



Los efectos de una técnica milenaria

HIDROTERAPIA

CLARAMENTE NO ES NOVEDAD, LOS LAVADOS INTESTINALES EXISTEN DESDE HACE MILES DE AÑOS. SIN EMBARGO, ES HOY CUANDO HACEN FUROR GRACIAS A QUE MUCHAS CELEBRIDADES, LO SEÑALAN COMO SU SECRETO DE BELLEZA Y BIENESTAR. HOY, LA HIDROTERAPIA YA SE ENCUENTRA EN CHILE, Y CADA VEZ SON MÁS LAS PERSONAS QUE RECURREN A ESTA TERAPIA EN BUSCA DE UNA SOLUCIÓN DEFINITIVA PARA PROBLEMAS QUE VAN DESDE MEJORAR LA APARIENCIA DE LA PIEL, HASTA ACABAR PARA SIEMPRE CON EL ESTREÑIMIENTO Y DE PASO, BAJAR DE PESO.

En la antigüedad las preocupaciones en el área de la salud tenían que ver con terribles pestes que asolaban a pueblos enteros, hoy podríamos decir que son los problemas relacionados con nuestro estómago los que afectan a la mayoría de la población mundial. Ya sea por estrés, mala alimentación, o problemas hereditarios, el colon es uno de las problemáticas que más se repiten entre las personas. Por lo mismo, cada vez que sale al mercado alguna novedad proveniente tanto de las empresas farmacéuticas o de alimentos, nos lanzamos en su búsqueda depositando en ellos todas nuestras esperanzas para acabar con las terribles molestias producidas por el estreñimiento, hinchazón, meteorismo y los kilos de más. Sin embargo, es una técnica milenaria, el lavado intestinal, el que en la actualidad acapara la atención gracias a que figuras de renombre como Penélope Cruz o Cindy Crawford confienciaron que gracias a esta práctica consiguen verse tan saludables y con una apariencia física envidiable. Hoy, esta práctica hace furor también dentro de nuestro país, y son nuestras celebrities criollas las que se han sumado a los excelentes resultados de la Hidroterapia.

¿CÓMO FUNCIONA?

El colon, conocido también como intestino grueso, es el último órgano del sistema digestivo. Su tarea radica en permitir el libre tránsito de los desechos que quedan después de la absorción de los nutrientes en el intestino delgado. Y también es el encargado de assimilar sustancias esenciales para el organismo como agua, potasio, sodio y algunas vitaminas.

El doctor Jorge Melo trabaja desde hace varios años en la Hidroterapia, y nos cuenta que sea cual sea el estilo de vida o los alimentos que se ingieran, la mayoría de las personas acumulan elementos tóxicos en el colon, en el fondo, desechos que no se alcanzan a evacuar correctamente. Esta situación impediría la correcta absorción de vitaminas y minerales, lo que provoca finalmente en carencias nutricionales que afectan, por ejemplo, en el aspecto del pelo y la piel, además de provocar molestias como colitis, hinchazón o distensión abdominal. En sus años de trabajo con pacientes con problemas estomacales, el doctor Melo se destaca por sus tratamientos con la Hidroterapia, ayudando a sus pacientes a regulariza el tránsito intestinal, hacer desaparecer la sensación de hinchazón abdominal, mejorar la piel y combatir el acné, eliminar la sensación de piernas cansadas, incluso combatir los dolores de cabeza y las molestias articulares.

Desde hace miles de años, civilizaciones como la china o la griega han valorado la limpieza del intestino grueso como medida de higiene, e incluso como un medio de purificación. La primera descripción escrita del lavado de colon por vía rectal se encuentra en el libro de medicina interna del Emperador Amarillo, en el 2.000 A.C.

La Hidroterapia está contraindicada en personas con enfermedades cardíacas, aneurisma, anemia severa, cirrosis, hemorroides, embarazo, hernia abdominal, cirugía de colon e insuficiencia renal.

los está a que este procedimiento no involucre ninguna molestia para el paciente.

Como el agua inunda lentamente el colon, provoca que los residuos adheridos a los pliegues del intestino durante largo tiempo se vayan ablandando y luego sean eliminados. Es ahí donde radica el éxito de este tratamiento, pues lo que se busca es limpiar a cabalidad todo lo que se ha acumulado a lo largo de toda la vida.

LA HIDROTERAPIA Y EL OXIGENO

En la actualidad, junto al agua, se utiliza un mecanismo que suma oxígeno puro, pues según estudios este elemento logra desintegrar los desechos fecales endurecidos e incrustados en la mucosa intestinal afectando la permeabilidad intestinal, obstruyendo los poros de la mucosa, lo que dificulta la eliminación de la bacteria patológica y toxinas virulentas. El oxígeno, es absorbido por los pequeños vasos sanguíneos que revisten el colon en forma inmediata, cicatrizando, desinflamando, desinfectando, desintoxicando y neutralizando venenos en los tejidos inflamados.

Carolina (la entrevistada declinó publicar su nombre completo) se realizó hace algunos meses la Hidroterapia, y asegura que los cambios obtenidos desde ese entonces son no sólo notorios para ella, sino para todo su círculo, quienes han visto cómo ha disminuido de peso, el aspecto de su piel ha mejorado y más importante aún, sus antiguas molestias al estómago desaparecieron casi en un cien por ciento. "Yo era de las personas que comía y se hinchaba, era terrible, pues afectaba toda mi vida social". Carolina, al igual que muchas personas, se refugió en pastillas

Pero, ¿cómo funciona la Hidroterapia? Pues bien, se trata de una limpieza profunda de todo el intestino grueso con agua tibia y previamente filtrada. El agua va entrando lentamente al colon a través de una diminuta cánula desechable que consta de dos circuitos, uno para que ingrese el agua, y la otra por donde se eliminan desechos. Todo este procedimiento

monitoreado por el terapeuta, atento

y yogurts que prometían terminar con su distensión abdominal, pero no logró resultados sostenidos en el tiempo. "Como muchas cosas, llegué a la Hidroterapia por el dato de una amiga, ella se lo estaba haciendo y ya veía los resultados, así que me aventuré a la Internet para leer sobre esta alternativa. Encontré de todo, desde personas que lo habían probado y lo recomendaban, hasta gastroenterólogos que opinaban que era imposible que se alojaran tantos desechos en nuestro intestinos. Sin embargo, tomé la decisión y estoy clara que la Hidroterapia ayudó a mejorar desde mi estado de ánimo, hasta mi salud física, ya no sufro de esa hinchazón, y la sensación en pocas palabras es 'sentirse liviana', así me siento, como una pluma".

INDICACIONES

El doctor Melo nos cuenta que para lograr resultados que se sostengan en el tiempo, la idea es hacer más de una sesión. Cada una de ellas no supera la hora de tratamiento, y entre sesión y sesión, no se debe superar los 5 días. Luego que se ha limpiado el intestino en extensión y en profundidad, se recomienda llevar una alimentación sana, y repetir la Hidroterapia cada seis meses o una vez al año, según la edad y otros factores que se conversan con el terapeuta.

Un caso especial, son los enfermos de cáncer de colon, pues ellos necesitan primero tratar su enfermedad antes de someterse a un tratamiento como la Hidroterapia, la que puede ser utilizada luego como mecanismo de prevención, pero nunca como tratamiento definitivo.

Claramente, la Hidroterapia tiene sus detractores y sus seguidores, lo importante es documentarse y comparar opiniones, pues más que una moda, una terapia como esta requiere asegurarse de los pro y los contra que puede tener para cada persona, pues como todo lo que tiene que ver con la salud, la responsabilidad está en sus manos.

LOS CANDIDATOS

La Hidroterapia ayudaría a mejorar no sólo la salud de nuestro colon, sino también ayudaría a mejorar el funcionamiento de otros órganos. A continuación te presentamos un listado enfermedades que podrían verse superadas luego de esta terapia:

Estreñimiento, Diarreas, Meteorismo, Colon irritable, Várices, Soriasis, Alergias, Acné, Artritis, Lumbagos, Depresiones, Estrés, Cefaleas.