

LAS ALERGIAS

¿Qué son la alergias?

Definidas como una reacción exagerada de nuestro organismo contra las sustancias externas (antígenos), las enfermedades alérgicas se manifiestan donde nuestro cuerpo se encuentra en contacto con el exterior: **la piel, las mucosas del tubo digestivo, de las vías respiratorias y oculares.**

Se debe por lo tanto de tener en cuenta la noción de terreno y sobre todo la **noción de atopía**: esta predisposición anormal a sintetizar anticuerpos de tipo IgE frente a los alérgenos naturales que hayan penetrado en el organismo a través de vías naturales.

Para evitar entrar en estos procesos alérgicos, **hace falta evitar sobre todo el desarrollo de un terreno alérgico.** Eso correspondería a una primera etapa de la prevención.

Una vez presentes las manifestaciones alérgicas, es fundamental actuar de manera muy precoz con el objetivo de frenar el proceso inflamatorio persistente que se inicio a nivel de las diferentes mucosas.



Los síntomas de las alergias varían dependiendo de qué esté causando la reacción y de la parte del cuerpo en la que ésta ocurra. Cuando la persona alérgica entra en contacto con el polen de algunas plantas estacionales que es transportado por el aire, mayormente en primavera, empieza a experimentar una serie de síntomas en nariz y ojos, como rinitis o goteo nasal, congestión, picor en la nariz, en la boca o incluso en la garganta (rinitis alérgica), conjuntivitis, irritación en los ojos, que pueden picar y estar enrojecidos, hinchados o llorosos (conjuntivitis alérgica), sufre lo que se conoce como “*fiebre del heno*”. El efecto que causa la fiebre del heno dependerá de la persona y de la región en la que viva. Cuanto más cálidos, secos o ventosos sean los días, mayor será la cantidad de polen que transporte el aire mientras que en los días frescos, húmedos o lluviosos este porcentaje disminuye ya que el polen cae y se esparce en la tierra. Es por ello que la primavera resulta especialmente “*peligrosa*” para las personas alérgicas.

Es posible que el ritmo de vida actual, el stress continuado y mantenido, los conflictos emocionales, la competencia y la intolerancia social y una alimentación inadecuada sean algunos de los factores determinantes directamente relacionados con las respuestas alérgicas, en cuanto a que todos ellos van minando y debilitando nuestro sistema inmunitario. Este debilitamiento se traduce en una hipersensibilidad que hace que se altere la función inicial de este mecanismo- protegernos de las incontables sustancias nocivas presentes en el aire que respiramos, en los alimentos que comemos y en las cosas que tocamos- y que el organismo reaccione a sustancias que por lo general son inocuas. Un sistema defensivo excesivamente sensible lleva a una respuesta inmune equivocada.



¿Cómo puedo tratarla de una forma natural?

La **Medicina Ortomolecular y Nutrición Celular**, intenta dar salida al problema de las alergias con medios naturales, sea previniéndolas antes de que aparezcan en este periodo del año o superándolas, si se ha empezado tarde el tratamiento. La base es que con un sistema inmunitario fuerte nuestro cuerpo es, por lo general, capaz de llegar a su autocuración ayudado, en caso de necesidad, por los estímulos precisos que fortalezcan su capacidad de recuperación.

La **Nutrición Celular Activa** dispone de posibilidades de tratamiento de los procesos alérgicos estacionales, terapias no agresivas y en su mayoría compatibles con tratamientos de cualquier otro tipo de medicina. Las alergias podemos tratarlas de distintas formas, según el paciente. La **Homeopatía**, aplicable también a la alergia del infantil y adulto, no provoca efectos secundarios ni tiene contraindicaciones. La **Oligoterapia** (oligoelementos), que corrige trastornos funcionales y predisposiciones patológicas y es una de las terapias más potentes en caso de alergia.

En cada caso siempre deberá reforzarse el sistema de defensa, eje central sobre el que se apoya una buena reacción inmunitaria capaz de vencer a las alergias primaverales.

En la práctica, según el terreno dominante del paciente:

- Modificar **la alimentación** privilegiando frutas y verduras, reduciendo de manera significativa el consumo de carnes, lácteos, grasas saturadas y suprimiendo los azúcares rápidos.
- Aportar una buena concentración de **vitaminas B y C** y de **oligoelementos** para un óptimo funcionamiento de las cascadas enzimáticas.
- Inmunomodular la flora intestinal.
- Suplementar con Ácidos Grasos Esenciales, con el objetivo de modular la síntesis de prostaglandinas anti-alergizantes.

Para más información y visitas sobre patologías:

CENTRE DE THERAPIES GLOBALS - CERESPORT

Ignasi Martínez Alba
Director Centre de Teràpies Globals-Ceresport
Nutrición Celular-Ortomolecular / Homeopatía / Osteopatía

www.ceresport.com