

Zona de profesionales Santiveri

NOTICIAS

29/05/2018



ENTREVISTA A ROSA MARÍA CANAS

Rosa María Canas es Directora y Jefe de Estudios del Instituto de Medicina Natural y Energética, IMNE. Es una reconocida acupuntora, naturópata y homeópata, que recientemente ha publicado el libro “Alzheimer, cuando se pierden las ideas”. En esta entrevista nos explica cómo puede ayudar la medicina natural.

Licenciada en Ciencias de la Información mi experiencia como corresponsal de guerra durante años me llevó a estudiar Naturopatía, Medicina Tradicional China y Homeopatía a fin de ayudar en la medida de mis posibilidades a los que sufren. Profesora de práctica clínica durante años, en 2011 fundé IMNE. Actualmente paso consulta en Barcelona, actividad que compagino con la docencia en IMNE.

Muchas felicidades por la publicación de tu libro “Alzheimer, cuando se pierden las ideas”. ¿Qué te ha llevado a escribir un libro con una temática tan compleja?

Muchas gracias, ha sido un trabajo largo pero muy gratificante tras años de estudio y de práctica terapéutica. La respuesta podría resumirse en 4 palabras: **Pasión por la Neurología.**

“Alzheimer, cuando se pierden las ideas” es el resultado de un **interés** y una curiosidad personales por el **cerebro**. A mi entender este órgano y su funcionamiento es un mundo tan complejo que aún hoy en día sigue siendo un enigma no resuelto, uno de los más grandes rompecabezas del ser humano. Es una especie de caja de Pandora en

la que cualquier acción puede poner en marcha una serie de reacciones insospechadas.

Considero que la **Enfermedad de Alzheimer** es una de las enfermedades más crueles que pueda sufrir una persona, que **afecta** no solamente al **enfermo** sino también a sus **seres queridos**, que suelen ser sus cuidadores. Es por ello que toda aportación para contribuir a la lucha contra este “monstruo” es poca.

La intención del libro es dar a conocer esta enfermedad desde otra perspectiva que la de la medicina convencional, dejando claro que las **opciones** que se presentan son **complementarias** y no sustitutivas de ningún otro tratamiento médico.

Debe haber sido un trabajo duro y muy interesante. Al ser acupuntora, habrás tenido en cuenta el aspecto energético de la enfermedad, pero ¿mencionas otras alternativas terapéuticas?

Efectivamente; la **Medicina Tradicional China** se fundamenta en principios energéticos que condicionan el terreno físico y psíquico de la persona pero este “funcionamiento” es aplicable también a terapias del campo de la **Naturopatía**, como por ejemplo, la **Terapia Floral** o la **Oligoterapia**, por mencionar algún ejemplo.

En la parte del libro dedicada a **Naturopatía** propongo distintas opciones de **suplementación** para intentar **prevenir** la Enfermedad de Alzheimer o **paliarla** si ya está instaurada, en concreto: **Fitoterapia**, **Nutrición Ortomolecular** (vitaminas, aminoácidos, oligoelementos, minerales, antioxidantes y ácidos grasos), **Terapia Floral** (Flores de Bach y del Mediterráneo), **Dietoterapia** (alimentos aconsejados y dieta según el grupo sanguíneo) Fitonutrientes, Sales de Schüssler y Micoterapia.

Igualmente, en los capítulos dedicados a la Enfermedad de Alzheimer y la Medicina Tradicional China abordo la llamada **Dietética Energética** así como la **Farmacopea China**, además claro está del tratamiento con Acupuntura.



Rosa María Canas firmando ejemplares de su libro "Alzheimer, cuando se pierde las ideas".

En tu práctica diaria ¿visitas a personas con este problema en tu consulta?

Sí, he tenido y sigo teniendo en la actualidad personas que vienen a mi consulta afectados de la Enfermedad de Alzheimer. Son visitas que te despiertan una gran humanidad por dos razones.

Por un lado a la **persona que sufre Alzheimer**, al margen de la fase de la enfermedad en la que se encuentre, hay que **tratarla** de un modo especial, con mucho **cariño** y **sensibilidad**. Cada visita es como si te viera por primera vez y al no ser consciente de su enfermedad no sabe para qué viene ni por qué ha de tratarse.

Por otra parte, **la persona que acompaña al enfermo** a consulta suele ser un familiar muy allegado que **sufre día a día** el deterioro de su ser querido. **Intentar darle apoyo y fuerza moral** considero que es obligación de todo terapeuta.

¿Qué resultados has obtenido? ¿Has observado mejorías? ¿Qué tratamientos usas?

Los resultados dependen de la fase de la enfermedad en la que están cuando vienen a la consulta.

Por desgracia la enfermedad de Alzheimer a día de hoy aún no tiene cura por lo que cualquier **tratamiento**, del ámbito que provenga, va enfocado a **retrasar al máximo el avance** de tan despiadada **enfermedad** y a **mejorar la calidad de vida** de quien la sufre y, de rebote, de quien le rodea.

Evidentemente, cuanto antes venga la persona a consulta mucho mejor puesto que el deterioro es menor y por tanto los resultados son más visibles. Sin embargo, podría decir que por lo general los resultados son bastante buenos en cuanto a la evolución más lenta de la enfermedad.

Los **tratamientos que utilizo dependen de cada caso** pero siempre incluyen **Acupuntura** y **Craneopuntura**, que actúa directamente sobre el cerebro. Suelo recomendar también con mucha frecuencia **Micoterapia** y **Ortomolecular**, sobretodo aminoácidos, pero para elegir la terapia adecuada hay que ver el tratamiento farmacológico que sigue cada persona a fin de evitar interferencias y contraindicaciones.

¿Has notado una mayor frecuencia de casos de Alzheimer en los últimos tiempos? ¿A qué crees que se debe?

Lamentablemente sí. Por desgracia esta enfermedad está **cada vez más presente** en nuestra sociedad y en **personas más jóvenes** de lo que sería de esperar puesto que el deterioro neuronal se asocia por lo general a la vejez.

Personalmente opino que, al margen de la predisposición genética que pueda existir, el **tipo de vida** que llevamos actualmente y las **condiciones ambientales y nutricionales** tienen que ver con la prevalencia de esta enfermedad.

**El tipo de vida que llevamos actualmente
y las condiciones ambientales y
nutricionales tienen que ver con la
prevalencia de esta enfermedad de
Alzheimer.**

Qué opinas sobre factores como el estrés, los radicales libres o el sobrepeso ¿podrían propiciar el desarrollo del Alzheimer?

Soy de la opinión de que **sí pueden tener una influencia** en una posible aparición de la Enfermedad de Alzheimer. Con ello no quiero decir que estos factores la provoquen pero sí que tengan una acción en el organismo que lo debiliten y lo dejen a merced de todo tipo de enfermedades, entre ellas las neurológicas.

Según datos de la **Sociedad Española de Neurología**, que menciono en mi libro, existen estudios que indican que **“unos hábitos de vida saludables pueden reducir el 40% de los casos de Alzheimer o retrasar la aparición de éste”**.

El estrés, por ejemplo, ya sea físico o emocional, genera reacciones en cadena que desde el punto de vista de la Medicina Tradicional China pueden relacionarse muy claramente con la Enfermedad de Alzheimer.

Por otro lado, según un estudio publicado en 2001 por el British Medical Journal la combinación de Hipertensión Arterial y **altos niveles de colesterol** podría **augmentar** notablemente el **riesgo** de padecer la Enfermedad de Alzheimer.

En los últimos años ha crecido el interés por buscar tratamientos naturales para las enfermedades neurodegenerativas, uno de los más esperanzadores es la curcumina que se obtiene de la cúrcuma ¿crees que también puede proteger o ayudar en el caso del Alzheimer?

La cúrcuma se ha considerado tradicionalmente como una especia culinaria lo que ha hecho que, al igual que ha ocurrido con otros alimentos como los hongos o los arándanos, por ejemplo, se hayan “desaprovechado” sus propiedades terapéuticas. En la Unión Europea, sin ir más lejos, la cúrcuma está catalogada como aditivo alimentario.

Por suerte, el interés que mencionas por buscar soluciones en la naturaleza ha hecho que se estén explorando estas sustancias con resultados sorprendentes.

Hay estudios que señalan que la curcumina, principio activo de la **cúrcuma**, al parecer favorece la descomposición de las **placas beta-amiloideas** características de la enfermedad de Alzheimer a la vez que **previene su formación**, lo que es trascendental en el tratamiento y la **prevención** de esta enfermedad .

¿Que otros beneficios neuronales puede tener la curcumina?

Destacaría su acción anti-amiloidogénica, es decir, de prevención de la formación de la proteína beta-amiloide, pero además tiene un potente efecto **antioxidante** que puede **reducir** la influencia de los radicales libres y, en este caso, sus efectos **nocivos a nivel neuronal**. Este efecto, así como su **propiedad antiinflamatoria** contribuye a aliviar los síntomas provocados por altos niveles de inflamación y por una oxidación excesiva en el cerebro.

La curcumina favorece la descomposición de las placas beta-amiloideas características de la enfermedad de Alzheimer y tiene un potente efecto antioxidante protege a las neuronas de los radicales libres.

¿Conoces algún otro suplemento o planta medicinal que se esté revelando como una posible ayuda para prevenir o tratar el Alzheimer, como por ejemplo la salvia, la bacopa o el ginkgo biloba?

Se ha demostrado que el hongo *Hericium erinaceus* (Melena de León) es muy eficaz en el terreno neurológico porque contiene compuestos que **estimulan la regeneración neuronal** así como la capa de mielina que envuelve a las neuronas.

Las **frutas del bosque** (en especial los **arándanos**) que incluimos en los fitonutrientes, tienen determinadas sustancias capaces de **revertir las pérdidas de memoria** y según algunos investigadores evitan la acumulación en placas del péptido beta-amiloide.

Plantas como la *Centella asiatica* y la *Rhodiola* favorecen la **memoria**, el **aprendizaje** y la **concentración**, a la vez que aumentan la comunicación intercelular cerebral (*C. asiatica*) y reducen la disminución de neurotransmisores (*Rhodiola*).

Y por supuesto, la **fosfatidilserina**, principal fosfolípido del cerebro, cuyos múltiples beneficios la hacen imprescindible para el **buen funcionamiento cerebral**.

¿Nos podrías dar algún consejo para cuidar nuestras neuronas y ayudar a prevenir esta triste enfermedad?

Sobre todo mantener el cerebro activo. Como dijo el médico estadounidense Glenn Doman “El cerebro humano es el único recipiente que tiene la característica de que cuanto más se le mete, más capacidad tiene”. Así pues, **ejercitar la mente** con actividades que estimulen la memoria, el aprendizaje y la atención, nunca dejar de aprender, leer, estudiar y emplearse en retener detalles que habitualmente pasamos por alto; practicar juegos, tener hobbies y relacionarse con otras personas.

Cuidar nuestros hábitos de vida, nuestra alimentación y nuestras emociones y tener cuidado con las amalgamas dentales de mercurio, un metal pesado cuyo tropismo son las células cerebrales.

“El cerebro humano es el único recipiente que tiene la característica de que cuanto más se le mete, más capacidad tiene”. Glenn Doman