

CURACIÓN SIN MEDICAMENTOS

TOMOS 1 y 2

del Profesor Carlos Lestón
Edición actualizada, A COLOR

En estas obras se explican y desarrollan los principales fundamentos del Naturismo: El agua, el sol, la tierra, el ejercicio, el ayuno, el reposo, la arcilla, la higiene, las plantas medicinales...

¡¡Volvamos a las fuentes del Naturismo!!

Tamaño DIN-A4
Tapas duras
2 Tomos
572 páginas en total

EL CUERPO SANO

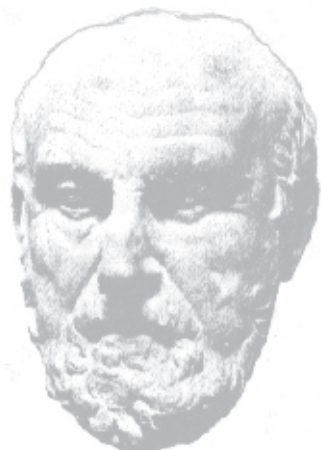


Hipócrates, el más grande de los médicos de todas las épocas, al que se conoce con el sobrenombre de "padre de la medicina", legó para sus sucesores una serie de conceptos que aún hoy subsisten con carácter irrefutable.

Sin embargo, el género de terapéutica al que se está recurriendo se encuentra en tan patente oposición a estos postulados hipocráticos, que han brotado en el propio seno del estamento médico una serie de fortísimas corrientes que combaten la generalizada práctica de una medicina del todo antagónica con la preconizada hace veinticuatro siglos por el "padre de la medicina".

Sabido es que Hipócrates, el sabio de Cos, fue autor de un conjunto de escritos conocidos con el nombre de CORPUS HIPOCRATICUM, que comprende 57 notabilísimas obras, y que además enunció el famoso JURAMENTO HIPOCRÁTICO sobre ética médica, que constituyó la fuente principal de la declaración de Ginebra en 1.948 sobre los principios de moral médica, que suscriben siquiera sea in pectore los profesionales de la Medicina una vez finalizados sus estudios y antes de iniciarse en el ejercicio de su profesión.

Hipócrates Médico griego, 460-375? a. de C. Se le llama el Padre de la Medicina por ser el primero que sentó las bases de esta ciencia sobre la observación y la experiencia. Sus escritos, reunidos, con otros de sus discípulos, en el Cuerpo Hipocrático y especialmente sus Aforismos, fueron hasta el s. XVIII el texto fundamental de la práctica médica.



Hipócrates

JURAMENTO DE HIPÓCRATES: Juramento que presta todo médico en el momento de la defensa de su tesis:

"En presencia de los Maestros de esta escuela, de mis queridos condiscípulos y delante de la efigie de Hipócrates, prometo y juro ser fiel a las leyes del Honor y de la integridad en el ejercicio de la Medicina.

"Daré mis cuidados gratuitos al indigente y nunca exigiré un salario por encima de mi trabajo.

Muestra de páginas de «Curación sin Medicamentos»

CREMA DE ALMENDRAS CON MIEL

INGREDIENTES:

1 TAZA DE REQUESÓN (YA EXPLICADO)
MEDIA TAZA DE ALMENDRAS TROCEADAS
3 CUCHARADAS GRANDES DE MIEL
MEDIA NARANJA CORTADA EN CUÑAS
1 CUCHARADA DE ALMENDRAS TOSTADAS
3 CUCHARADAS GRANDES DE ZUMO DE NARANJA
FRESCA

PROCEDIMIENTO:

PONER LOS CUATRO PRIMEROS INGREDIENTES EN UNA BATIDORA A MÁXIMA VELOCIDAD. SI LA MEZCLA RESULTA DEMASIADO ESPESA, AÑADIR UN POCO MÁS DE ZUMO DE NARANJA.

PONER EN UN CUENCO DE SERVIR Y DECORAR CON LAS CUÑAS DE NARANJA Y LAS ALMENDRAS TOSTADAS.

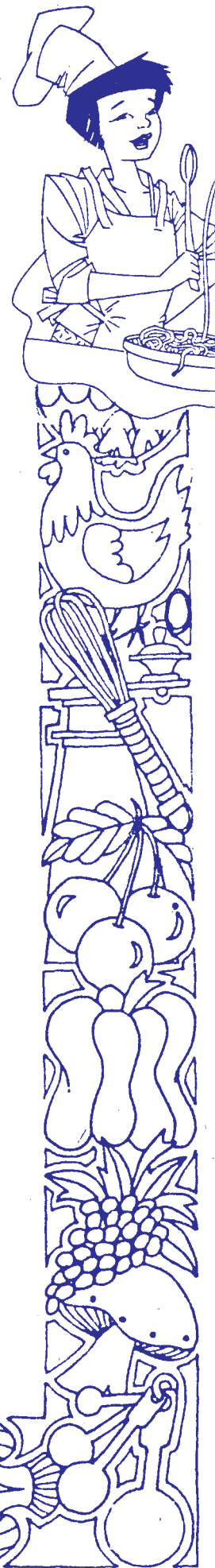
(EN LUGAR DE ALMENDRAS SE PUEDEN UTILIZAR PIPAS DE GIRASOL O NUECES COMO DECORACIÓN).

PAN DE HIGOS

INGREDIENTES:

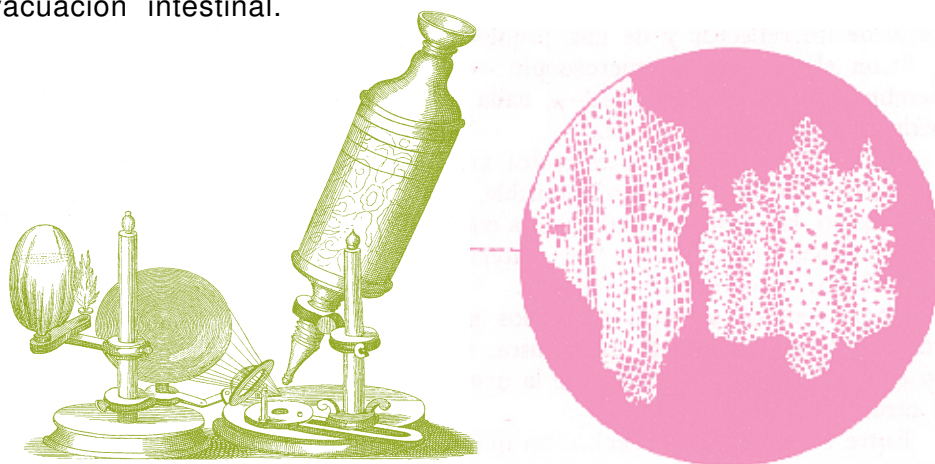
(PARA 4 PERSONAS)

400 G. DE PAN DEL DÍA ANTERIOR O DURO
2 HUEVOS
MEDIO L. DE LECHE
100 G. DE HIGOS SECOS
50 G. DE PASAS DE CORINTO
1 CÁSCARA DE NARANJA
1 PELLIZCO DE SAL.



CELULOSA

Forma la parte esencial de las paredes de las células vegetales, y es también conocida como FIBRA VEGETAL. Este hidrato de carbono abunda en las hojas, gajos y tejido leñoso de las plantas. No es digerido salvo por animales puramente hervíboros (como el conejo, la vaca, la oveja) poseedores de una enzima que permite su asimilación. En nutrición humana, la celulosa o fibra, no siendo asimilada, aumenta el volumen del bolo digestivo, favoreciendo la evacuación intestinal.



El descubrimiento de la célula. Cuando Hooke colocó delgadas secciones de corcho bajo su microscopio, vio que estaban formadas por "un número infinito de pequeñas cajas o vejiguitas de aire": las células.

ALMIDÓN

Es otro hidrato de carbono presente en las células de las plantas, particularmente en los cereales, como el trigo, arroz, avena, etc. y también en los tubérculos, como la patata, aunque en menores proporciones puede hallarse casi en cualquier planta. Constituye un alimento de alto valor, convertible en azúcares mediante el proceso digestivo.

PECTINA

Glúcido abundante en los jugos de algunas frutas. Su nombre procede del griego ("coagulado"), y, efectivamente, tiene virtudes coagulantes, por lo que es muy apreciado en medicina como hemostático, por su acción sobre los trombocitos sanguíneos. Se halla en el jugo de manzanas y peras muy maduras, y en las raíces de zanahorias, nabos, etc.

MUCÍLAGOS

Sustancias viscosas, cuyo efecto primordial es la protección de las mucosas y la suavización de sus secreciones.

"NUESTRAS COSTUMBRES EN LA COMIDA Y BEBIDA AFECTAN NO SÓLO A NUESTRA SALUD, SINO A NUESTRA MORAL. SOMOS LO QUE COMEMOS".

Lo que nos resulta mayormente chocante es que estas protervas posibilidades del fármaco no resultaban ignoradas por el profesional. Y en cualquier publicación técnica se referenciaban sus características contradictorias.

Como -pongamos por caso- cuando en esas obras especializadas se detallaban los efectos potencialmente adversos de los ANTIBIÓTICOS o de las CORTISONAS (auténticas bombas de relojería). La GRAN ENCICLOPEDIA MÉDICA, por ejemplo, especifica la cara negra de la CORTISONA:..."HIRSUTISMO, ESTRÍAS CUTÁNEAS, ACNÉ, INSOMNIO, NERVIOSISMO, PREOCUPANTES OSCILACIONES DEL HUMOR, PSICOPATÍAS VERDADERAS, EDEMAS, MOLESTIAS HIPERTENSIVAS, AUMENTO DE LA GLUCEMIA, AMENORREA, IMPOTENCIA, RETRASO EN LA CICATRIZACIÓN DE LAS HERIDAS, NOTABLE DISMINUCIÓN DE LOS PODERES DE DEFENSA Y APARICIÓN O EMPEORAMIENTO DE ÚLCERA GÁSTRICA".

De verdad, de todo corazón, no nos parece ni medianamente recomendable una medicina que para oponerse a una enfermedad entraña el riesgo de originar otra mucho peor.

Es, además, obligado consignar que respecto a estas "propiedades" de los medicamentos, muy poco o nada se había informado al profano. Lo que nos parece culposo si se considera que ese profano tiene más derechos que nadie a conocer los riesgos inherentes a la medicación que se le aplica.



Alquimista, LABORATORIO

quimista
bajo, por
eiditz

Para conocer algo sobre dichas "propiedades" no tenía otro remedio que recurrir a la lectura de la letra pequeña de la literatura especializada.

OTRAS FACETAS DEL DIAMANTE FARMACOLÓGICO

Existen otros hechos, en los que aún sin presentar las características más bien macabras del fármaco, no dejan de ser menos acusadores.

LA VAINA SECA DE LA JUDÍA VERDE, COCIDA EL TIEMPO NECESARIO PARA QUE EL LÍQUIDO SE REDUZCA AL 50%, REDUCE LA GLUCOSURIA.



Griegos hacia la meta

Esta pintura -es un jarrón griego- atestigua el interés que la Grecia clásica sentía por el deporte. El entrenamiento corporal se consideró de tanta importancia como el espiritual. Se admiraba los cuerpos armónicos y bien entrenados, por lo que los atletas competían siempre desnudos.

Esta DERIVACIÓN se logra a partir de aplicaciones frías sobre la piel, que atraen una impetuosa irrigación sanguínea en el punto localmente bañado o en toda la superficie cutánea. Este traslado abundante e inmediato de la sangre hacia la periferia opera, como hemos indicado, hacia el restablecimiento.

Normalmente, la DERIVACIÓN se logra mediante la intervención del agua, pero también es posible -con más suave efecto- utilizando los BAÑOS DE AIRE (Y precisamente esta mayor suavidad de acción los hace más indicados en casos donde la enérgica situación del agua pudiera ser contradictoria, como los de extrema debilidad o algunos tipos de padecimiento nervioso).

Los BAÑOS DE AIRE han de tomarse con la piel descubierta y siempre en movimiento, con lo que se suman los efectos del aire a los del sol, la luz y el ejercicio.

Para una vida irreprochablemente saludable este BAÑO DE AIRE debiera ser CONSTANTE. La Naturaleza (que tanto sabe) no nos hizo llegar al mundo envueltos en lana, ni mucho menos en fibras de plástico, que es incomparablemente peor que cualquier otro tejido...

Tampoco nos programó como único animal capaz de encarcelarse voluntariamente (pues el hombre así lo hace, bien cuando trabaja, cuando reposa o cuando se divierte). Casi perpetuamente entre cuatro paredes, sin sol, sin aire y casi vegetalizado por la falta de movimiento...

Estos BAÑOS DE AIRE DERIVATIVOS están sumamente señalados para la psoriasis y cualquier afección cutánea mientras se tenga la precaución de dosificar el sol prudente y progresivamente. No son menos buenos en las depresiones y neurastenias, las alergias -particularmente las naso.conjuntivales- y el estreñimiento (complementados, por supuesto, con una dieta adecuada).

¿CRISIS NERVIOSAS? REMITEN CON BAÑOS CALIENTES DE MANOS EN UNA PALANGANA CON INFUSIÓN VALERIANA, MALVA Y TILA (MANILUVIOS).

Tratado de Anatomía y Fisiología

del Profesor
Carlos Lestón
Edición a color

Tamaño DIN-A4
Tapas duras
1 Tomo, color
142 páginas en total

En esta obra se explican y desarrollan los principales fundamentos de la anatomía y fisiología humanas, los sistemas del cuerpo humano...



LA CÉLULA

Parece increíble que un hombre robusto de 1,80 metros de estatura y alrededor de 90 kilos de peso proceda de una sencilla y diminuta partícula llamada célula.

Sin embargo, no hay duda sobre que la célula es la unidad básica de todos los seres vivos, y sin ella no puede existir vida en forma alguna. La célula, pese a su infinitesimal pequeñez funciona como una complicadísima máquina, realizando y dirigiendo todas las funciones vitales. Nuestro cuerpo está constituido por la agrupación y combinación de unos 20 billones de células de diferentes tipos, (células nerviosas, musculares, sanguíneas, glandulares, epiteliales, etc).

Todas estas células están sentenciadas a muerte tarde o temprano, con la sola excepción de las células sexuales, que continúan viviendo en la descendencia, que es el resultado de la fusión de una célula sexual masculina (espermatozoide) y otra femenina (óvulo).

No puede haber espectáculo más fascinador que contemplar esa pequeña célula multiplicándose en otras y agrupándose ordenadamente para formar el corazón, los pulmones, el cerebro, el hígado, los músculos, la sangre y los huesos hasta convertirse todo ello en una agrupación armónica que es el hermoso y simétrico cuerpo humano.

NUESTRA ESTRUCTURA ORGÁNICA

No sólo el cuerpo entero está integrado por pequeñas células sino que estos individuales trocitos de vida ejecutan las distintas funciones del

FÓRMULA LEUCOCITARIA MEDIA

Neutrófilos 66%
eosinófilos 1.5%
basófilos 0.5%
linfocitos 26%
monocitos 6%.

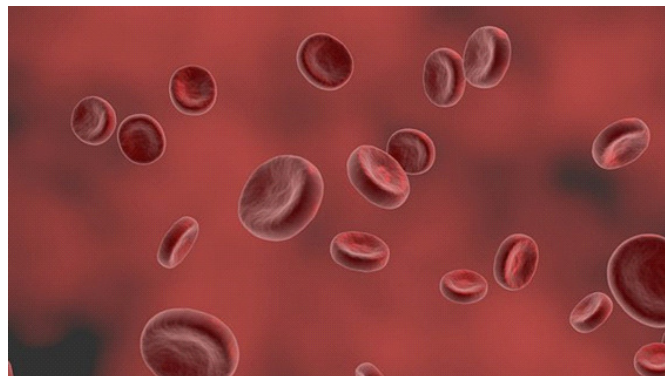
Se entiende por leucocitosis la presencia exagerada de glóbulos blancos en la sangre.

Las condiciones patológicas acompañadas con mayor frecuencia de leucocitosis corresponden, por lo general, a procesos infecciosos agudos, aunque existen muy variadas condiciones patológicas que se ven asociadas a la leucocitosis, por ejemplo los traumas, las intervenciones quirúrgicas, (que provocan una movilización de los granulocitos como consecuencia del daño originado a los tejidos y de la liberación de las proteínas tisulares), las hemorragias (que provocan indirectamente un estímulo de la actividad productora de sangre por la médula ósea), ciertos tumores hepáticos o digestivos, el infarto de miocardio... o también lo que se conoce con el nombre de LEUCOCITOSIS PRANDIAL que se registra como consecuencia de la digestión de elementos nutricios no adecuados para nuestro organismo. Sucede, casi sin excepción, que siguiendo a la ingesta, aparezca un elevadísimo número de leucocitos en nuestra sangre, lo que parece hablar de infección aguda como ya hemos dicho, o inflamación, pero ello no sucede así cuando la ingesta es la conveniente, o sea, la integrada por vegetales.

La situación contraria a la leucocitosis se denomina leucopenia (que significa disminución del número de leucocitos en la sangre), siendo las causas más frecuentes ciertas enfermedades infecciosas especialmente las fiebres tifoideas o paratíficas, brucelosis, sarampión, parotiditis epidémica, etc.

CAUSAS YATROGÉNICAS DE LA LEUCOPENIA

Determinados fármacos pueden originar esta severa anomalía, como



Es para mí un placer el presentarte este vademécum.

Es uno de los primeros -si no el primero, ya que se publicó en el 1992- que vieron la luz en este país.

Con gran esfuerzo se elaboró esta obra, no obstante mereció la pena, pues este manual se ha convertido en todo un referente en el mundo del naturismo y de las terapias alternativas.

Muchos naturópatas, médicos, masajistas, iridólogos, dependientes de tiendas de régimen, etc. tienen este libro en sus consultas y les es de gran ayuda al trazar un tratamiento, ya que ojeando el vademécum, en unos segundos se elabora una terapia a base de plantas medicinales, alimentación, productos de las tiendas de régimen, terapias naturales - como uso de arcilla, hidroterapia, sol, ayunos, caldos depurativos, pomadas caseras, cataplasmas, etc.

Para cada enfermedad hay diferentes combinaciones de plantas y diferentes terapias naturales y productos de tiendas de régimen, así que se pueden pasar varias consultas al mismo paciente sin repetir lo que se le prescribe.

Hay tratamientos para más de 600 enfermedades, desde luego para todas las más comunes y también para otras que, no siendo tan usuales, de vez en cuando se nos presentan en nuestra consulta.

Cada terapeuta luego adapta las enseñanzas de este libro a su actividad, experiencia y pacientes, enriqueciendo así, este manual, los conocimientos del profesional.

No dudo que este libro te será de gran ayuda. Te lo recomiendo encarecidamente.



MANUAL DE MEDICINA NATURAL (VADEMÉCUM)

del Profesor Carlos Lestón

La obra que todos esperaban!!

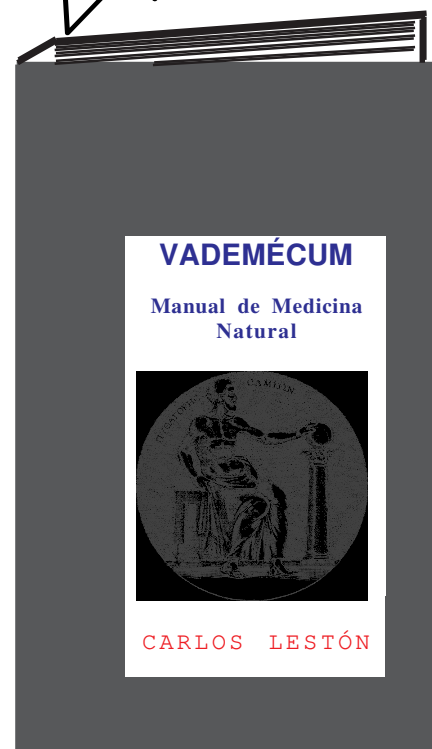
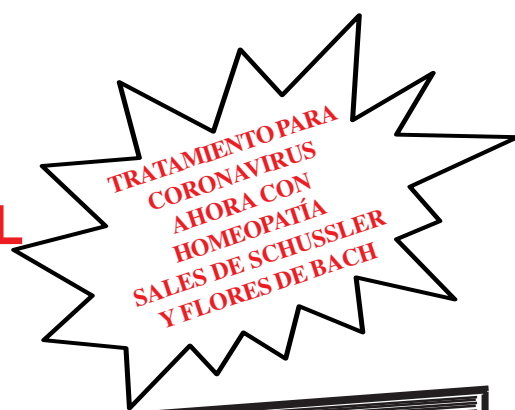
Actualizado anualmente, última edición 2022

Esta obra maestra recoge las patologías más comunes, detallando sus causas y explicando la **FORMA DE CURACIÓN** a base de plantas medicinales, preparados comerciales, dietas, prácticas terapéuticas naturales: arcilla, baños de sol, pomadas caseras, hidroterapia, etc.

Imprescindible para naturópatas, médicos naturistas, masajistas, tiendas de régimen, profesionales de la salud, simpatizantes de la Medicina Natural...

En cada casa debería haber un libro como éste.

**INCLUYE TRATAMIENTO PARA
CORONAVIRUS**



**más información
pinchando en el
icono que hay en la web**

MINERALES/ OLIGOELEMENTOS

del Profesor
Carlos Lestón
Edición a color

Tamaño DIN-A4
Tapas duras
1 Tomo, color
100 páginas en total

Los enzimas, las diátesis, terreno
y receptividad, las diátesis I; II III,
IV, ´sindrome de desadaptación



PRÓLOGO

LOS ENZIMAS

Es bien seguro que para entender el papel de los oligoelementos en nuestro fisiologismo debemos tener bien claro cual es el funcionamiento de los enzimas. Los enzimas son los catalizadores de todas las reacciones químicas fundamentales para la vida. Un catalizador es el agente responsable de una aceleración de reacción química debida a su propia presencia y que toma parte en ella, pero que al final permanece inalterado. Los enzimas, por ser catalizadores o aceleradores de reacciones químicas fundamentales para la vida reciben el nombre de biocatalizadores. (La acción del enzima puede ser también retardadora).

Esta extraordinaria capacidad catalizadora del enzima hace posible que en nuestro organismo tengan lugar reacciones químicas que de no ser así requerirían elevadas temperaturas o condiciones particulares de ph y presión incompatibles con la vida.

Una notabilísima peculiaridad de los enzimas es su elevada especificidad, tanto de reacción como de sustrato, lo cual quiere decir que cada enzima actúa sólo sobre una determinada sustancia. Es específica la acción del enzima en cuanto a una u otra sustancia pero no actúan sobre las demás. Tanto es así que la Comisión para los enzimas de la Unión Internacional de Bioquímica estableció en 1961 una clasificación oficial de los enzimas basada en el tipo de reacción que catalizan y que atribuye a cada enzima particular un número codificado dependiendo del grupo o subgrupos a que pertenecen.

Esto quiere decir que al ser su acción tan específica, nuestro organismo precisa absolutamente **todos** los enzimas o fermentos necesarios para catalizar **toda** la multiplicidad de reacciones químicas. Y sólo con que falte un enzima con su misión totalmente específica puede descomponerse una complicada cadena metabólica y quedar incompleta, de donde se deduce la extraordinaria importancia de la presencia de todos los enzimas necesarios.