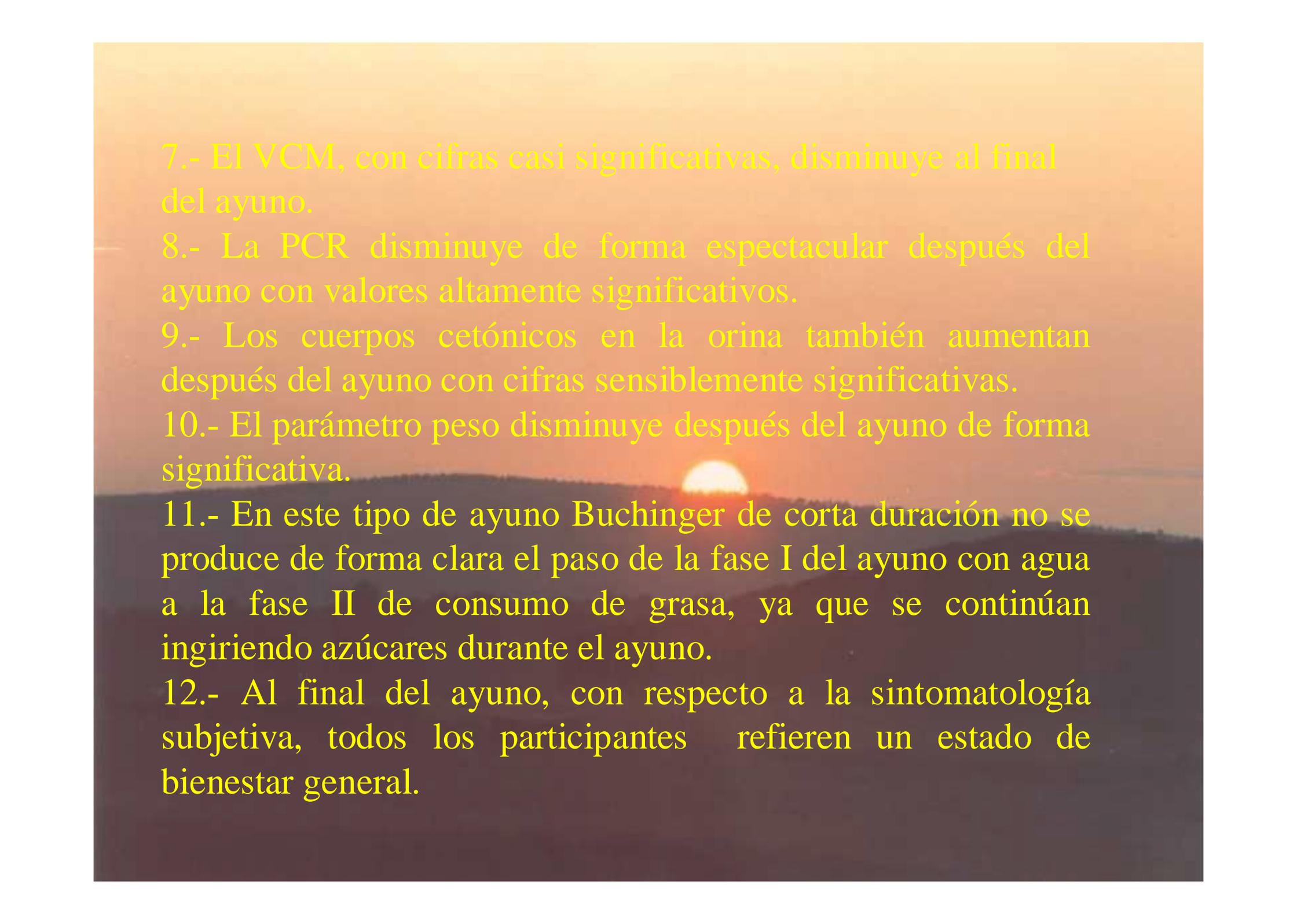




Aunque se trata solamente de un caso, dada la singularidad del mismo, debemos mencionarlo. Se trata de una persona que en los análisis previos al ayuno se le encontró una hipercolesterolemia (315 mg./dl), hipertrigliceridemia (222 mgr./dl), GOT (49 U/l), GPT (114 U/l) , GGT (114 U/l), fósforo (4.66 mgr./dl) y plaquetas (142 mil./mcl.). Y en orina hematies (15-20/campo), leucocitos aislados y mucina. En las analíticas posteriores al ayuno se encontraron sorprendentemente normalizados varios valores de los mencionados anteriormente. En sangre: colesterol (306 mg./dl), triglicéridos (132 mgr./dl), GOT (29 U/l), GPT (59 U/l), GGT (37 U/l), fósforo (3.4 mgr./dl) y plaquetas (166 mil./mcl). Y en orina: normalización de los parámetros mencionados anteriormente y con un aumento del pH urinario de 5 antes del ayuno a 6 después del mismo.

CONCLUSIONES:

- 1.- Los valores de glucemia son significativamente menores después del ayuno.
- 2.- Los valores de ácido úrico en sangre son mayores significativamente después del ayuno.
- 3.- Las proteínas totales en sangre son ligeramente mayores después del ayuno, pero no encontramos diferencias significativas.
- 4.- La sideremia aumenta después del ayuno con cifras altamente significativas.
- 5.- La ferritina aumenta también después del ayuno, al igual que el hierro con cifras altamente significativas.
- 6.- La hemoglobina aumenta después del ayuno también de forma significativa.



7.- El VCM, con cifras casi significativas, disminuye al final del ayuno.

8.- La PCR disminuye de forma espectacular después del ayuno con valores altamente significativos.

9.- Los cuerpos cetónicos en la orina también aumentan después del ayuno con cifras sensiblemente significativas.

10.- El parámetro peso disminuye después del ayuno de forma significativa.

11.- En este tipo de ayuno Buchinger de corta duración no se produce de forma clara el paso de la fase I del ayuno con agua a la fase II de consumo de grasa, ya que se continúan ingiriendo azúcares durante el ayuno.

12.- Al final del ayuno, con respecto a la sintomatología subjetiva, todos los participantes refieren un estado de bienestar general.