



ENERGY

vitae

Revista de Información y Formación de Energy Nº38 Primavera 2016

La primavera ha venido
Energy en el deporte
Veterinaria: la insuficiencia renal

www.energy.cz/es
www.energyuniverse2.es
Facebook: Energy España
YouTube: Energy España

Igualdad de trato

La ley natural es ciega; es la justicia imparcial. Las consecuencias de la propia conducta son ineludibles. Ser humano no es excusa.

El líder sabio no pretende proteger a la gente de sí misma. La luz consciente brilla igual sobre lo agradable que sobre lo desagradable.

La gente no es mejor que el resto de la Creación. El mismo principio esencial de los seres humanos lo es igualmente de todo.

Tampoco una persona o un pueblo son mejor que el resto de la humanidad.

El mismo principio está en todas partes. Una persona vale tanto como otra.

¿Por qué jugar a los favoritos?

Todo demuestra la ley. El hecho de que Dios no sea una cosa no significa que sea nada. Se necesita un poco de humildad.

Sabiéndolo, el líder no pretende ser especial.

El líder no murmura de otros ni pierde su aliento discutiendo sobre los méritos de teorías opuestas.

El silencio es una gran fuente de fuerza.

John Heider, El Tao de los líderes



Sumario

Iniciamos este número con una colaboración de *Javier Pérez*, que inaugura, oficialmente, una nueva sección. **Energy en el deporte**. Cuatro páginas con su experiencia y consejos sobre cómo utilizar los preparados y complementos de **Energy** en la práctica de deportes de resistencia. De lectura imprescindible, o casi. **Páginas 4, 5, 6 y 7.**

Seguimos con la segunda entrega de *Mati Navas* sobre una buena alimentación como es la macrobiótica. **Páginas 8 y 9.**

Lidia Blánquez se estrena en nuestra revista. Considera que el estrés, la inconsciencia y una mala alimentación crean una base donde se asientan muchos, la mayoría, de los problemas que nos aquejan. **Páginas 10 y 11.**

Pilar Boix y *Antonio Nadal* completan las propuestas sobre la alimentación en esta época, apuntando a la necesidad de *regenerar* nuestros órganos, especialmente en este momento. **Página 12.**

Iniciamos una nueva sección donde hablaremos sobre las vitaminas y los principales alimentos en los que las podemos encontrar. Hoy, la vitamina A. **Página 13.** *Emilio Benito*, *Llorenç Arroyo* y *Aurora*, madre e hija, comparten algunos casos en los que el preparado **Regalen** del elemento Madera de **Energy** es el protagonista, o uno de ellos, en la resolución de problemas fisiológicos de distinta gravedad, pero también de cambios mentales y emocionales. **Páginas 14 y 15.**

Daniel Pérez de Pedro nos explica en qué consiste el *sistema postural fino*, su relación con los ejes que determinan la *postura* física que adoptamos y su vínculo con el elemento Madera. Como siempre, muy interesante. **Páginas 16 y 17.**

Montserrat de Sanjosé nos cuenta el caso y conversión de su pareja, *Peter*, que pasó de ser un escéptico sano a un convencido de las bondades de **Energy**. **Página 18.**

Ahora llegan los *renove* de todas y cada una de las grandes cremas, bajo el nombre de **Beauty Energy**. Más información en la **página 19.**

Cristina Delgado aborda un problema muy serio entre nuestras mascotas: la insuficiencia renal. De ahora en adelante, cuando surja un caso de esta dolencia, habrá que remitir al presente artículo que *Cristina* trata de manera magistral. **Páginas 20 y 21.**

Balneol es el nombre del producto del que hablamos en la **página 22**. Si no os habéis sumergido en él, no sé a qué estáis esperando.

Los cursos realizados últimamente, en la **página 23**, y la contraportada dedicada a la belleza, de cierre.

EDITORIAL



La Tierra acercándose al Sol en su periplo anual marca el cambio en la Naturaleza, cambio con el que el Hombre está sincronizado.

La Primavera ha sido asociada en todas las culturas con el renacer, renovarse, ver con nuevos ojos. Hoy se ve también como una oportunidad de cambio, algo joven que emerge. Hay limpieza y pureza en ella. La naturaleza entera revive y se viste de todos los colores. También se asocia a la infancia del ser humano.

Se hace necesario abrir las ventanas y salir a la calle. Desentumecer los músculos y reactivarlos; eliminar las toxinas acumuladas tras los fríos invernales y deshacerse de lo que se ha corrompido.

Démosle, pues, la bienvenida a la Primavera: "Bienvenida Primavera".

Y aprovechando que el tiempo invita a salir y tonificarnos, presentamos una nueva sección, **Energy y el deporte**.

De manera ocasional, hemos publicado artículos en los que algún deportista nos contaba su experiencia con **Energy**. Los primeros llegaron desde la República Checa de la mano de algunas jóvenes esquiadoras, y después empezaron a venir desde nuestro país.

Pero ahora, y con algunos años de experiencia ya acumulados, damos un paso más, apoyándonos en los asesores que atesoran este conocimiento y que nos van a hablar de cómo utilizan nuestros preparados y complementos tanto en las fases de entrenamiento o de competición, como en trabajos de resistencia, etcétera.

Las cuatro páginas de este número dedicadas a **Energy y el deporte** son el inicio de nuestra apertura a otros trabajos y en otros campos. Aceptamos sugerencias.

En 1945, *Ricardo Gullón* en **Poesía, primavera del hombre**, escribía:

«Al contacto con la poesía ceden los hielos del tiempo pasado, el hombre se siente fuerte y alegre, la luz es más clara y el aire más tibio, se inician los días gentiles de la creación, la primavera del hombre crece en la dorada exaltación de la poesía. Todos los objetos son señalados por el poeta; llama rosa a la rosa, y por vez primera la rosa lo es íntegramente, cada letra de su nombre parece un pétalo henchido de aroma».



ENERGY UNIVERSE 2 S.L.
C/ El Clos, 3 bajo
43830 Torredembarra (Tarragona)
977 644 796 / 685 955 371
energycentro@tinet.org
www.energy.cz/es
www.energyuniverse2.es
Depósito legal: V-1963-2008



PRÓXIMOS SEMINARIOS

ELECTROPUNTURA BIOENERGÉTICA AL
SERVICIO DE LOS PROCESOS METABÓLICOS
MÉTODO TORNER® SUPERTRONIC

9,10,11 de abril Sevilla

16 y 17 de abril New York

29, 30 de abril y 1 de mayo Bilbao

28, 29 y 30 de mayo Torredembarra

25, 26 y 27 de junio Zaragoza

Curso de repaso de Kinesiología
de Energy y EnergyVet

23 y 24 de abril Torredembarra

Ficha técnica:

Editor: Leo Franek

Director: Julio Alonso

Maquetación: P. Ortega

Correcciones: Marta Salvador

Foto de portada: Leo Franek

Han colaborado: John Heider, Julio Alonso, Mati Navas, Lidia Blánquez, Pilar Boix, Antonio Nadal, Leo Franek, revista Vitae checa, Emilio Benito, Llorenç Arroyo, Aurora Rustarazo y su madre Aurora, Javier Pérez de Pedro, Montserrat de Sanjosé, Javier Pérez y Cristina Delgado.

Los deportes de resistencia. Sugerencias de febrero a mayo

Energy en el deporte

Es el tercer año de nuestro equipo ciclista y aprovechando que algunos asesores de Energy y aficionados al ciclismo se han interesado por el tema, vamos a tomar este deporte como referencia y ejemplo de cómo aplicar los productos de Energy en el deporte, en este caso, deportes de resistencia, y cómo actúan en el cuerpo humano.



Hay que diferenciar las particularidades de cada deporte, época del año, temporada de entrenamiento y competitiva y, claro está, la situación y particularidades del individuo en cada momento, como edad, tipo de trabajo, estrés, alergias, resfriados, alteraciones enzimáticas, etcétera. En estas situaciones, todo un clásico, “pasar por Supertronic”.

Me voy a centrar en bloques de cuatro meses para ir completando, en los siguientes números, el ciclo anual e ir explicando en cada momento esas necesidades del deportista según la época y ciclo de entrenamiento que se le presenta.

Así pues, en este número explicaremos la aplicación de Energy en el bloque de febrero a mayo, así como las particularidades de nuestros productos relacionadas con el esfuerzo y el sacrificio, que no tiene por qué ser competitivo, y cuya aplicación la pueden tener en cuenta los aficionados a cualquier otro deporte.

La alimentación diaria influye de forma muy significativa en el rendimiento físico de un deportista. Es necesaria una adecuada distribución de los nutrientes energéticos: proteínas (10-15%), lípidos (30%) e hidratos de carbono (50-60%), así como la presencia de vitaminas y minerales para cu-

brir las necesidades específicas del individuo.

En los deportes de resistencia hay una necesidad creada al organismo de suplementar la alimentación con complementos que no siempre son bien aplicados en cantidad, calidad y en el tiempo. Algunos de los nombres de estos suplementos más conocidos son: glutamina, L-carnitina, creatina, aminoácidos ramificados (BCA), antioxidantes, taurina, cafeína, hierro, inosina, multivitaminas, citrulina malato, etcétera.

Voy a centrarme en los productos que tocan en este primer bloque de febrero a mayo y en cómo tomarlos. Hay que tener en cuenta que son dosis mínimas, pensadas para un ciclista que realiza de mil a mil setecientos kilómetros al mes. Los efectos beneficiosos que nuestros complementos producen en el organismo del deportista y cómo tomarlos los iremos viendo, poco a poco, en los siguientes números en los que además se incorporarán nuevos productos y en algunos casos se incrementarán dosis de algunos que ya hemos empezado a tomar en febrero.

En febrero empezamos a trabajar entrenamientos de carga y series, comienza la toma de contacto con la competición. Los siguientes ejemplos son orientativos y a dosis mínimas que variarán según la carga de entre-

namiento, o si se entrena por la mañana o por la tarde. Además, en primavera entramos en épocas de alergias, así que habrá casos en los que tendremos que reforzar con algún producto del pentagrama y algún complemento que surgirá seguramente con el test con Supertronic.



Una reflexión sobre los suplementos

No voy a entrar a considerar los efectos positivos o nocivos y de desajuste que algunos complementos pueden llegar a provocar en la salud de algunos deportistas, pero algún caso de sensibilidad e intolerancia a algún componente de estos suplementos, sí me ha llamado la atención. Veamos:

La glutamina es quizás el complemento por excelencia que más extendido está entre los deportistas de resistencia. Es uno de los veinte aminoácidos que intervienen en la composición de las proteínas. Se trata de un aminoácido no

esencial, lo que significa que el organismo puede sintetizarlo a partir de grupos amino presentes en los alimentos. Es el aminoácido más abundante en los músculos humanos, no suele tener ningún efecto nocivo, salvo en algunas patologías o cuando se produce interacción con un determinado tipo de medicamentos.

Hace unos tres años un deportista con desajustes estomacales, gastritis, diarreas, etcétera me comentó que al dejar de ingerir glutamina se corrigió tal desorden. Hablando del tema unos días después en una de sus sesiones de masaje, me contó que no podía ingerir comida china ya que le sucedía lo mismo. ¿Síndrome

del restaurante chino?, quizás. Este síndrome no es más que una sensibilidad al glutamato monosódico utilizado en la mayoría de las salsas. Cuando se ingiere glutamina, nuestro organismo la transforma en glutamato, de ahí la relación. Otras sensibilidades a algunos de estos productos más significativas es la intolerancia a la lactosa, suero de leche, o los efectos nocivos de los batidos de proteínas sobre la acidificación del organismo y debilidad de la estructura ósea.

Con los complementos naturales de Energy no sólo eliminamos estos posibles desajustes y contrariedades, sino que regeneran y sanan al deportista.

Cuando el entrenamiento es matinal

El día de antes habremos tomado en la cena:

Vitamarin: 2 cápsulas, 30 minutos después de cenar.

King Kong: de 5 a 7 gotas antes de desayunar, ó 30 minutos antes del entrenamiento. Dependerá del tiempo que haya desde el desayuno hasta tomar la salida.

Fytomineral: 10 gotas antes del entrenamiento. Si realizamos más de tres horas de ejercicio podemos añadir otras diez gotas en el bidón de agua e ir tomando, dosificadamente, durante el recorrido, o en su defecto tomar las

Cuando el entrenamiento es vespertino

Vitamarin: 2 cápsulas, 30 minutos antes o después de desayunar.

King Kong: 30 minutos antes de entrenar, teniendo en cuenta que ya hemos hecho la digestión. Si no cumplimos con la norma de las "3 horas" lo tomaremos antes de comer.

Fytomineral: 10 gotas antes del entrenamiento. Y si realizamos más de dos horas de ejercicio podemos añadir otras diez gotas en el bidón de agua e ir tomando dosificadamente durante el recorrido, o en su defecto tomar las diez gotas en un vaso de agua nada más llegar a casa.

Un día de competición

Añadiremos 7 gotas de **Stimaral** una hora antes de la salida —olvidándonos de tomar café—, una cápsula de **Revitae** en la merienda y dos pastillas más de **Spirulina Barley** por la noche. Esta dosificación también la podríamos hacer cuando juntamos dos días de entrenamientos de fondo, con más de 300 kilómetros.

Si resulta que tenemos varios días seguidos de competición también podemos añadir 5 gotas de **King Kong** antes de la cena y una cápsula de **Celitin** antes de irnos a dormir. Si tienes alergias de primavera, **Peralgin** y **Spiron** en la habitación.

¡Ah! Y no podemos olvidarnos de las cremas

Ruticelit, antes de la competición, estimula el sistema venoso, ayudando a la inhibición del ácido láctico y dándonos una agradable sensación de ligereza. Es una crema que no calienta ni enfría nuestras extremidades. Simplemente estimula el riego circulatorio periférico. La extenderemos mezclándola con un poco de agua.

Artrin. Después de la carrera podemos aplicarla en piernas y cervicales (con un poco de agua) para recuperar, incluso podemos añadir también **Ruticelit** y la recuperación será impresionante. Estas cremas le dan un punto de frescura interna a nuestras extremidades antes del esfuerzo. Aplicadas después del esfuerzo, las recupera.



diez gotas en un vaso de agua nada más llegar a casa.

Spirulina Barley: Dos pastillas entre hora u hora y media después del entrenamiento. Si vamos a realizar una actividad de más de cinco horas también podremos tomar **Spirulina Barley** una hora antes del ejercicio.

Spirulina Barley: Dos pastillas entre hora u hora y media después del entrenamiento.

Si vamos a realizar un ejercicio de más de cinco horas también podremos tomar un par de comprimidos de **Spirulina Barley** una hora antes de salir en bicicleta.

Y la pregunta del millón, ¿21 días y siete de descanso?:

Puesto que estamos utilizando nuestros productos como complementos al desgaste continuo, no vamos a estar siete días sin complementar nuestra alimentación y hacer más de 400 kilómetros. Utilizaremos los días semanales en los que no hay entrenamiento para descansar también de la ingesta de nuestros productos. Es decir, si el lunes y viernes no entreno, descanso, pero si el sábado tengo entrenamiento intenso, sé que el viernes noche me toca carga de ácidos grasos (**Vitamarin**).

Los complementos

Vamos a darle explicación al porqué de estos productos y sus beneficios desde el punto de vista orgánico, en la dieta sacrificada de los deportistas de resistencia, para que éstos entiendan la importancia de mantener el equilibrio energético de su organismo y no tener calambres, una “pájara”, desgaste, envejecimiento prematuro o incluso patologías asociadas al mismo. En este número nos vamos a ocupar de Vitamarin y Spirulina Barley, ya que King Kong y Fytomineral son muy conocidos por su excelencia en el deporte, así que los dejaremos para próximos números de nuestra revista a la que se irán sumando más productos en nuestro “calendario deportivo”.

Vitamarin visto como complemento deportivo

En los deportistas, los ácidos grasos resultan muy beneficiosos ya que intervienen en dos procesos vitales:

La oxidación: los procesos de oxidación están muy relacionados con el envejecimiento del organismo. Si bien los ácidos grasos no ejercen una acción directa contra los radicales libres, es decir no tienen una acción antioxidante, mejoran la funcionalidad de las membranas celulares y las refuerzan contra estas sustancias tan nocivas para el organismo.

La inflamación: el ejercicio intenso genera procesos inflamatorios, y los ácidos grasos tienen una acción directamente antiinflamatoria, muy eficaz para el deportista, siempre que su alimentación sea correcta y equilibrada. Inhiben la producción de mediadores inflamatorios como PGE2 (*prostaglandina E2*), TXA2 (*tromboxano A2*), leucotrienos e interleucinas, ácido eicosapentaenoico y DHA (ácido docosahexaenoico).

Su efecto antiinflamatorio y su poder para reforzar el sistema inmunológico ha sido asociado a una mejor recuperación que favorece la correcta oxigenación de los músculos. Por ello, incrementa el rendimiento y reduce la fatiga ante el ejercicio.

La utilizamos por sus efectos a la hora de aumentar la fuerza y el rendimiento aeróbico. Parece ser que esta mejora se debe a varias acciones que ejercen estos **ácidos grasos en el organismo** como la mejora en la producción de la hormona del crecimiento.

Los ácidos grasos ayudan con los problemas articulares, ligamentos y el dolor muscular. También con el metabolismo del oxígeno. Reducen la viscosidad sanguínea derivando en una mejora del aporte de oxígeno y nutrientes a los músculos, como tam-



bién aceleran la recuperación muscular después del esfuerzo. Mejora el **VO2 máximo**, es decir, de todo el oxígeno que inspiramos, el porcentaje de éste que es aprovechado por nuestros músculos y **por tanto aumenta** la resistencia. También optimiza las funciones cardíacas y disminuye el colesterol.

Los ácidos grasos, por otra parte, también aumentan la actividad de una proteína llamada mTOR y de la insulina, que son sensibles a pequeños cambios en el metabolismo energético. La mTOR tiene efectos directos sobre la síntesis de proteínas y sobre el centro de control del apetito del ce-

rebro. Los ácidos grasos estimulan la proteína mTOR, que inhibe la sensación de hambre y previene la degradación de proteínas.

En casos de deportistas que padecen alergias a gramíneas, almendros, olivos, etc., la ingesta de **Vitamarin** mejora la respuesta inmune y respiratoria. En estos casos tendríamos que aumentar la dosis o complementarla con **Peralgin**, aumentando también la de **Spirulina Barley** para reducir los radicales libres, agua y frutas ricas en vitamina C. Aunque lo ideal, vuelvo a recordar, sería, como es preceptivo, hacer el estudio energético con **Supertronic**.

Spirulina Barley como complemento deportivo

La **Spirulina Barley** incrementa la resistencia antes de practicar cualquier ejercicio, debido a su alto aporte en hierro. Al ser una fuente de energía rápida, se acelera el proceso de recuperación de las **proteínas, vitaminas, minerales** y aminoácidos que hemos de reponer tras el esfuerzo físico. En el ámbito de la nutrición deportiva, se usa como ayudante para fortalecer y mantener la masa muscular. Si se toma antes de la práctica deportiva mejora la resistencia, además de evitar lesiones por sobreesfuerzos. En nuestro caso vamos a aprovechar sus propiedades para recuperar nuestro organismo después del ejercicio.

Esta alga unicelular de color azul verdoso es una fuente natural de proteínas de origen vegetal, pues entre un 65 y un 70% de su composición son proteínas. Además sus nutrientes son de fácil asimilación para el organismo —pues sus proteínas son bili-proteínas, es decir, ya fueron previamente absorbidas por el alga y están predigeridas—, ideal para aquéllos que tengan una digestión con débil asimilación y absorción.

Pero hay que tener en cuenta que contiene otros muchos más nutrientes a destacar. La pared celular de la spirulina tiene una característica muy particular pues está compuesta por muchos polisacáridos que son azúcares complejos, entrelazados con aminoácidos, azúcares simples y algunas proteínas, que hace que sean totalmente digeribles por nuestro organismo **que aprovechará cada uno de estos componentes, ayudándonos a** fortalecer los tejidos de nuestro cuerpo, además de reforzar los tejidos del corazón, disminuir la grasa en sangre y fortalecer el sistema vascular.

No hay que olvidar que **Spirulina Barley** tiene una alta concentración de:

-**Proteínas de origen vegetal.**

-**Beta-caroteno**, el súper antioxidante más completo.

-**Ácido gamma linoléico** (omega-6) productor de prostaglandinas, sustancias parecidas a las hormonas que pueden actuar sobre todos los órganos del cuerpo.

-**Hierro** necesario para mantener unos niveles adecuados de glóbulos rojos. Esto hará que nuestra sangre

contenga más oxígeno y por lo tanto podamos cubrir mejor las necesidades que el organismo tendrá de quemar ese oxígeno y convertirlo en energía. En el caso de los deportistas esto es algo que debemos tener en cuenta, ya que al tener más glóbulos rojos rendiremos mucho más y seremos capaces de obtener mucha más energía que de manera normal.

-**Vitaminas:** las vitaminas B1 y B2 son las principales protagonistas de la síntesis de hidratos de carbono en el cuerpo lo que permite que tengamos energía. La B6 es la encargada de producir hemoglobina, que transporta el oxígeno en los glóbulos rojos hasta los tejidos. Una deficiencia de vitamina



B6 puede causar una forma de anemia. Descompone proteínas. Cuanto mayor sea el consumo de proteínas, mayor será la cantidad de vitamina B6 que necesitamos. Mantiene el azúcar —la glucosa— en la sangre en rangos normales. La vitamina B12 ayuda a la formación de glóbulos rojos en la sangre y al mantenimiento del sistema nervioso central.

-**Aminoácidos:** el cuerpo humano se compone en un 20% de proteínas. Las proteínas juegan en casi todos los procesos biológicos un papel clave. Los **aminoácidos** son la base de las proteínas. Dado que gran parte de nuestras células, músculos y tejidos están compuestos por aminoácidos, éstos forman parte de numerosas funciones importantes en nuestro cuerpo.

Los aminoácidos confieren a la célula no sólo su estructura, sino que también son responsables del transporte y almacenamiento de toda clase de nutrientes de vital importancia. Los aminoácidos influyen en las funciones

de órganos, glándulas, tendones y arterias. Son esenciales en la curación de heridas y reparación de tejidos, especialmente músculos, huesos, piel y cabello, así como en la eliminación de los impactos negativos que se asocian a trastornos metabólicos de todo tipo.

Aminoácidos esenciales son aquellos que no pueden ser sintetizados por el organismo y para obtenerlos es necesario tomar alimentos que los contengan. Nuestro organismo descompone las proteínas para obtener los aminoácidos esenciales y formar así nuevas proteínas.

Spirulina Barley contiene aminoácidos esenciales y no esenciales: fenilalanina, isoleucina, leucina, lisina, metionina, treonina, triptófano, valina, ácido aspártico, ácido glutámico, alanina, arginina, cistina, histidina y glicina.

-Minerales

Espirulina Barley es rica en minerales como calcio, fósforo, magnesio, yodo, potasio, sodio, hierro, zinc, cobre, manganeso, cromo, germanio o selenio, indispensables para el trabajo de los glóbulos blancos en nuestro sistema inmunológico. Los llamados antioxidantes presentes en **Spirulina Barley** son fundamentales para las personas que se ejercitan, ya que toda actividad física genera radicales libres, y mediante los antioxidantes se logra neutralizar sus efectos perjudiciales; además el alga **Spirulina** repone rápidamente los nutrientes que se pierden con el desgaste físico y conjuntamente con una dieta variada y equilibrada, adecuada en términos de cantidad y calidad antes, durante y después del entrenamiento. Así se logra optimizar el rendimiento físico.

Barley es el otro componente de nuestro producto. Es un germinado de cebada que nos aporta elementos como ácidos grasos esenciales, vitamina C, vitamina B1, vitamina B2, calcio, sodio, hierro, potasio, cobre, zinc, magnesio, provitamina A, vitamina B6, fósforo y triptófano, entre otros.

En definitiva, **es un apoyo para mejorar los efectos ya beneficiosos de Spirulina Barley**, sin duda indispensable en la recuperación de nuestro organismo.

Recordad que hay que aumentar la ingesta de agua.

Javier Pérez Fuentes T.: 657 372 111
Leida javiquack@hotmail.es

Las funciones de hígado y vesícula, esenciales en primavera

Activando y desintoxicando nuestro cuerpo

Mati Navas, directora del Consultorio Macrobiótico de Sevilla, aprovecha la llegada de la primavera para ofrecernos algunos buenos consejos para mejorar nuestra alimentación en esta época del año. También nos ayuda a comprender mejor el uso de algunos preparados de Energy para restablecer nuestra salud.



La primavera es un tiempo de renacimiento, de crecimiento súbito, de rápida expansión. Los animales y vegetales despiertan de su letargo invernal y la naturaleza nos ofrece un bello espectáculo de color, vida y movimiento.

Nuestra energía se abre y se activa en armonía con el medio ambien-

te mejorando nuestro tono vital. Este movimiento se refleja en una mayor actividad y deseos de salir y respirar aire puro en la naturaleza, especialmente después de los días fríos del invierno.

En nuestro cuerpo adquiere protagonismo el elemento Madera: hígado y vesícula biliar. El hígado induce al movimiento y despierta la mente.

Al igual que la primavera inicia el ascenso de la sabia en los árboles, del mismo modo en nuestro cuerpo aumenta la sangre y el Qi, modulando la fuerza e intensidad de todos los movimientos y procesos. Sin embargo, es cada vez más frecuente encontrar personas que se sienten faltos de energía en esta época. Es lo que llamamos astenias primaverales que cursan con cansancio y baja vitalidad, tal vez porque durante el invierno no aprovecharon el frío para proveer al cuerpo de minerales y nutrientes.

El hígado va a promover una activación y desintoxicación si hemos abusado de las grasas, café, tabaco, alcohol, azúcar o medicamentos, entre otros. Si por nuestros hábitos alimentarios hemos introducido demasiados tóxicos en el cuerpo, el hígado en su aumento de actividad intentará eliminarlos. Este exceso, al moverse por el torrente sanguíneo, puede ocasionar cansancio, la falta de vitalidad de la que hablábamos antes, así como mareos, manos y pies fríos o falta de apetito.

Junto con el páncreas, el hígado desempeña un papel esencial en la regulación de la glucosa en la sangre, almacenando una parte del exceso en forma de glucógeno o bien transformándola en grasa. Ésta es la razón por la que los alimentos como el azúcar –blanco o moreno– y los alimentos refinados, como el arroz blanco y todas las elaboraciones con harinas blancas como panes, galletas, etcétera, engordan con tanta facilidad.

«Alimentos como el azúcar, alimentos refinados –arroz blanco, por ejemplo– y elaboraciones con harinas blancas –panes o galletas– nos engordan con facilidad»

No se metabolizan de igual manera los cereales integrales, las legumbres y las harinas completas si las cocinamos con vegetales y aceites de primera

extracción en frío como puede ser un aceite de oliva virgen extra.

La vesícula contribuye a descomponer y asimilar las grasas de los alimentos, segregando la bilis que las emulsiona, y facilitando su descomposición en unidades más pequeñas, que son absorbidas y utilizadas por nuestro cuerpo para sus necesidades. Influye en el tránsito intestinal haciendo que sea más lento o más rápido según la cantidad segregada por el proceso digestivo.

El papel de los alimentos que ingerimos es fundamental para que los procesos de nuestro organismo se lleven a cabo, y con el apoyo de Energy en muchos casos, para que “el general”, como es llamado el hígado en la Medicina Tradicional China –MTC–, desempeñe con éxito su gran labor. Para ello es importante tener en cuenta las siguientes consideraciones:

Evitar o reducir...

- Minimizaremos el alcohol y el tabaco, así como bebidas gaseosas y refrescos comerciales por el gran contenido de azúcar y aditivos químicos que poseen. Los fritos y fritos rebozados en aceite de mala calidad dañan especialmente la vesícula. También las especias fuertes y los picantes.

- Evitaremos el exceso de alimentos ricos en proteínas, principalmente de origen animal, grasas saturadas como la mantequilla y nos abstendremos también de margarinas y grasas hidrogenadas muy abundantes en la bollería industrial.

- Priorizaremos los alimentos de origen ecológico para evitar tóxicos y pesticidas, así como los aditivos químicos, tales como colorantes, conservantes o estabilizantes.



Incluir o incrementar...

- Daremos preferencia a los cereales integrales más ligeros como el trigo y la cebada (ésta última es muy limpiadora) y a sus elaborados como las pastas o el bulgur. Es la época más propicia para el consumo de semillas germinadas, encurtidos con sal de fermentación corta como las aceitunas, alcaparras y el chucrut que aportan un toque ácido estimulante para el hígado.

- Muy indicado el consumo de legumbres integradas en platos más ligeros y de menos cocción como ensaladas y cremas. Verduras estacionales aunque haremos hincapié en las de hojas verdes, más refrescantes y ligeras, ideales para depurar, como son las lechugas, hojas de col, de nabos, de rábanos y zanahorias. También las alcachofas.

- Incluiremos las algas, siempre en pequeñas cantidades, que además de ser una fuente

importante de minerales contribuyen a arrastrar tóxicos.

- Prepararemos postres con frutas estacionales, que sean atractivos y refrescantes y aprovecharemos también para el consumo de zumos depurativos como el de zanahoria con manzana y el de zanahoria con manzana y apio.

- Las cocciones serán más cortas y haremos más uso de los escaldados, vapor, macerados y salteados con aceite o agua.

Algunos preparados con los que debemos contar La primavera con Energy

Nuestro estilo de vida (incluyendo la alimentación inadecuada) nos puede producir desajustes que son fáciles de corregir si utilizamos los preparados de Energy.

El primer paso es un estudio energético con **Supertronic**, en el que **Regalen** es el preparado con energía Madera que corrige gran parte de las disfunciones como las astenias primaverales y alergias; algunas de ellas con un gran componente emocional como psoriasis y/o eczemas.

Regalen actúa en la regeneración del elemento Madera y contra mu-

chos desajustes de los que se acentúan en primavera, como las migrañas que surgen del desequilibrio del hígado en su proceso de almacenar y liberar la sangre cuando la cabeza se calienta y congestiona mientras las manos y pies quedan fríos. Contra explosiones emocionales repentinas como la impaciencia, rigidez e intolerancia, movimientos descoordinados, visión borrosa, indigestión, pesadez y también estreñimiento. Devolverá, además, el sabor normal a nuestra boca cuando al levantarnos por la mañana tengamos sabor amargo. Como aliados tenemos **Peralgin**, **King Kong** y la crema **Protektin**.

Peralgin, el antialérgico

He comprobado muchas veces la eficacia de **Peralgin** ante todo tipo de alergias, pudiendo dejar de lado antiinflamatorios, corticoides y antihistamínicos que tantos efectos secundarios nocivos producen. Es interesante, mientras no haya una regeneración comple-

ta, comenzar con **Peralgin** ya desde el mes de febrero.

King Kong, chico para todo

King Kong ayuda también a la regulación de los procesos devolviendo la vitalidad y el buen funcionamiento del elemento Madera. Su acción es muy amplia y he comprobado cómo con **King Kong** se resolvieron, entre otros, tendinitis o problemas de erección en varones y, además, con un aumento notable de la vitalidad en general.

Protektin, la crema de “la Madera”

La crema **Protektin** ha devuelto a la piel su estado natural en muchas ocasiones con síntomas relacionados con las alergias, picores e incluso en dermatitis atópicas —en dos casos que traté con bebés, curándose en muy pocos días—. **Protektin** es mi crema por excelencia durante la primavera ya que ayuda desde el exterior en el proceso de limpieza y desintoxicación interior. Ideal para pieles sensibles con reacciones alérgicas a las cremas cosméticas.

Finalmente recordaré que “el general” se alimenta de la energía de la tierra, por lo que hay que digerir los alimentos en posición vertical. Como buena regla general, no nos iremos a dormir hasta pasadas dos horas de haber cenado.

Mati Navas Consultora macrobiótica.
Sevilla www.lacrisalida.net T.: 651 369 713



El estrés, la inconsciencia y una mala alimentación, en la base de nuestros males

Donde todo empieza

Os presentamos a Lidia Blázquez Martínez. Es directora del centro Lidiabiosalud en Barcelona. Terapeuta multidisciplinar formada en Naturopatía, MTC y Medicina Ortomolecular. Es especialista en tratamientos de ayunos, con un libro publicado recientemente, *Del ayuno a la conciencia*, y en la técnica del HLBO (microscopía de la sangre viva y seca). Además imparte clases de Microscopía Ortomolecular.



Hoy comparto aquí sus experiencias con **Regalen** y todo lo que supone actuar sobre el elemento Madera y su esfera funcional, incluidas las emociones que éste aborda.

Podemos ver una gran similitud entre el *campo sanguíneo* y un campo de cultivo. Casi son idénticos.

Cuando observamos una muestra del campo miramos si la tierra está bien oxigenada, qué tipo de bichitos hay, si existen muchas piedras, la humedad, qué tipo de minerales o vitaminas la constituyen, etcétera.

Con la sangre vemos exactamente lo mismo, la calidad de ésta, más que la cantidad. Con el *microscopio de campo oscuro y de contraste de fase* ves la sangre viva y con el *de campo claro* ves la seca. Dependiendo de cómo coagulemos mostrará hacia dónde va esa persona, desde lo físico a lo emocional: inflamación, estrés, contaminantes, epigenética, etcétera.

El elemento Madera es el mal del

mundo occidental, aquejado de forma continua por una inercia extraordinaria e invasiva como es el estrés que da lugar a una forma de vida surrealista. Del mismo derivan múltiples enfermedades y desajustes energéticos que acaban dañando lo emocional y lo físico.

Algunos problemas derivados

Desde gases, migrañas, dolor muscular, estreñimiento, alteraciones del sistema nervioso, enfermedades autoinmunes, degenerativas, ansiedad, depresión, hiperactividad, estrés adrenal que comporta problemas hormonales... y multitud de síntomas y diagnósticos como consecuencia de una vida insalubre.

Donde todo empieza

Prácticamente todo empieza en los intestinos, pues la enorme comunidad

de bacterias que lo habitan es víctima de nuestra inconsciencia y ritmo de vida.

Esta micro biota, que de forma inicial se ha creado para trabajar conjuntamente para el bien común en diversas actividades personalizadas, siendo una cadena de montaje perfecta, se desarticula debido a lo que comemos y pensamos y ahí empiezan las primeras manifestaciones del hígado.

«Todo empieza en los intestinos, pues la micro biota que lo habita se desarticula debido a lo que comemos y pensamos»

Y entonces

Los intestinos empiezan a sufrir de permeabilidad y comienzan a pasar a la sangre muchas moléculas putrefactas y sin digerir, grasas, proteínas, además de hongos, bacterias, etcétera.

Todo ello va a parar al enorme filtro del cuerpo físico: el hígado. La rabia, la ansiedad, la frustración... también van a parar aquí y, finalmente, cansado y saturado de un exceso de información, acaba bloqueándose y cargando de residuos a su principal aliada, la vesícula biliar, candidata para ser extirpada a la mínima que te quejes dos veces. Ahora es una moda.

Cuando inicio ayunos, siempre testo el compuesto que me va a ayudar a que el sistema no se bloquee, pues cada día vienen más pacientes con sus filtros saturados.

El más demandado es **Regalen**. Actualmente el hacerse mala sangre o *tirarse piedras* al hígado es algo que se hace a menudo, por lo que acostumbro a dar este remedio que drena toda esa zona y hace aflorar temas muy interesantes de la persona.



Una diverticulitis, un hígado graso y una anemia crónica

Para ilustrar y apoyar con casos concretos mis palabras anteriores, aquí tenéis tres casos en los que los preparados de Energy del elemento Madera fueron decisivos para la recuperación de estas personas, teniendo en cuenta que el ajuste a una mejor alimentación les ayuda a mantenerse.

Una diverticulitis

El primer caso es de una paciente de 76 años aquejada de *diverticulitis*, gases, episodios de estreñimiento y diarreas, alimentos sin digerir y un fuerte dolor en el bajo vientre que ningún médico había sabido verle. Enfadada con el mundo y con las injusticias, dolor de rodillas, diagnosticada de *Parkinsonitis*, se le rompían las uñas, padecía insomnio, infecciones de orina repetitivas, dolor al estar tumbada y, como consecuencia, polimedicada.

Cuando le hice el estudio energético le salió **Regalen**, **Cytosan Inovum** y **Protektin** y aprovechamos para que se hiciera en el centro unas "curas de colon" en las que introdujimos estos remedios por el recto.

Hemos observado que así llega antes su efecto donde debe llegar, especialmente cuando se presentan problemas de absorción. Es magnífico y su efecto increíblemente rápido.

El ayuno lo cursó lentamente pero sacando todo el pesar que llevaba dentro. Hizo una extraordinaria limpieza regulando sus heces, remitió el dolor del bajo vientre espectacularmente pues llevaba años con él, empezó a dormir e incluso caminaba con más seguridad.

Hígado graso

Paciente aquejada con hígado graso, malas digestiones, eructos, gases, acidez, vientre inflado, dolores generalizados por el abdomen, migrañas, menstruaciones dolorosas, insomnio, eccemas, psoriasis, alergias, pinchazos en el corazón, lengua con saburra amarilla, pulsos tónicos y tenso en cuerda.

«Finalmente, cansado y saturado, el hígado acaba bloqueándose y carga de residuos a la vesícula biliar, candidata de moda a la extirpación a la mínima que te quejes dos veces»

Aquí tenemos lo que se dice en MTC el elemento Madera, hígado, ataca a la Tierra... ya con calor importante de hígado, esclerótica amarilla, fuego de hígado que asciende, en fin lo que se llama un síndrome complejo.

Le testé y le salió **Regalen** y **Cytosan Inovum**, pues presentaba en sangre una enorme congestión hepática además de tóxicos, detritus, prótidos en exceso por presencia de sustancias que le están intoxicando la sangre, y también **Protektin** para las zonas de picor y escozor de la piel.

Después de un ayuno junto a su cura colónica, le desapareció prácticamente todo brote psoriásico, se estabilizaron todos los niveles en sangre, desaparecieron las migrañas y dejó de dolerle la menstruación.

Hizo algo más la paciente, creó unos nuevos hábitos alimentarios que refrescaron su sangre y su hígado.

Anemia crónica

Paciente con 68 años, anemia crónica, dolores de cabeza, malas digestiones, vómitos recurrentes, gases, cálculos en vesícula, vesículas en las manos, petequias, quistes, irritabilidad, frustración, compulsividad...

Se le testa y le sale **Regalen**, **Cytosan** y **Protektin**.

Hizo un ayuno con curas colónicas acompañando los remedios por el recto.

Además de superar y estabilizar sus emociones, digestiones, etcétera, me llamó su médico de familia para preguntarme, ¿cómo podía ser que desapareciera su anemia de toda la vida después de un ayuno?

Ja,ja,ja... me reí.

A día de hoy está perfecta, sigue su tratamiento con **Energy** y gestiona mejor su alimentación.

Lidia Blázquez Martínez T.: 629 379 277
Barcelona. lidiahlo@hotmail.com





Estas sustancias inorgánicas presentes en los alimentos son indispensables para la vida

Las vitaminas

Pequeñas cantidades de vitaminas son suficientes para el mantenimiento de las funciones vitales y están presentes en los alimentos naturales. Las vitaminas las sintetizan los microorganismos y las plantas. Sin embargo, los humanos no podemos sintetizar parcial o totalmente estas moléculas orgánicas.

En el cuerpo humano las vitaminas actúan como catalizadores de las reacciones bioquímicas. Colaboran en el metabolismo de las proteínas, los polisacáridos y los lípidos. Además de ser indispensables en el mantenimiento de muchas funciones corporales, ayudan a mantener y reforzar las reacciones del sistema inmunológico.

Existen trece tipos básicos de vitaminas. El organismo no puede sintetizar la mayoría de ellas y las reponen a través de una alimentación rica y

variada. Cuando las vitaminas que aportamos a través de la alimentación no son suficientes pueden aparecer disfunciones importantes del organismo, incluso patologías muy serias. Si por el contrario hay un exceso de vitaminas en el cuerpo, este desequilibrio puede ser de varios tipos:

Vitaminas hidrosolubles, las vitaminas diluidas en agua, cuyo exceso se libera con facilidad.

Vitaminas liposolubles, las solubles en grasa —vitaminas A, D, E y

K— son mucho más difíciles de eliminar. La vitamina A es la que más puede dañar al organismo en caso de exceso.

De cualquier forma, los casos de hipervitaminosis son bastante excepcionales y ocurren, principalmente, en dietas poco variadas o cuando se da una suplementación inadecuada de los complejos vitamínicos. Cuando se suspenden las sobredosis o se corrige la alimentación, el exceso de vitaminas se normaliza en poco tiempo.



La respuesta de Energy a los complementos vitamínicos

En Energy tenemos un producto natural, sin contenido alguno de vitaminas sintéticas, compuesto de extractos de frutos y plantas, Vitaflorin.

La gran ventaja que aporta este preparado son las vitaminas en combinación con los componentes biológicamente activos. De esta manera, los flavonoides, los minerales y los ácidos orgánicos extraídos junto con las vitaminas mejoran y amplían el efecto de Vitaflorin y también su absorción. Además, refuerza la resistencia inmunológica y reduce el riesgo de enfermedades crónicas e infecciosas.

Abecedario de las vitaminas

Iniciamos en este número un repaso general a las vitaminas. Sin ser un tema central de la salud, pequeñas carencias vitamínicas pueden acabar teniendo consecuencias serias, por lo que nos pareció un buen tema a incluir en la revista para conocerlas un poco mejor. Se irán publicando al mismo tiempo que en la revista Vitae checa. Hoy toca la vitamina A.

Vitamina A (retinol)

Puede aparecer en su forma simple de vitamina A, o en la forma de beta-caroteno, que está compuesta de dos moléculas de la vitamina A. **En caso de exceso** de beta-carotenos, aparece un color amarillento en el plasma de la sangre y en la piel. Las reservas más importantes de esta vitamina están en el hígado. Las infecciones parasitarias pueden empeorar la asimilación de esta vitamina.

El exceso de la vitamina A provoca dolores de cabeza, los labios quebrados, irritabilidad, mareos, náuseas, vómitos, inapetencia y picor en la piel.

Los posibles síntomas de **la insuficiencia**: empeoramiento de la visión nocturna, deformación de la córnea, conjuntivitis, ceguera, retraso de crecimiento y del desarrollo, la afectación de las mucosas, engrosamiento de cabello y de la piel, cicatrización ralentizada o bajón general del sistema inmune.

Las personas con una dieta baja en proteínas, así como los alcohólicos, necesitan dosis más altas de vitamina A.

Los efectos positivos de la vitamina A:

* Asegura un crecimiento y desarrollo correcto de los huesos y una regeneración regular de las estructuras epiteliales.

* Facilita la visión nocturna. La vitamina A forma parte de la **rodopsina**, que es una proteína que se encuentra en los discos de los bastones de la retina. Es inestable y se altera fácilmente con la energía lumínica y traspasa el impulso hasta el nervio óptico. Se decolora y descompone por exposición a la luz y se regenera con la oscuridad.

* Es imprescindible para una buena función de las glándulas reproductoras.

* Elimina los radicales libres.

* Las últimas investigaciones científicas reconocen su efecto antitumoral.

Alimentos en los que la puedes encontrar

Vitamina A, de origen animal: hígado de pollo, aceite de hígado de bacalao, aceite de pescado, salchichas y paté de hígado, huevos, pescado, mariscos, mantequilla, quesos o leche entera.

Vitamina A, de origen vegetal: boniatos, zanahorias, calabazas, espinacas, col rizada, hojas de remolacha, brócoli y vegetales de hojas verdes.

Frutas con vitamina A: pomelos, toronjas rosadas, mangos, naranjas, limones y albaricoques.

Fuente: revista Vitae checa
Traducción: Leo Franek



Regalen para la rabia y Vironal para la depresión

Una dura separación

Saludos, me llamo *Emilio Benito* y soy kinesiólogo. Cuando trabajo con los productos bioinformativos de Energy utilizo el test de kinesiología.



El pasado día 17 de febrero de 2016, vino a la consulta *Jordi Marquina Juan*. La separación de su pareja le afectó a todos los niveles. Estaba muy alterado, con las defensas muy bajas, una rabia interna que le devoraba y un estado emocional por los suelos.

«Cuando me lo encontré cuatro días después me sorprendió cómo había cambiado en tan poco tiempo; parecía otra persona»

Todo esto le repercutía física y mentalmente, tanto en su vida laboral como en la personal. Tanto fue así que perdió ocho kilos en dos semanas. Como consecuencia, le costaba muchísimo centrarse en sí mismo, de forma que se alejaba de todas sus actividades con un sentimiento pesimista e, incluso, dejó de alimentarse.

Le salió el preparado **Regalen**. Le indiqué que tomara los cuatro primeros días 5-0-0 gotas, los siete siguientes, 5-0-5, y después, 5-5-5 gotas, hasta que cumpliera las tres semanas habituales.

También el preparado **Vironal**: 5-0-5 gotas, tres semanas.

Empezó a tomarlos el día 19 de febrero y cuatro días después me lo en-

contré. Era sorprendente cómo había cambiado en tan poco tiempo; parecía otra persona.

Estaba con los ánimos a tope, recuperó el apetito, volvía a dormir con un sueño reparador, se relacionaba de nuevo socialmente de forma enriquecedora y recuperó las ganas de entrenar (práctica *fitness*), la fuerza y el peso que había perdido.

Se siente inmensamente agradecido y muy contento por la experiencia vivida.

Una vez más los productos **Energy** muestran su eficacia.

Hasta pronto. Un abrazo a todos.

Emilio Benito T.: 649 527 447

Tarragona auberville@hotmail.com

Un cuadro para coger con pinzas

Testando con kinesiología

Llorenç Arroyo, nuestro kinesiólogo de cabecera, nos comparte, desde Tarragona, un caso sobre el elemento Madera. Claro, directo y didáctico, seguro que lo encontraréis muy interesante.

Un cliente de 35 años llegó con una fuerte ansiedad, de la que se estaba medicando, y que arrastraba desde hacía un año y medio, con excitación excesiva y mal autocontrol. Estos síntomas iban acompañados de cansancio, inflamación de la zona del vientre, con gases, problemas intestinales y estreñimiento.

Padecía también dolores en las rodillas, que no le dejaban caminar, hacer deporte o ponerse en forma.

Le hice un estudio energético con **Kinesiología**, le salió la emoción de rabia y frustración, que le provocaban ansiedad, desajuste social y pánico a estar en público, con gente, en el cine, etc. Le salió **Regalen**, **Gynex** y **Cytosan**.

Regalen para trabajar la rabia y la frustración, además de limpiar el hí-

gado y la vesícula biliar. Esa rabia es la fuerza más potente y poderosa para salir adelante y conseguir los cambios que nos proponemos.

Además el **poplíteo**, un músculo que pertenece al meridiano de vesícula biliar, que se encuentra en la parte posterior de las rodillas y que estabiliza las piernas, se reforzó con **Regalen**. Con él se fue el dolor y también el cansancio.

Gynex ayuda a superar el estrés emocional, provocado por su situación familiar, y a no obsesionarse con las cosas o las situaciones; trabaja muy bien regulando las cándidas, la inflamación del estómago, los gases, así como para favorecer el ir bien de vientre.

Cytosan elimina las toxinas y desechos metabólicos, regenera las

células hepáticas y de la vesícula. Estimula el cerebro y cambia la información celular de las situaciones traumáticas vividas.

El cliente notó cambios positivos en el plazo de una semana. A las tres semanas mejoró considerablemente y al mes había reducido su medicación, por voluntad propia.

A los dos meses ya no toma medicación y su estado físico y emocional podríamos considerarlo de *normal*. Hace deporte moderado y se relaciona con la gente.

Sigue tratándose con **Kinesiología** y **Energy** porque quiere mejorar otros aspectos de su vida.

Un abrazo,

Llorenç Arroyo T.: 620 926 868

info@lorenzoarroyo.com Tarragona



Madre e hija comparten su amor... por Energy

La "Aurora" siempre sale dos veces

Aurora hija, asesora de Energy, y Aurora, madre de la primera, nos cuentan sus experiencias con los preparados del elemento Madera. Más allá del simpático hecho de que madre e hija compartan espacio en la revista, están los resultados obtenidos y el por qué de los mismos. Artículo casi imprescindible.

Porque los hijos son lo primero

Aurora hija

Hola, mi nombre es *Aurora* y soy asesora de *Energy* en *Valencia*. Quiero compartir con todos los lectores los efectos que hicieron concretamente en mi caso nuestro maravilloso *Cytosan*.

Análítica inicial

Elementos traza	
Pta-Aluminio	10,00 µg/L
Observaciones:	El valor obtenido se considera seguro

Análítica final

Elementos traza				
Pta-Aluminio	89,00 µg/L	0,00 - 60,00	A	
Observaciones:	El valor obtenido indica acumulación. Se aconseja reducir la exposición.			
Srm-Mercurio	1,20 µg/L			
	Fase biológica	Valores de referencia		
	Personal no expuesto	Inf. a 5	mcg/L	
	Personal expuesto (V.L.B)	Inf. a 10	mcg/L	
San-Plomo	< 2,00 µg/dL			
	valores de referencia:			
		No expuestos :	Hasta 15 mcg/dl	
		valor límite (RD 374/2001):	70 mcg/dl.	



cápsula por la mañana y otra por la noche. Como *Cytosan* puede originar algo de diarrea si se toman más de dos, el límite fue de dos cápsulas al día, pero vaciando cada cápsula y tomándolas diluidas en un poco de agua.

Durante dos meses he estado tomando este complemento y, como podéis ver en la segunda analítica, bajó considerablemente el nivel de aluminio.

Donde otras opciones no habían conseguido resultados, con *Cytosan* ha sido fácil y cómodo. Y es que la capacidad de las moléculas de los ácidos húmicos de atrapar toxinas y metales pesados es tan grande que no puedo menos que agradecer a la naturaleza y a *Energy* este sobresaliente preparado.

Aurora Rustarazo

T.: 650 492 258 Valencia:

Porque madre no hay más que una

Aurora madre

Hola, mi nombre es *Aurora* y tengo 82 años. Cada vez que viene mi hija *Aurora* a verme le pido que se traiga "el aparatito de testar".

Me preguntó si quería escribir en vuestra revista el resultado más significativo que he tenido desde que tomo los preparados, ya que este número está dedicado a la primavera. La verdad es que a pesar de mi edad creo que mantengo una gran vitalidad y un buen sentido del humor. Pero los años no perdonan.

Sentía molestias digestivas y sobre todo empezaba a notar ese problema que, a determinada edad, sufrimos, especialmente las mujeres, y que responde al síntoma catalogado como "pérdidas de orina" cuyo efecto más

palpable consiste en no poder retener la orina y tener que acudir al baño con la mayor celeridad como nos sea posible.

En el testaje que me hizo esta vez mi hija me salió *Regalen* y *Cytosan Inovum*.

Lo tomé tal y como me lo pautó y, al finalizar el tratamiento, sorprendida, todo hay que decirlo, le comenté a mi hija:

«¿Sabes que desde que me he tomado eso que me diste noto que mantengo un mayor control con esas pérdidas y ya no tengo la imperiosa necesidad de salir corriendo al baño?!».

Su respuesta fue una gran sonrisa y un «pues claro, mamá».

Aurora, madre

Una interpretación

El resultado del estudio energético pone un par de cosas de manifiesto. Que salga *Cytosan Inovum* nos informa de que había una *toxemia* en el organismo de mi madre. *Regalen* refuerza esa primera valoración.

Un exceso de toxinas en la sangre provoca una acidificación del pH, que acaba afectando -haciendo más sensible- al sistema nervioso, con consecuencias sobre las vías urinarias. Los esfínteres se debilitaron debido a las toxinas. Eso era trabajo para *Cytosan Inovum*.

Regalen, que como sabemos recupera las funciones hepáticas, fue decisivo para mejorar y acelerar los procesos desintoxicativos del hígado.

Aurora, hija

De la Wikipedia, con cariño

- 1.- La **toxicidad** es la capacidad de alguna sustancia química de producir efectos perjudiciales sobre un ser vivo, al entrar en contacto con él. Tóxico es cualquier sustancia, artificial o natural, que posea toxicidad.
- 2.- La **toxemia** es un trastorno del organismo causado por la presencia de toxinas en la sangre.

Los cuatro ejes que determinan nuestra estructura

El elemento madera en el sistema postural fino

Un interesante texto de *Daniel de Pedro* nos acerca a comprender mejor, tanto las estructuras que definen nuestra postura física, como algunas de las consecuencias que tienen. En todo ello, el elemento Madera juega un papel nada despreciable que *Daniel* nos ayuda a entender.



Caminar no es mantenerse de pie. El control de la postura ocurre a un conjunto de mecanismos neurofisiológicos particulares, que los posturólogos denominan "sistema postural fino", y que se realizan con el fin de evitar los errores que pudieran nacer de una confusión entre lo estático y lo dinámico, tanto en fisiología como en clínica postural.

La posturología clínica es una ciencia multidisciplinar relativamente nueva que integra diferentes especialidades: osteopatía, fisioterapia, odontología, oftalmología, otorrinolaringología, podología y terapia neural. Se encarga de estudiar la postura o posición de nuestro cuerpo en el espacio de pie y la integración de los sistemas encargados de su mantenimiento, por lo que en sí no es una terapia sino un mecanismo de estudio y control.

La posturología clínica está basada en estudios posturométricos y en infinidad de pruebas en las que podemos anular diferentes entradas posturales para verificar dónde está la falla. Por ejemplo, junte los pies, mire al frente a un punto fijo e intente mantener la postura sin oscilación durante un tiempo, después repita el ejercicio cerrando los ojos... Diferente, ¿verdad?

Existen varios sistemas "tampón" en nuestro cuerpo, que van a absorber tensiones, lesiones, bloqueos energéti-

cos, químicos, etc. Contamos con cuatro: *el sistema cráneo-mandibular, la cintura escapular, la cadera y la articulación tibio-astragalina o tobillo*. Mientras las adaptaciones provocan asimetrías en esos sistemas, ellos evitan que los problemas vayan a mayor.



(1) Pies varos. Son aquéllos que orientan la planta del pie hacia adentro, apoyando el borde externo y los últimos dedos (anular y meñique). Normalmente, va asociado a una lateralización de las piernas y de las rodillas.

¿Cómo puede el elemento madera afectar a cada uno de los sistemas tampones?

Empecemos con *el tobillo*. Una debilidad del elemento madera, en concreto en VB (vesícula biliar), va a provocar tendencias a esguinces externos con mayor incidencia sobre el ligamento peroneo astragalino anterior o pies varos⁽¹⁾ y, si la debilidad del ele-

mento madera está en H (hígado), va a haber mayor tendencia a esguinces internos con especial afectación del ligamento tibioastragalino anterior, y tendencias al varo del tobillo.

La debilidad del elemento madera *en la cadera* va a provocar dolores laterales con tendencia a la ingle, y sobre todo problemas de estabilidad lateral con tendencia a generar desviaciones pelvianas laterales. En el *test de Barré*⁽²⁾, en la plomada, veríamos cómo la cadera se sale del eje.

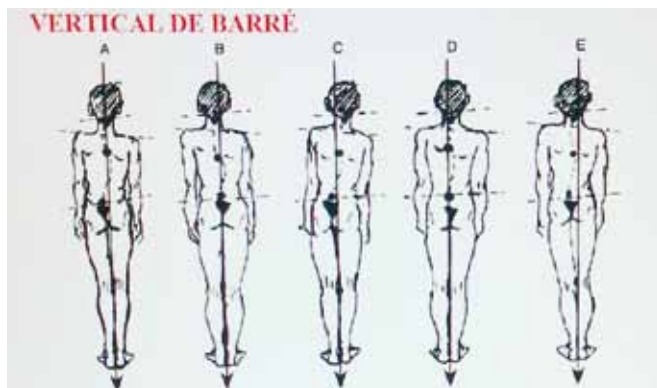
También en *la cintura escapular* tiene una especial incidencia el elemento madera. Gracias a la kinesiólogía aplicada conocemos que existen ciertos músculos indicadores, a través de los cuales podemos saber cómo están ellos mismos y los sistemas a los que representan.

Así, si el deltoides anterior está débil o hipertónico, nos indica una disfunción de VB, y si es el pectoral mayor esternal, una disfunción de H. Además de sobre estos músculos, tiene especial incidencia sobre otros como el poplíteo, coracobraquial y pectoral mayor.

Intenten imaginar la adaptación tan deficiente que puede tener este sistema tampón cuando hay una alteración del elemento madera.

El sistema cráneo-mandibular también puede ser afectado por el elemento Madera. Sobre todo por la VB que tapiza energéticamente el lateral del cráneo, especialmente el músculo temporal, uno de los responsables en la fisiología oclusal de la guía canina, que es el movimiento natural de la mandíbula, y que si no se da por algún motivo concreto, nos va a traer muchos problemas posturales.

A esto tenemos que sumar las cervicalgias, provocadas por el desajuste de la cintura escapular y las tensiones en este sistema.



(2) Prueba de Barré: estando el sujeto de pie con los ojos abiertos y separados los pies de 3 a 14 cm entre sí, se deja colgar entre los miembros inferiores una plomada; si hay trastornos del equilibrio vestibular, la parte de la plomada correspondiente a la cabeza no coincide con la línea media.

Cuando bloquea el elemento Madera

Además, tenemos la posibilidad de que el H-VB se bloqueen como órgano y víscera, por el motivo que sea: emo-

cional, químico, energético o estructural. En osteopatía observamos que todos los órganos y vísceras tienen unos

ejes a través de los cuales se mueven para favorecer sus funciones –la “movilidad”–. Esos ejes los aportan las estructuras vecinas colindantes y sus ligamentos.

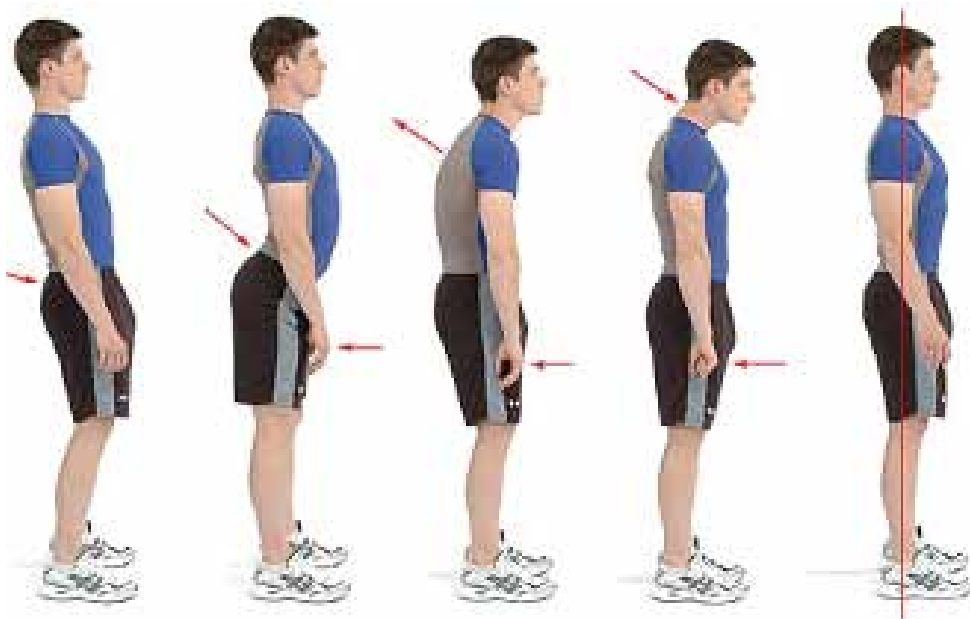
De modo que si este “paquete” órgano/víscera, H-VB, se bloquea en alguno de sus movimientos, el primer sistema afectado será el diafragma abdominal. Una inmovilidad del diafragma afectará al corazón, pulmones o vísceras abdominales. Esto puede provocar dolores a través de los pilares del diafragma a nivel lumbar, reflejos de dolor dorsal medio y alto por bloqueos costales a esos niveles, y muchísimas patologías de hombro, debido a las adaptaciones generadas.

Como veis, el elemento madera tiene una gran importancia en la estática de nuestro cuerpo, y eso puede reflejarlo nuestra postura.

Daniel de Pedro Chile

T.: +54 911 1-3414-1973

danielpdep@hotmail.com



Un caso vivido en primera persona

Dolor en el hombro derecho

Quiero contaros mi caso como algo sorprendente, a pesar de que sea yo quien os hable de todo esto. Comencé con dolores del hombro derecho tiempo después de arrancar a jugar a *padel* tras un periodo de inactividad muy largo debido a circunstancias laborales. En los entrenamientos cada vez era más notable el dolor, llegando a no poder dar ciertos golpes cuando transcurría un rato de entrenamiento y los músculos y tendones se sobrecargaban con el esfuerzo.

Para dormir, ciertas posturas eran imposibles, pues el dolor llegaba a despertarme; pero en el día a día no me molestaba, y ya habréis oído lo de «en casa del herrero...». Pensaba en una tendinitis del manguito de rotador debido a la actividad que estaba realizando (el *padel*), y lo fui dejando pasar, a pesar del empeoramiento paulatino, pensando que llegaría el día en el que no pudiera jugar.

En ese tiempo ya había conocido a Leo Franek y trabajaba con **Energy**. En una revisión que me hizo un

compañero me recomendó tomar **Regalen** y **Cytosan**.

En un principio no pensé en el hombro, tema del que no le hablé por no ser osteópata, pero cuál fue mi sorpresa cuando en dos semanas no tenía

ningún dolor y era capaz de rematar pelotas, en el *padel*, que dejaba pasar dos semanas antes, por no poder levantar el brazo.

Desde entonces mi hombro no ha vuelto a tener problema



Se había acostumbrado a un “dolor de fondo”

Después de 30 años desapareció el dolor

Peter y Montserrat son pareja y residen en Creixell, Tarragona. Montserrat, ya reconvertida en asesora de Energy, nos comparte su primer caso, que no es otro que el del propio Peter. Todo queda en familia.

Mi marido *Peter* y yo asistimos a un curso de **Energy** impartido por su director, *Leo Franek*. El seminario estaba orientado a la línea veterinaria, aunque hacia el final nos mostró cómo hacer un estudio energético a una persona.

Casualmente mi marido se ofreció a comprobar –y creo que a desafiar– la realidad y fiabilidad del método **Torner**®.

El resultado nos sorprendió, pues *Peter* no se había quejado de ninguna molestia y la hoja de anotaciones del estudio energético reflejaba la conveniencia de resintonizar su salud mediante las composiciones bio-energéticas **Renol** y **Drags Imun**.

«Al principio casi se enfadó, pues notaba un dolor superior a las molestias normales. Pero en cuatro días las cosas cambiaron»

Si bien al día siguiente *Peter* empezó a tomar las gotas de ambos productos según las recomendaciones indicadas, él dudaba de dicha “receta”, e incluso casi se enfadó en los siguientes tres días pues de repente notaba un dolor superior a las molestias “normales” en sus piernas. Unas varices heredadas de sus padres y éstos de los suyos. Ya le habían operado, extraído las



Montserrat y Peter en un taller de EnergyVet.

varices más molestas, pero ni con esto había perdido su molesta herencia.

Al cuarto día –sin él darse cuen-



ta– los dolores le habían desaparecido. Pocos días después fui yo la que noté que sus piernas habían mejorado visiblemente. Varices antes del grosor de un dedo pequeño se habían vuelto casi invisibles.

Una zona cerca de la articulación del pie, en el lado interior, había cambiado de casi negro a un ligero rosado con alguna venita azul.

También tomó conciencia, entonces, de que su “dolor de fondo” había desaparecido y que ante el espejo el aspecto de su pierna era prácticamente normal.

Desde entonces participamos en todos los eventos y seminarios de **Energy**. Yo personalmente, ahora ya como asesora, estoy obteniendo los primeros resultados con toda mi confianza en **Supertronic** y el método **Torner**®.

Montserrat de Sanjosé Llongueras,
Creixell (Tarragona)
montserratdesanjose@gmail.com

Primera presentación de las nuevas cremas Renove



El pasado sábado 26 de marzo tuvo lugar en el local de **Energy** en *Torredembarra*, a cargo de *Leo Franek*, la primera presentación de la nueva línea **Renove**, que causó una auténtica conmoción, positiva, entre el público asistente. El viernes 1 de abril se repitió la experiencia con un resultado similar.

En la foto, un momento del curso

El secreto escondido en el interior

Beauty Energy

Sabíamos que en Praga estaban trabajando en la línea de mejorar la oferta en cremas. Lo sabíamos desde que el serum, la leche limpiadora o la leche corporal se retiraran recientemente. La línea Renove se amplía, así, a cada una de las cremas originales, que a partir de ahora tendrán su complemento Renove, como una crema de altísima calidad, con las cualidades de las básicas, pero con aromas y texturas propias de la alta cosmética.

Si deseamos tener una piel ideal, debemos conocer nuestro cuerpo

Nuestra dermis es un perfecto espejo de las interrelaciones, y sus influencias, entre el mundo exterior y el estado de nuestro cuerpo interior. Como consecuencia, la perfección es el reflejo de un estado armónico, y los defectos particulares son una señal de un desajuste en el equilibrio biológico. Con la ayuda de una estudiada selección de los principios activos más eficaces, mimamos la piel y a la vez impulsamos fuerza al interior de nuestro organismo para el equilibrio de los complejos procesos emocionales y mentales.

Los principios básicos

Todos los aspectos relacionados con nuestros productos *Renove* están cuidadosamente orientados a ofrecer lo mejor desde la máxima pureza. Son el resultado de trabajar con bases naturales. Su aplicación es extremadamente deliciosa, la asimilación excelente y su efecto prolongado.

La alta cantidad de principios activos y su equilibrada combinación de la fitoterapia, aromaterapia, cristalterapia, de la medicina tradicional china y de la biorresonancia nos permite conseguir el máximo efecto.

Los perfumes naturales

Sólo las esencias más nobles, en las cantidades aromáticas justas, pueden generar un perfume natural que les concede una personalidad característica a cada una de las cremas. Son los instrumentos de las terapias más sutiles, con la capacidad de llegar hasta las capas más profundas de nuestros pensamientos y armonizar la fuerza interior. Todo ello gracias al contenido de las mismas esencias herbáceas, de las cuales la naturaleza tiene un amplio abanico para escoger, pero sólo las que mayor valor tienen son las elegidas.



Calidad

Para la elaboración de nuestros productos usamos las materias primas de la mejor calidad, seleccionadas de manera que cumplan las exigencias más altas de la cosmética natural. La colaboración con nuestros proveedores, que nos suministran estas sustancias activas, está sincronizada para respetar los biorritmos naturales de las plantas que utilizamos, su máxima pureza y su mejor eficacia energética y funcional. No usamos parabenos, ni colorantes, ni perfumes sintéticos, ni aceites vegetales, ni derivados del crudo. Tampoco utilizamos organismos genéticamente modificados, así como tampoco empleamos UV filtros químicos, ni SLS.

La insuficiencia renal

Cristina Delgado, veterinaria y directora del Centro Veterinario Palomeras, en Madrid, aborda en este trabajo un problema muy común, demasiado, que afecta —o ha afectado, o afectará— a muchas de nuestras mascotas: la insuficiencia renal; con un triple enfoque: las causas, cómo abordarlo y la alimentación.



En el seminario que impartió el Dr. Lubomir Chmelar en *Torre-dembarra* en abril de 2014 sobre medicina veterinaria, aparte de insistir en la importancia de una buena alimentación y en la necesidad de eliminar los piensos comerciales en los animales enfermos y sustituir éstos por una alimentación casera, hizo mucho hincapié en que no se debía



escoger el preparado según el *síntoma agudo* que presentara el animal. Es decir, ante una insuficiencia renal,

no deberíamos en un principio utilizar **Renovet**, que es el producto que corresponde al elemento Agua (riñón/vejiga).

¿Por qué?

Como consecuencia de esta enfermedad, el animal orina más de lo normal y hay una pérdida de líquidos.

Si tratamos con **Renovet**, que tiene una función depurativa, va a perder aún más líquidos y electrolitos, lo que puede llevar a un desequilibrio en los minerales, que abre la posibilidad a un empeoramiento del cuadro.

El Dr. Lubomir nos explicó que cuando hay una insuficiencia renal, el desequilibrio se encuentra en el elemento Madera, que a su vez también puede producir problemas cardíacos. Por lo tanto, en estos casos es mejor utilizar **Regavet**.

«Hizo especial hincapié en que no se debía escoger el preparado según el síntoma agudo que presentara el animal»

Después de veinticinco años de profesión veterinaria he visto pasar por mi consulta muchos, muchísimos, casos de animales afectados de insuficiencia renal, en su mayoría gatos.

Casi todos eran animales de más de doce años, aunque también los había más jóvenes que padecían la misma enfermedad.

A varios de estos animales con insuficiencia renal les testé con el péndulo los productos de **Energy** y a la mayoría de ellos les salía **Regavet**, que fue administrado a razón de 1 ó 2 gotas (según peso y gravedad) dos veces al día. Además, en el caso de los perros, les daba también **Cytovet** cápsulas.

Al cabo de dos o tres semanas, repetíamos los análisis sanguíneos y en la mayoría de ellos habían descendido los valores de urea y creatinina, acompañado de mejoría de su vitalidad y apetito. Incluso en los casos más graves, cuando los valores alterados se mantenían o descendían levemente, sí mejoraba el apetito y, por lo tanto, su calidad de vida.

Curiosamente, en la clínica veterinaria es frecuente encontrar animales con insuficiencia cardíaca, que terminan teniendo una insuficiencia renal. En ambos casos, el producto de elección es **Regavet** que, entre otras funciones, ayuda a la correcta desintoxicación del organismo.

Como coadyuvante en el tratamiento de los enfermos renales uso **Cytovet** cápsulas que, gracias a sus compuestos húmicos, ayuda a eliminar las toxinas del organismo.

Algunos trucos

A los perros les podemos administrar las cápsulas escondiéndolas en algún trozo de carne, paté o similar.

En los gatos esto es más difícil, pero conozco gente que lo ha utilizado, comprando en la farmacia cápsulas pequeñas de gelatina y poniendo en ellas el contenido de las cápsulas de **Energy**, que son más grandes.

Las cápsulas también se pueden disolver en agua y administrarlas con jeringa, pero esto en los gatos no es muy factible.

Bloqueo en la Madera, carencia en el Fuego, exceso en el Agua

El movimiento de energía hay que considerarlo en el sentido de las agujas del reloj, de manera que el elemento Agua —riñón, vejiga—, alimenta al elemento Madera —hígado, vesícula—, que alimenta al elemento Fuego —corazón, sistema venoso—. Cuando el bloqueo está en el hígado, elemento Madera, hay insuficiencia en el elemento siguiente, por ejemplo cardíaca, y retención en exceso en el riñón, elemento Agua.

La insuficiencia renal habla de una alteración de la función renal, que no puede procesar todo lo que le llega... el órgano está en exceso. El bloqueo está delante. La insuficiencia renal no es una causa, sino un efecto.

Algunas reflexiones, ciertas informaciones y varias sugerencias

¿Qué come tu mascota?

Dejando al margen los problemas congénitos de riñón y algunas enfermedades infecciosas y parasitarias que afectan a este órgano, tanto animal de mediana edad con problemas de insuficiencia renal me hace reflexionar sobre la alimentación "industrial" que actualmente reciben muchos de nuestros queridos compañeros.

La mayoría de las campañas de publicidad que vemos en televisión sobre comida preparada para perros y gatos son realmente bonitas, enternecedoras... Esto, unido a un agradable y atractivo envasado, nos lleva rápidamente a buscar esa comida en la tienda o en el supermercado, pensando que "si lo anuncian en la televisión, tienen que ser buenas".

Nada más lejos de la realidad. Los altos gastos en publicidad y campañas de marketing, al final acaban repercutiendo en la calidad de muchos de estos productos.

¿Cereales en una comida de gatos y perros?

Si nos fijamos en la composición de estas comidas preparadas para perros y gatos, de venta en grandes superficies e incluso en tiendas y clínicas veterinarias, la mayoría de ellas llevan un alto porcentaje de cereales.

¿Por qué? Sencillamente porque es mucho más barato que utilizar carne o pescado como principal ingrediente.

Después, si seguimos leyendo la lista de ingredientes, en la mayoría de ellas aparecen los subproductos animales o subproductos cárnicos, que no son precisamente carne de primera, sino todos los restos y desperdicios que sobran de la industria cárnica y del pescado, que ya no son aptos para consumo humano, donde se incluyen cuantos restos podamos imaginar: pieles, espinas, pezuñas, picos, uñas, plumas, etc.

Es decir, proteína de baja calidad. Para dar a estos "alimentos" una

buena palatabilidad, mejor conservación y un aspecto atractivo, la industria añade saborizantes artificiales, conservantes, colorantes, grasas, etc. ¿Con qué estamos alimentando a nuestros animales, que tanto adoramos?

El punto de vista holístico

Lo ideal sería dar a nuestros perros y gatos una dieta lo más natural posible a base de proteína de origen animal: carne y pescado, algo de verdura y una pequeña proporción de cereales en el caso de los perros.

Los perros que han sido alimentados durante años con comida industrial suelen, en general, aceptar de buen agrado el cambio a una alimentación natural. Sin embargo, muchos gatos caseros se niegan a ingerir otra cosa que no sea aquello que conocen desde pequeños. Es decir, rechazan la comida natural. Pero aún así, con un poco de paciencia, hay gente que consigue realizar el cambio.

La realidad, con frecuencia

Vivimos en una sociedad donde las prisas y la falta de paciencia suelen imperar en nuestras vidas. La comida comercial es cómoda, limpia, y muchos de nuestros animales se la comen sin problemas porque no tienen otra opción, pero no siempre es lo mejor para ellos.

Si por razones de tiempo, espacio, etcétera, no tenemos más remedio que administrar este tipo de alimento a nuestro perro o gato, sugiero, al menos, elegir un alimento libre de ce-



reales o con un pequeño porcentaje de éstos.

Mi recomendación

Leer bien la etiqueta, en el apartado de ingredientes, y huir de aquellos alimentos donde el principal ingrediente sea el cereal (gluten de trigo, soja, maíz, arroz, etcétera). Elegir aquellos en los que aparezca, por ejemplo, carne de pollo, pavo, cordero... y no "subproductos de origen animal" donde a saber qué han metido.

Por suerte, cada vez hay más empresas que se suman a la moda del "grain free" o "bajo en cereal" y ofrecen alimentos más saludables, libres de saborizantes, colorantes y conservantes artificiales, para nuestros perros y gatos.

Otras empresas ofrecen alimentos deshidratados elaborados con carne, verduras y cereales (según qué variedad) que después se rehidratan con agua caliente, y siempre son una mejor opción que un pienso barato de baja calidad, y son cómodos cuando salimos un fin de semana o vamos de vacaciones.

Los gatos son casi carnívoros estrictos

Son expertos cazadores cuando viven en estado salvaje y su dieta natural contiene un alto porcentaje de proteína animal. Sí, si nuestro lindo y tierno gatito no tuviera qué comer, cazaría sus propios ratones o pajaritos y se alimentaría de ellos, por más asco que nos pueda dar.

Es lo que han venido haciendo desde su aparición en la Tierra. Su aparato digestivo está diseñado para digerir carne y no cereales.

Cristina Delgado T.: 913 031 822

cvpalomeras@hotmail.com

Centro Veterinario Palomeras. Madrid.

Hagas lo que hagas, acuérdate de Balneol

Ducha o baño... he ahí la cuestión

El preparado de Energy llamado Balneol es un producto que se recomienda tomar en bañera y durante unos veinte minutos con el fin de aprovechar al máximo sus propiedades. Pero no todo el mundo tiene bañera y hay quienes ya han experimentado usando este preparado en la ducha. Del resultado de estas experiencias os ofrecemos este texto que esperamos os dé ideas...

Todos los extremos son perjudiciales. La ducha activa nuestro cuerpo pero, por otro lado, no induce a una relajación más profunda. Estar todos los días sumergidos en la bañera nos llevaría a un estado inactivo. Lo más razonable, para una persona sana, es tomar, al menos una vez a la semana, una ducha con **Balneol**. En caso de necesitar optimizar la salud, aconsejamos dos y hasta tres veces a la semana, esta ducha con **Balneol**.

En lugar de estar en la bañera de manera pasiva, recomiendo usar **Balneol** igualmente como si fuera un jabón. Así se potencia la absorción de los componentes activos a través de la piel. Y también se aprovechan de manera más intensa los aceites esenciales del preparado.

Después de un baño de veinte minutos debemos aclarar el cuerpo con una ducha. En casos de problemas de la piel o personas que están con sesiones de quimio o radioterapias recomendaría la ducha al final del baño.

Para quienes no tienen una bañera en casa, se puede usar una palan-gana. Sumergir los pies en el agua

con **Balneol** diluido reforzará los procesos desintoxicativos a través de los pies. Para las personas que tienen problemas cutáneos se aconseja usar en la ducha alguno de los siete jabones de **Energy**.

Cuándo se recomienda el uso de Balneol

Balneol facilita la **desintoxicación, regeneración** y refuerzo del sistema inmune, con efectos **antioxidantes**. Es aconsejable si hay **problemas de movilidad, dolores en la columna, reuma, artrosis, artritis o gota**. También cuando hay **contusiones, desgarros o fracturas**. Ante **calambres musculares** y/o de los tendones, o ante **hematomas y moratones**.

Es recomendable si hay **bronquitis, asma, tos o resfriados** comunes y para **reforzar el corazón y el riego sanguíneo periférico**. **Balneol** también **calma la mente y las emociones** y se usa ante problemas de



la piel, como la **psoriasis, la dermatitis, el acné o herpes**, e incluso cuando hay **hongos (micosis) en la piel**. Cuando exista **retención de líquidos** en pies y piernas es aconsejable y muy interesante como complemento para los tratamientos de las **enfermedades ginecológicas y urológicas**. Siempre que haya **varices y hemorroides** podremos utilizar Balneol; y, por supuesto, ante el **cansancio y la pérdida de energía**.

De nuestra redacción

Una reflexión diferente sobre Balneol

El uso de **Balneol**, como podemos leer en el artículo que precede, tiene tal cantidad de ventajas que seguro que a muchos les resultará difícil ponerle pegas.

Quizá, la única pega podría ser cuando pones medio tapón de ese líquido sospechosamente oscuro y observas cómo el agua de la bañera cambia de ser transparente a casi completamente negra.

Personalmente incluiría otro factor, como elemento positivo no contemplado en la relación de usos de este preparado. Este factor sería el hedonismo... llámalo vicio.

Quiero decir que, sumergirse unos veinte minutos en esa sospechosa bañera de agua negra, produce un efecto sedante, de bienestar y placer que no vale la pena perderse porque no estés cansado, padezcas un herpes o tengas una bronquitis.

Si nunca lo has hecho, lo de sumergirte en esas aguas negras que crean el medio tapón de **Balneol**, lánzate a la aventura —que tampoco es hacer *puenting*— y vive la experiencia "**Balneol**".

Por cierto, y siempre desde el respeto, yo voto bañera.

Julio Alonso T.: 605 554 644

Últimos seminarios realizados de
ELECTROPUNTA BIOENERGÉTICA AL SERVICIO DE LOS PROCESOS
METABÓLICOS MÉTODO TORNER® SUPERTRONIC



Las Palmas de Gran Canaria, enero 2016



Torredembarra, diciembre 2015



República Dominicana, 6-7 febrero 2016



República Dominicana, 13-14 febrero 2016



Curso de repaso de Kinesiología aplicada a Energy, febrero 2016



Beauty Energy

Los ocultos secretos del interior
Por eso, no sólo nos preocupamos de la piel, sino
que restauramos la armonía de todo el organismo.

La única belleza natural que respeta una visión integral de la persona.
Alta proporción de extractos de plantas medicinales y aceites.
Perfume puramente natural de esencias exóticas.
Usamos agua termal del Terciario.