

## **DIABETES MELLITUS**

La diabetes mellitus es una enfermedad producto de la falla del páncreas para producir insulina lo que dificulta la utilización de la glucosa en el cuerpo. La glucosa es vital para la salud dado que es una importante fuente de energía para las células que forman los músculos y tejidos. También es la principal fuente de combustible del cerebro.

La causa subyacente de la diabetes varía según el tipo. Pero, independientemente del tipo de diabetes que tengas un exceso de glucosa en sangre puede provocar problemas de salud graves.

### **Síntomas**

Los síntomas de la diabetes varían según cuánto se eleve tu nivel de glucosa. Es posible que algunas personas, en especial las que padecen prediabetes o diabetes tipo 2, no experimenten síntomas. En el caso de la diabetes tipo 1, los síntomas tienden a aparecer rápido y a ser más intensos.

Algunos de los signos y síntomas de la diabetes tipo 1 y tipo 2 son:

- Aumento de la sed
- Micción frecuente
- Hambre extrema
- Pérdida de peso sin causa aparente
- Fatiga
- Irritabilidad
- Visión borrosa
- Heridas que tardan en cicatrizar
- Infecciones frecuentes, como infecciones en las encías o en la piel, e infecciones vaginales

Aunque la diabetes tipo 1 puede aparecer a cualquier edad, suele aparecer en la infancia o en la adolescencia. La diabetes tipo 2 (el tipo más frecuente) puede aparecer a cualquier edad, aunque es más común en personas mayores de 40 años.

### **Cuándo debes consultar con un médico**

- **Si tienes sospechas de que tú o algún familiar pueden tener diabetes.**
- Si observas algunos síntomas posibles de diabetes
- Si tienes sobre peso
- Si tienes familiares con diabetes

### **Y LO MAS IMPORTANTE SI YA ERES DIABETICO EVITA LAS COMPLICACIONES**

- **Enfermedad cardiovascular.** La diabetes aumenta drásticamente el riesgo de sufrir diversos problemas cardiovasculares, como arteriopatía coronaria con dolor de pecho (angina), ataque cardíaco, accidente cerebrovascular y estrechamiento de las arterias (aterosclerosis). Si tienes diabetes, eres más propenso a tener una enfermedad cardíaca o un accidente cerebrovascular.
- **Daño a los nervios (neuropatía).** El exceso de azúcar puede dañar las paredes de los vasos sanguíneos diminutos (capilares) que alimentan los nervios, especialmente en las piernas. Esto puede provocar hormigueo, entumecimiento, ardor o dolor, que generalmente comienza en las puntas de los dedos de los pies o las manos y se extiende gradualmente hacia arriba.

Si no recibes tratamiento, podrías perder toda la sensibilidad de los miembros afectados. El daño en los nervios en relación con la digestión puede causar problemas con náuseas, vómitos, diarrea o estreñimiento. En el caso de los hombres, puede dar lugar a la disfunción eréctil.

- **Daño renal (nefropatía).** Los riñones contienen millones de racimos de vasos sanguíneos diminutos (glomérulos) que filtran los residuos de la sangre. La diabetes puede dañar este delicado sistema de filtrado. El daño grave puede conducir a la insuficiencia renal o a la enfermedad renal terminal irreversible, que pueden requerir diálisis o un trasplante de riñón.
- **Daño ocular (retinopatía).** La diabetes puede dañar los vasos sanguíneos de la retina (retinopatía diabética), que puede conducir a la ceguera. La diabetes

también aumenta el riesgo de otras afecciones graves de la visión, como cataratas y glaucoma.

- **Daños en los pies.** Los daños en los nervios del pie o un flujo sanguíneo insuficiente en los pies aumenta el riesgo de diversas complicaciones en los pies. Si no se tratan, los cortes y las ampollas pueden dar lugar a graves infecciones, que suelen tener una cicatrización deficiente. Estas infecciones pueden, en última instancia, requerir la amputación del dedo del pie, del pie o de la pierna.
- **Enfermedades de la piel.** La diabetes puede volverte más susceptible a tener problemas en la piel, como infecciones bacterianas y micóticas.
- **Deterioro auditivo.** Los problemas de la audición son comunes en las personas diabéticas.
- **Enfermedad de Alzheimer.** La diabetes tipo 2 puede aumentar el riesgo de tener demencia, como la enfermedad de Alzheimer. Cuanto más deficiente sea el control del nivel de azúcar en sangre, mayor será el riesgo. Aunque existen teorías de cómo pueden estar relacionados estos trastornos, ninguna de ellas se ha demostrado todavía.
- **Depresión.** Los síntomas de depresión son comunes en personas con diabetes tipo 1 y tipo 2. La depresión puede afectar el manejo de la diabetes.

EN BIOMER TE HAREMOS EL DIAGNOSTICO PRIMARIO CON LA RESONANCIA CELULAR PARA SABER EL DANO REAL DE TU CUERPO, TE DAREMOS TRATAMIENTO HOMOTOXICOLOGICO, AJUSTAREMOS Y MODIFICAREMOS TUS MEDICAMENTOS, TE DAREMOS UN PLAN DE ALIMENTACION Y CON ESTAS MEDIDAS TU NIVELES DE GLUCOSA SE REGULARAN Y SE CORREGUIRAN MUCHOS DE TUS SINTOMAS LLEVANDOTE ASI A RECUPERAR TU SALUD Y MEJORAR TU CALIDAD DE VIDA

## HIPERTENSION

La presión arterial alta (hipertensión) es una afección frecuente en la que la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes de tus arterias con el transcurso del tiempo es lo suficientemente alta como para poder causarte problemas de salud, como una enfermedad cardíaca.

La presión arterial está determinada tanto por la cantidad de sangre que el corazón bombea como por el grado de resistencia al flujo de la sangre en las arterias. Cuanta más sangre tu corazón bombee y cuanto más estrechas estén tus arterias, mayor será tu presión arterial. La lectura de la presión arterial se determina en milímetros de mercurio (mm Hg). Tiene dos números.

- **Valor superior (presión sistólica).** El primero, o superior, mide la presión en las arterias cuando el corazón late.
- **Valor inferior (presión diastólica).** El segundo, o inferior, mide la presión en las arterias entre los latidos.

Se puede tener presión arterial alta durante años sin presentar ningún síntoma. La presión arterial alta no controlada aumenta el riesgo de padecer graves problemas de salud, como el ataque cardíaco y el accidente cerebrovascular. Afortunadamente, la presión arterial alta se puede detectar fácilmente. Y, una vez que sabes que tienes presión arterial alta, puedes trabajar con tu médico para controlarla.

## SÍNTOMAS

La mayoría de las personas con presión arterial alta no tienen signos ni síntomas, incluso si las lecturas de presión arterial alcanzan niveles peligrosamente elevados.

Algunas personas con presión arterial alta pueden tener dolor de cabeza, dificultad para respirar o sangrado nasal, pero estos signos y síntomas no son específicos y, por lo general, no se presentan hasta que dicho trastorno alcanza una etapa grave o potencialmente fatal.

## CAUSAS

Existen dos tipos de presión arterial alta.

## Hipertensión primaria (esencial)

En la mayoría de los adultos, no hay una causa identificable de presión arterial alta. Este tipo de presión arterial alta, denominada hipertensión primaria (esencial), suele desarrollarse gradualmente en el transcurso de muchos años.

## Hipertensión secundaria

Algunas personas tienen presión arterial alta causada por una enfermedad subyacente. Este tipo de presión arterial alta, llamada hipertensión arterial secundaria, tiende a aparecer repentinamente y causa una presión arterial más alta que la hipertensión primaria. Diversos trastornos y medicamentos pueden producir hipertensión arterial secundaria, entre ellos:

- Apnea obstructiva del sueño
- Enfermedad renal
- Tumores de la glándula suprarrenal
- Problemas de tiroides
- Ciertos defectos de nacimiento (congénitos) en los vasos sanguíneos
- Ciertos medicamentos, como las píldoras anticonceptivas, los antigripales, los descongestionantes, los analgésicos de venta libre y algunos medicamentos con receta médica
- Drogas ilícitas, como la cocaína y las anfetaminas

## FACTORES DE RIESGO

La presión arterial alta tiene muchos factores de riesgo, tales como:

- **Edad.** El riesgo de tener presión arterial alta aumenta a medida que envejeces. Hasta aproximadamente los 64 años, la presión arterial alta es más frecuente en los hombres. Las mujeres tienen más probabilidades de desarrollar presión arterial alta después de los 65 años.
- **Antecedentes familiares.** La presión arterial alta suele ser hereditaria.

- **Sobrepeso u obesidad.** Cuanto más pesas, más sangre necesitas para suministrarles oxígeno y nutrientes a los tejidos. A medida que la cantidad de sangre que fluye a través de los vasos sanguíneos aumenta, también lo hace la presión en las paredes de las arterias.
- **Falta de actividad física.** Las personas que no están físicamente activas tienden a tener una mayor frecuencia cardíaca. Cuanto mayor es la frecuencia cardíaca, más deberá trabajar el corazón con cada contracción, y mayor será la fuerza sobre las arterias. La falta de actividad física también aumenta el riesgo de tener sobrepeso.
- **Consumo de tabaco.** Fumar o mascar tabaco no solo aumenta de inmediato la presión arterial en forma temporal, sino que las sustancias químicas que contiene el tabaco pueden dañar el recubrimiento de las paredes de las arterias. Esto puede provocar el estrechamiento de las arterias y aumentar el riesgo de sufrir enfermedades cardíacas. El tabaquismo pasivo también puede aumentar el riesgo de padecer estas enfermedades.
- **Alto contenido de sal (sodio) en tu dieta.** Demasiado sodio en tu dieta puede hacer que tu cuerpo retenga líquido, lo que aumenta la presión arterial.
- **Cantidad insuficiente de potasio en tu dieta.** El potasio ayuda a equilibrar la cantidad de sodio en las células. Un equilibrio adecuado de potasio es fundamental para mantener una buena salud del corazón. Si no obtienes suficiente potasio con tu dieta o pierdes demasiado potasio debido a la deshidratación u otras afecciones, el sodio puede acumularse en la sangre.
- **Consumo excesivo de alcohol.** Con el tiempo, beber en exceso puede dañar el corazón. Beber más de una copa al día para las mujeres y más de dos al día para los hombres puede afectar la presión arterial.

Si consumes alcohol, hazlo con moderación. Para los adultos sanos, beber con moderación significa una copa al día para las mujeres y dos al día para los hombres. Una copa equivale a 12 onzas (350 mL) de cerveza, 5 onzas (147 mL) de vino o 1,5 onzas (44 mL) de licor con graduación de 80 grados.

- **Estrés.** Los niveles altos de estrés pueden provocar un aumento temporal de la presión arterial. Los hábitos relacionados con el estrés, como comer en exceso, fumar o beber alcohol, pueden provocar un mayor aumento de la presión arterial.

- **Ciertas enfermedades crónicas.** Ciertas enfermedades crónicas también pueden aumentar el riesgo de tener presión arterial alta, incluidas la enfermedad renal, la diabetes y la apnea del sueño.

A veces, el embarazo también contribuye a que se produzca la presión arterial alta.

Aunque la presión arterial alta es más frecuente en los adultos, los niños también pueden estar en riesgo. En algunos niños, la presión arterial alta se debe a problemas en los riñones o en el corazón. Sin embargo, para una cantidad cada vez mayor de niños, los malos hábitos del estilo de vida, como una alimentación poco saludable y la falta de ejercicio, contribuyen a que tengan la presión arterial alta.

## COMPLICACIONES

El exceso de presión en las paredes de las arterias que provoca la presión arterial alta puede dañar los vasos sanguíneos y los órganos. Mientras más alta sea la presión arterial y más tiempo pase sin controlarse, mayor será el daño.

La presión arterial alta no controlada puede ocasionar complicaciones como las siguientes:

- **Ataque cardíaco o accidente cerebrovascular.** La presión arterial alta puede endurecer y engrosar las arterias (ateroesclerosis), lo cual puede ocasionar un ataque cardíaco, un accidente cerebrovascular u otras complicaciones.
- **Aneurisma.** El aumento de la presión arterial puede causar el debilitamiento de los vasos sanguíneos y la aparición de protuberancias en ellos, lo que provoca la formación de un aneurisma. Si se rompe un aneurisma, puede ser mortal.
- **Insuficiencia cardíaca.** Para bombear sangre con mayor presión en los vasos sanguíneos, el corazón debe realizar mayores esfuerzos. Esto hace que las paredes de la cámara de bombeo del corazón se engrosen (hipertrofia ventricular izquierda). Con el tiempo, el músculo engrosado tiene más dificultades para bombear la cantidad suficiente de sangre para cubrir las necesidades del cuerpo, lo que puede ocasionar insuficiencia cardíaca.
- **Vasos sanguíneos debilitados y estrechos en los riñones.** Esto puede provocar el funcionamiento anormal de estos órganos.

- **Vasos sanguíneos engrosados, estrechos o rotos en los ojos.** Esto puede ocasionar la pérdida de la vista.
- **Síndrome metabólico.** Este síndrome es un grupo de trastornos del metabolismo del cuerpo que incluye un aumento del tamaño de la cintura, niveles altos de triglicéridos, niveles bajos de colesterol de lipoproteína de alta densidad (HDL) (el colesterol "bueno"), presión arterial alta y niveles altos de insulina. Estos trastornos pueden incrementar las posibilidades de que tengas diabetes, una enfermedad cardíaca y un accidente cerebrovascular.
- **Problemas de memoria o comprensión.** La presión arterial alta no controlada también puede afectar tu capacidad para pensar, recordar y aprender. Los problemas con la memoria o con la comprensión de conceptos son más comunes en personas con presión arterial alta.
- **Demencia.** El estrechamiento o bloqueo de las arterias puede limitar el flujo sanguíneo al cerebro y generar un cierto tipo de demencia (demencia vascular). Un accidente cerebrovascular que interrumpe el flujo sanguíneo hacia el cerebro también puede causar demencia vascular.
- EN BIOMER TE HAREMOS EL DIAGNOSTICO PRIMARIO CON LA RESONANCIA CELULAR PARA SABER EL DANO REAL DE TU CUERPO, TE DAREMOS TRATAMIENTO HOMOTOXICOLOGICO, AJUSTAREMOS Y MODIFICAREMOS TUS MEDICAMENTOS, TE DAREMOS UN PLAN DE ALIMENTACION Y CON ESTAS MEDIDAS TU NIVELES DE HIPERTENSION SE REGULARAN Y SE CORREGUIRAN MUCHOS DE TUS SINTOMAS LLEVANDOTE ASI A RECUPERAR TU SALUD Y MEJORAR TU CALIDAD DE VIDA

## ARTRITIS REUMATOIDE

La artritis reumatoide es una enfermedad autoinmunitaria. Generalmente, tu sistema inmunitario ayuda a proteger el cuerpo de una infección o de una enfermedad. En la artritis reumatoide, el sistema inmunitario ataca el tejido sano en las articulaciones. También puede causar problemas médicos en el corazón, los pulmones, los nervios, los ojos y la piel.

Los médicos no saben lo que inicia este proceso,

## FACTORES DE RIESGO

Los factores que pueden aumentar el riesgo de padecer artritis reumatoide incluyen:

- **El sexo.** Las mujeres son más propensas que los hombres a desarrollar artritis reumatoide.
- **Edad.** La artritis reumatoide se puede producir a cualquier edad, pero más frecuentemente comienza a mediana edad.
- **Antecedentes familiares.** Si un familiar padece artritis reumatoide, el riesgo de que padezcas la enfermedad puede ser mayor.
- **Tabaquismo.** Fumar cigarrillos aumenta el riesgo de desarrollar artritis reumatoide, especialmente si tienes una predisposición genética a desarrollar la enfermedad. Fumar también parece estar asociado a una gravedad mayor de la enfermedad.

## COMPLICACIONES

La artritis reumatoide aumenta el riesgo de desarrollar:

- **Osteoporosis.** La artritis reumatoide en sí, junto con algunos medicamentos utilizados para tratar la artritis reumatoide, pueden aumentar tu riesgo de osteoporosis, una afección que debilita los huesos y los hace más propensos a las fracturas.

- **Nódulos reumatoides.** Estos bultos firmes de tejido se forman con mayor frecuencia alrededor de los puntos de presión, como los codos. Sin embargo, estos nódulos pueden formarse en cualquier parte del cuerpo, incluidos el corazón y los pulmones.
- **Sequedad en los ojos y la boca.** Las personas que tienen artritis reumatoide son mucho más propensas a desarrollar el síndrome de Sjogren, un trastorno que disminuye la cantidad de humedad en los ojos y la boca.
- **Infecciones.** La artritis reumatoide en sí y muchos de los medicamentos utilizados para combatirla pueden dañar el sistema inmunitario y provocar un aumento de las infecciones. Protégete con vacunas para prevenir enfermedades como la gripe, la neumonía, la culebrilla y la COVID-19.
- **Problemas cardíacos.** La artritis reumatoide puede aumentar el riesgo de endurecimiento y obstrucción de las arterias, así como la inflamación del saco que rodea el corazón.
- **Enfermedad pulmonar.** Las personas con artritis reumatoide tienen un mayor riesgo de inflamación y proceso de cicatrización de los tejidos pulmonares, lo que puede provocar una falta de aire progresiva.
- **Linfoma.** La artritis reumatoide aumenta el riesgo de linfoma, un grupo de cánceres de la sangre que se desarrollan en el sistema linfático

EN BIOMER TE HAREMOS EL DIAGNOSTICO PRIMARIO CON LA RESONANCIA CELULAR PARA SABER EL DANO REAL DE TU CUERPO, TE DAREMOS TRATAMIENTO HOMOTOXICOLOGICO, AJUSTAREMOS Y MODIFICAREMOS TUS MEDICAMENTOS, TE DAREMOS UN PLAN DE ALIMENTACION Y CON ESTAS MEDIDAS RE REFORZARA TU SISTEMA INMUNOLOGICO Y SE CORREGIRAN MUCHOS DE TUS SINTOMAS LLEVANDOTE ASI A RECUPERAR TU SALUD Y MEJORAR TU CALIDAD DE VIDA

## **OBESIDAD**

La obesidad es una enfermedad compleja que consiste en tener una cantidad excesiva de grasa corporal. La obesidad no es solo un problema estético. Es un problema médico que aumenta el riesgo de enfermedades y problemas de salud, como enfermedades cardíacas, diabetes, presión arterial alta y determinados tipos de cáncer.

Hay muchas razones por las que algunas personas tienen dificultad para perder peso. Por lo general, la obesidad es el resultado de factores hereditarios, fisiológicos y del entorno combinados con la dieta, la actividad física y las opciones de ejercicio.

Lo bueno es que incluso una modesta pérdida de peso puede mejorar o prevenir los problemas de salud relacionados con la obesidad. Una dieta más saludable, un mayor nivel de actividad física y los cambios de conducta pueden ayudarte a bajar de peso. Los medicamentos recetados y los procedimientos para bajar de peso son opciones adicionales para tratar la obesidad.

## **SÍNTOMAS**

El índice de masa corporal (IMC) se suele utilizar para diagnosticar la obesidad. Para calcular el índice de masa corporal y valor normal debe estar entre 18.5 a 24.9

Muchos médicos también miden la circunferencia de la cintura de una persona para ayudar a orientar las decisiones de tratamiento. Los problemas de salud relacionados con el peso son más comunes en los hombres con una circunferencia de la cintura superior a 40 pulgadas (102 centímetros) y en las mujeres con una medida de cintura superior a 35 pulgadas (89 centímetros)

## **CAUSAS**

Aunque existen influencias genéticas, conductuales, metabólicas y hormonales en el peso corporal, la obesidad ocurre cuando se ingieren más calorías de las que se queman con las actividades diarias normales y el ejercicio. El cuerpo almacena ese exceso de calorías en forma de grasa.

## FACTORES DE RIESGO

La obesidad suele ser el resultado de una combinación de causas y factores que contribuyen a la misma.

### Herencia e influencias familiares

#### Opciones de estilo de vida

- **Dieta no saludable.** Una dieta que contiene muchas calorías, mucha comida rápida, bebidas altamente calóricas y porciones demasiado grandes, pero pocas frutas y vegetales contribuye al aumento de peso.
- **Calorías líquidas.** Las personas beben muchas calorías sin sentir saciedad, especialmente las calorías provenientes del alcohol. Otras bebidas altas en calorías, como los refrescos azucarados, pueden contribuir a un aumento significativo de peso.
- **Inactividad.** Si tienes un estilo de vida sedentario, es muy fácil que todos los días ingieras más calorías de las que quemas cuando haces ejercicio y realizas actividades cotidianas normales. Mirar las pantallas de computadoras, tabletas y teléfonos es una actividad sedentaria. La cantidad de horas que pasas frente a una pantalla está altamente asociada con el aumento de peso.

#### Ciertas enfermedades y medicamentos

En algunas personas, la obesidad puede tener una causa médica, como el síntoma de Prader-Willi, el síndrome de Cushing u otros trastornos hormonales.

Algunos medicamentos pueden provocar aumento de peso si no los compensas con dieta o con actividad física. Entre estos medicamentos, encontramos a algunos antidepresivos, medicamentos anticonvulsivos, medicinas para la diabetes, medicaciones antipsicóticas, esteroides y betabloqueantes.

#### Problemas sociales y económicos.

Hay factores sociales y económicos relacionados con la obesidad. Evitar la obesidad es difícil si no tienes áreas seguras para caminar o hacer ejercicio. De manera similar, es posible que no te hayan enseñado formas saludables de cocinar o quizá no tengas acceso a alimentos más

saludables. Además, las personas con las que pasas tiempo pueden influir en tu peso; es más probable que desarrolles obesidad si tienes amigos o parientes obesos.

## **Edad**

La obesidad puede ocurrir a cualquier edad, incluso, en niños pequeños. Sin embargo, a medida que envejeces, los cambios hormonales y un estilo de vida menos activo aumentan el riesgo de padecer obesidad. Asimismo, la cantidad de músculo en el cuerpo tiende a disminuir con la edad. Generalmente, la disminución de la masa muscular conduce a una disminución del metabolismo. Estos cambios también reducen las calorías que necesitas, por lo que pueden hacer que resulte más difícil evitar el exceso de peso. Si no controlas de forma consciente lo que comes y no haces más actividad física a medida que envejeces, es probable que aumentes de peso.

## **Otros factores**

- **Embarazo.** El aumento de peso es común durante el embarazo. Para algunas mujeres, después del nacimiento del bebé, es difícil perder ese peso que aumentaron. Ese aumento de peso puede contribuir al desarrollo de la obesidad en las mujeres.
- **Dejar de fumar.** Con frecuencia, dejar de fumar está asociado con el aumento de peso. Para algunas personas, puede llevar a un aumento de peso suficiente para calificar como obesidad. A menudo, esto sucede cuando la gente usa los alimentos para hacer frente a la abstinencia del hábito de fumar. Sin embargo, a largo plazo, dejar de fumar sigue siendo un beneficio mayor para la salud que continuar fumando. El médico te puede ayudar a prevenir el aumento de peso después de dejar de fumar.
- **Falta de sueño.** No dormir lo suficiente o dormir demasiado puede provocar cambios hormonales que aumentan el apetito. También es posible que sientas ganas de comer alimentos con alto contenido de calorías e hidratos de carbono, que pueden contribuir al aumento de peso.
- **Estrés.** Muchos factores externos que afectan el estado de ánimo y el bienestar pueden contribuir a la obesidad. Las personas a menudo buscan más alimentos ricos en calorías cuando sufren situaciones estresantes.

- **Microbioma.** Las bacterias intestinales se ven afectadas por lo que comes y pueden contribuir al aumento de peso o a la dificultad para bajar de peso.

Incluso si tienes uno o más de estos factores de riesgo, esto no significa que estés destinado a desarrollar obesidad. Puedes contrarrestar la mayoría de los factores de riesgo mediante dieta, actividad física y ejercicio, así como a través de cambios de comportamiento.

## COMPLICACIONES

Es más probable que las personas con obesidad desarrollen diversos problemas de salud potencialmente graves, tales como:

- **Enfermedad cardíaca y accidentes cerebrovasculares.** La obesidad aumenta las probabilidades de tener hipertensión arterial y niveles anormales de colesterol, que son factores de riesgo para la enfermedad cardíaca y los accidentes cerebrovasculares.
- **Diabetes tipo 2.** La obesidad puede afectar la manera en que el cuerpo usa la insulina para controlar los niveles de glucosa en la sangre. Esto aumenta el riesgo de resistencia a la insulina y de diabetes.
- **Ciertos cánceres.** La obesidad puede aumentar el riesgo de cáncer uterino, cuello del útero, endometrio, ovarios, mama, colon, recto, esófago, hígado, vesícula, páncreas, riñón y próstata.
- **Problemas digestivos.** La obesidad aumenta la probabilidad de desarrollar acidez estomacal, enfermedad de la vesícula biliar y problemas hepáticos. **HIGADO**

### GRASO

- **Apnea del sueño.** Las personas con obesidad son más propensas a tener apnea del sueño, un trastorno potencialmente grave en el que la respiración se detiene y se reanuda de forma repetida durante el sueño.
- **Artrosis.** La obesidad aumenta la presión ejercida sobre las articulaciones con carga completa del peso corporal, además de facilitar la inflamación dentro del cuerpo. Estos factores pueden ocasionar complicaciones como la artrosis.
- **Síntomas graves de la COVID-19.** La obesidad aumenta el riesgo de desarrollar síntomas graves si te infectas con la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19).

Las personas que tienen casos graves de COVID-19 pueden requerir tratamiento en unidades de cuidados intensivos o incluso asistencia mecánica para respirar.

### **Calidad de vida**

La obesidad puede disminuir la calidad de vida en general. Es posible que no puedas hacer las actividades físicas de las que solías disfrutar. Tal vez evites los lugares públicos. Las personas con obesidad pueden incluso sufrir discriminación.

Otros problemas relacionados con el peso que pueden afectar tu calidad de vida son los siguientes:

- Depresión
- Discapacidad
- Vergüenza y culpa
- Aislamiento social
- Menor rendimiento en el trabajo

EN BIOMER TE HAREMOS EL DIAGNOSTICO PRIMARIO CON LA RESONANCIA CELULAR PARA SABER EL DANO REAL DE TU CUERPO, TE DAREMOS TRATAMIENTO HOMOTOXICOLOGICO, AJUSTAREMOS Y MODIFICAREMOS TUS MEDICAMENTOS, TE DAREMOS UN PLAN DE ALIMENTACION Y CON ESTAS MEDIDAS TU SISTEMA SE DESINTOXICARA Y COMENZARAS A BAJAR DE PESO SE REGULARAN Y SE CORREGUIRAN MUCHOS DE TUS SINTOMAS LLEVANDOTE ASI A RECUPERAR TU SALUD Y MEJORAR TU CALIDAD DE VIDA

## **ALERGIAS**

Las alergias aparecen cuando el sistema inmunitario reacciona ante una sustancia extraña (como el polen, el veneno de abejas o la caspa de las mascotas) o un alimento que no provoca una reacción en la mayoría de las personas.

Tu sistema inmunitario produce sustancias conocidas como «anticuerpos». Cuando tienes alergias, tu sistema inmunitario produce anticuerpos que identifican a un alérgeno en particular como dañino, incluso si no lo es. Cuando entras en contacto con el alérgeno, la reacción de tu sistema inmunitario puede hacer que la piel, los senos paranasales, las vías respiratorias o el aparato digestivo se inflamen.

La gravedad de las alergias varía según la persona y puede ir desde una irritación menor hasta anafilaxis (una situación de emergencia potencialmente mortal). Si bien la mayoría de las alergias no tienen cura, los tratamientos pueden ayudarte a aliviar los síntomas de alergia.

## **SÍNTOMAS**

Los síntomas de la alergia, que dependen de la sustancia involucrada, pueden afectar las vías respiratorias, los senos y fosas nasales, la piel y el aparato digestivo. Las reacciones alérgicas pueden ir de leves a graves. En algunos casos graves, las alergias pueden desencadenar una reacción que puede poner en riesgo la vida, la cual se conoce como «anafilaxia».

La **fiebre del heno**, también llamada «rinitis alérgica», puede provocar:

- Estornudos
- Picazón en la nariz, en los ojos o el paladar

- Mocos, nariz congestionada
- Ojos llorosos, irritados o hinchados (conjuntivitis)

**Una alergia alimentaria** puede causar:

- Hormigueo en la boca
- Hinchazón en los labios, lengua, rostro o garganta
- Urticaria
- Anafilaxia

**Una alergia por una picadura de insecto** puede causar:

- Una zona de una gran hinchazón (edema) en el lugar de la picadura
- Picazón o urticaria en todo el cuerpo
- Tos, opresión en el pecho, sibilancia o falta de aire
- Anafilaxia

**Una alergia a un medicamento** puede causar:

- Urticaria
- Picazón en la piel
- Erupción cutánea
- Hinchazón en la cara
- Sibilancia
- Anafilaxia

La **dermatitis atópica**, trastorno alérgico de la piel también llamado «eccema», puede provocar:

- Picazón
- Enrojecimiento
- Hojuelas o escamas

## Anafilaxia

Algunos tipos de alergias, como las alergias a alimentos y a picaduras de insectos, pueden desencadenar una reacción grave conocida como «anafilaxia». La anafilaxia, una emergencia médica que pone en riesgo la vida, puede hacer que entres en estado de choque. Algunos de los signos y síntomas de la anafilaxia son los siguientes:

- Pérdida del conocimiento
- Caída de la presión arterial
- Grave dificultad para respirar
- Erupción cutánea
- Aturdimiento
- Pulso rápido y débil
- Náuseas y vómitos

## CAUSAS

Una **alergia comienza cuando tu sistema inmunitario confunde una sustancia normalmente inofensiva con un invasor peligroso. El sistema inmunitario produce anticuerpos que permanecen alertas con respecto a ese alérgeno en particular. Cuando vuelves a estar expuesto al alérgeno, estos anticuerpos pueden liberar una cantidad de químicos del sistema inmunitario, como la histamina, que causan síntomas de alergia.**

Algunos de los causantes más frecuentes de alergia son:

- **Alérgenos aéreos**, como el polen, la caspa de mascotas, los ácaros del polvo y el moho
- **Ciertos alimentos**, en especial el maní, frutos secos, trigo, soja, pescado, mariscos, huevos y leche
- **Picaduras de insectos**, como las de abeja o de avispa
- **Medicamentos**, en especial la penicilina o antibióticos basados en la penicilina

- **Látex u otras sustancias que toques**, que pueden causar reacciones alérgicas en la piel

## **FACTORES DE RIESGO**

Es más probable tengas una alergia si ocurre lo siguiente:

- **Tienes antecedentes familiares de asma o alergias**, como rinitis alérgica (fiebre del heno), urticaria o eccema
- **Eres un niño**
- **Tienes asma** u otra afección alérgica

## **COMPLICACIONES**

Tener alergia aumenta el riesgo de padecer otros problemas médicos como los siguientes:

- **Anafilaxia.** Si tienes alergias graves, tienes un riesgo mayor de tener esta reacción grave inducida por la alergia. Los alimentos, los medicamentos y las picaduras de insectos son los detonantes más comunes de la anafilaxia.
- **Asma.** Si tienes alergia, tienes mayor probabilidad de tener asma, una reacción del sistema inmunitario que afecta las vías respiratorias y la respiración. En muchos casos, el asma se desencadena por la exposición a un alérgeno en el entorno (asma inducido por la alergia).
- **Sinusitis e infecciones de los oídos o pulmones.** El riesgo de contraer estas afecciones es mayor si tienes fiebre del heno o asma.

EN BIOMER TE HAREMOS EL DIAGNOSTICO PRIMARIO CON LA RESONANCIA CELULAR PARA SABER EL DANO REAL DE TU CUERPO, TE DAREMOS TRATAMIENTO HOMOTOXICOLOGICO, AJUSTAREMOS Y MODIFICAREMOS TUS MEDICAMENTOS, TE DAREMOS UN PLAN DE ALIMENTACION Y CON ESTAS MEDIDAS TU SISTEMA SE DESINTOXICARA Y REFORZAREMOS TU SISTEMA INMUNOLOGICO Y ASI SE REGULARAN Y SE CORREGUIRAN MUCHOS DE TUS SINTOMAS LLEVANDOTE ASI A RECUPERAR TU SALUD Y MEJORAR TU CALIDAD DE VIDA

## **DOLOR ARTICULAR**

### **Causas**

Estas son algunas de las causas del dolor articular:

- Enfermedad de Still del adulto
- Espondiloartritis anquilosante
- Necrosis avascular (muerte de tejido óseo debido a la falta de flujo sanguíneo)
- Cáncer de huesos
- Fractura de huesos
- Bursitis (inflamación de las articulaciones)
- Síndrome de dolor regional complejo (dolor crónico debido a una disfunción del sistema nervioso)
- Fibromialgia
- Artritis gonocócica
- Gota (artritis relacionada con el exceso de ácido úrico)
- Hipotiroidismo (tiroides hipoactiva)
- Artritis idiopática juvenil (anteriormente conocida como «artritis reumatoide juvenil»)
- Leucemia
- Lupus
- Enfermedad de Lyme

- Osteoartritis (enfermedad que causa la ruptura de las articulaciones)
- Osteomielitis (un infección ósea)
- Enfermedad ósea de Paget
- Polimialgia reumática
- Seudogota
- Artritis psoriásica
- Artritis reactiva
- Fiebre reumática
- Artritis reumatoide (enfermedad inflamatoria de las articulaciones)
- Raquitismo
- Sarcoidosis (grupos de células inflamatorias en el cuerpo)
- Artritis séptica
- Esguinces
- Tendinitis

EN BIOMER TE HAREMOS EL DIAGNOSTICO PRIMARIO CON LA RESONANCIA CELULAR PARA SABER EL DANO REAL DE TU CUERPO, TE DAREMOS TRATAMIENTO HOMOTOXICOLOGICO, AJUSTAREMOS Y MODIFICAREMOS TUS MEDICAMENTOS, TE DAREMOS UN PLAN DE ALIMENTACION Y CON ESTAS MEDIDAS TU SISTEMA SE DESINTOXICARA, REFORZAREMOS TU SISTEMA INMUNOLOGICO Y ASI SE REGULARAN Y SE CORREGUIRAN MUCHOS DE TUS SINTOMAS LLEVANDOTE ASI A RECUPERAR TU SALUD Y MEJORAR TU CALIDAD DE VIDA

## **ALZHEIMER**

La enfermedad de Alzheimer es un trastorno neurológico progresivo que hace que el cerebro se encoja (atrofia) y que las neuronas cerebrales mueran. La enfermedad de Alzheimer es la causa más común de demencia, un deterioro continuo en el pensamiento, el comportamiento y las habilidades sociales que afecta la capacidad de una persona para vivir de forma independiente..

Los signos tempranos de la enfermedad incluyen el olvido de eventos o conversaciones recientes. A medida que la enfermedad progresa, una persona con enfermedad de Alzheimer presentará un grave deterioro de la memoria y perderá la capacidad para llevar a cabo las tareas cotidianas.

Los medicamentos pueden mejorar temporalmente los síntomas o retardar su progresión. Estos tratamientos pueden ayudar a las personas con enfermedad de Alzheimer a prolongar al máximo sus funciones y a desenvolverse de forma independiente por un tiempo. Existen diferentes programas y servicios para brindar apoyo a las personas con enfermedad de Alzheimer y a sus cuidadores.

No hay ningún tratamiento que cure la enfermedad de Alzheimer o que altere la evolución de la enfermedad en el cerebro. En las etapas avanzadas de la enfermedad, las complicaciones derivadas de la pérdida grave de la función cerebral (como la

Síntomas

La pérdida de memoria es un síntoma clave de la enfermedad de Alzheimer. Los primeros signos incluyen dificultad para recordar eventos o conversaciones recientes. A medida que la enfermedad avanza, los problemas de memoria empeoran y se desarrollan otros síntomas.

Al principio, una persona con la enfermedad de Alzheimer puede ser consciente de que tiene dificultades para recordar las cosas y organizar los pensamientos. Es más probable que un familiar o un amigo note cómo empeoran los síntomas.

Los cambios que la enfermedad de Alzheimer produce en el cerebro generan problemas que van en aumento y que afectan lo siguiente:

## **Memoria**

Todo el mundo tiene lagunas mentales ocasionales, pero la pérdida de la memoria asociada con la enfermedad de Alzheimer persiste, empeora y afecta la capacidad para desempeñarse en el trabajo y en el hogar.

Las personas con enfermedad de Alzheimer pueden exhibir las siguientes conductas:

- Repetir afirmaciones y preguntas una y otra vez
- Olvidarse de conversaciones, citas o eventos, y no recordarlos después
- Colocar sistemáticamente objetos personales en el lugar equivocado, a menudo en lugares absurdos
- Perdersen lugares que ya conocen
- Finalmente, olvidarse de los nombres de familiares y objetos de uso cotidiano
- Tener problemas para identificar objetos con las palabras correctas, expresar pensamientos o participar en conversaciones

## **El pensamiento y el razonamiento**

La enfermedad de Alzheimer causa problemas para concentrarse y pensar, en especial sobre conceptos abstractos, como los números.

Realizar múltiples tareas a la vez también resulta particularmente difícil, y controlar las finanzas, poner al día las cuentas y pagar las facturas en forma puntual son tareas que pueden plantear un desafío. A la larga, una persona con enfermedad de Alzheimer no puede reconocer y manejar los números.

### **Hacer valoraciones y tomar decisiones**

La enfermedad de Alzheimer provoca un deterioro en la capacidad de tomar decisiones y juicios razonables en situaciones cotidianas. Por ejemplo, una persona puede tomar elecciones malas o inusuales en las interacciones sociales o usar ropa inapropiada para el clima. Puede ser más difícil responder de manera eficaz a los problemas de todos los días, como si se quema la comida sobre la hornalla o si se enfrenta una situación imprevista mientras se conduce.

### **Planificar y realizar actividades familiares**

A medida que la enfermedad empeora, las actividades que, en algún momento, fueron parte de la rutina y que requerían el seguimiento de pasos secuenciales, como planear y elaborar una comida o jugar un juego favorito, se transforman en una dificultad. Con el tiempo, las personas con la enfermedad de Alzheimer avanzada a menudo se olvidan de cómo hacer tareas básicas, como vestirse y bañarse.

### **Cambios en la personalidad y en la conducta**

Los cambios cerebrales que se producen en la enfermedad de Alzheimer pueden afectar el estado de ánimo y el comportamiento. Los problemas pueden incluir los siguientes:

- Depresión
- Apatía
- Aislamiento social
- Cambios de humor.
- Desconfianza en los demás
- Irritabilidad y agresividad
- Cambios en los patrones de sueño

- Desorientación
- Pérdida de la inhibición
- Delirios, como creer que te robaron

### **Habilidades preservadas**

Muchas habilidades importantes se preservan por largos períodos incluso mientras los síntomas empeoran. Las habilidades preservadas pueden incluir leer o escuchar libros, contar historias y recordar, cantar, escuchar música, bailar, dibujar o hacer manualidades.

Estas habilidades pueden preservarse por más tiempo porque las controla una parte del cerebro que se afecta más adelante en el curso de la enfermedad.

### **CAUSAS**

Las causas exactas de la enfermedad de Alzheimer no se comprenden en su totalidad. Pero a un nivel básico, las proteínas del cerebro no funcionan con normalidad, lo que interrumpe el trabajo de las neuronas cerebrales y provoca una serie de eventos tóxicos. Las neuronas se dañan, pierden las conexiones entre sí y finalmente mueren.

Los científicos creen que, en la mayoría de los casos, la enfermedad de Alzheimer es consecuencia de una combinación de factores genéticos, ambientales y del estilo de vida que afectan el cerebro a lo largo del tiempo.

Menos del 1 % de las veces, la enfermedad de Alzheimer ocurre por cambios genéticos específicos que prácticamente garantizan que una persona padecerá la enfermedad. Estos casos raros suelen dar lugar a la aparición de la enfermedad en la mediana edad.

El daño comienza más a menudo en la región del cerebro que controla la memoria, pero el proceso comienza años antes de los primeros síntomas. La pérdida de neuronas se extiende en un patrón algo predecible a otras regiones del cerebro. En la etapa avanzada de la enfermedad, el tejido cerebral está considerablemente reducido.

Los investigadores que tratan de entender la causa de la enfermedad de Alzheimer se centran en el papel de dos proteínas:

- **Placas.** El beta amiloide es un fragmento de una proteína más grande. Cuando estos fragmentos se agrupan, parecen tener un efecto tóxico en las neuronas e interrumpen la comunicación entre células. Estos grupos forman depósitos más grandes llamados placas amiloides, que también incluyen otros desechos celulares.
- **Ovillos.** Las proteínas tau juegan un papel en el sistema interno de apoyo y transporte de una neurona para transportar nutrientes y otros materiales esenciales. En la enfermedad de Alzheimer, las proteínas tau cambian de forma y se organizan en estructuras llamadas ovillos neurofibrilares. Los ovillos interrumpen el sistema de transporte y son tóxicos para las neuronas.

## **FACTORES DE RIESGO**

### **Edad**

La edad avanzada es el factor de riesgo que más incide en la enfermedad de Alzheimer. El Alzheimer no es parte del envejecimiento normal, pero a medida que uno envejece la probabilidad de padecer la enfermedad de Alzheimer aumenta.

Por ejemplo, según un estudio, cada año había cuatro nuevos diagnósticos por cada 1000 personas de 65 a 74 años, 32 nuevos diagnósticos por cada 1000 personas de 75 a 84 años y 76 nuevos diagnósticos por cada 1000 personas de 85 años o más.

### **Antecedentes familiares y genética**

El riesgo de desarrollar la enfermedad de Alzheimer es un poco más alto si un familiar de primer grado (padre o hermano) tiene la enfermedad. Todavía se desconoce la mayoría de los mecanismos genéticos de la enfermedad de Alzheimer entre el grupo familiar y es probable que los factores genéticos sean complejos.

Un factor genético más estudiado es una forma del gen apolipoproteína E (APOE). Una variación del gen APOE e4 aumenta el riesgo de padecer la enfermedad de Alzheimer. Aproximadamente del 25 al 30 % de la población lleva un alelo APOE E4, pero no todas las personas con esta variación del gen desarrollan la enfermedad.

Los científicos han identificado cambios raros (mutaciones) en tres genes que prácticamente garantizan que una persona que hereda uno de ellos desarrollará la enfermedad de Alzheimer. Sin embargo, estas mutaciones representan menos del 1 % de las personas con enfermedad de Alzheimer.

### **Síndrome de Down**

Muchas personas con síndrome de Down desarrollan la enfermedad de Alzheimer. Esto probablemente está relacionado con tener tres copias del cromosoma 21 y posteriormente tres copias del gen para la proteína que conduce a la creación de beta-amiloide. Los signos y los síntomas de la enfermedad de Alzheimer suelen aparecer entre 10 y 20 años antes en las personas con síndrome de Down que en las personas de la población general.

### **Sexo**

Parece haber poca diferencia en el riesgo entre hombres y mujeres, pero, en general, hay más mujeres que padecen la enfermedad ya que suelen vivir más que los hombres.

### **Deterioro cognitivo leve**

El deterioro cognitivo leve es un estadio que afecta la memoria u otras habilidades de pensamiento en mayor medida que lo normal para la edad de una persona, pero que no impide que quien lo padece se desenvuelva en entornos sociales o laborales.

Las personas que tienen un deterioro cognitivo leve tienen un riesgo significativo de padecer demencia. Cuando el déficit primario del deterioro cognitivo leve es la memoria, el paciente más probabilidades de padecer demencia causada por la enfermedad de Alzheimer. El diagnóstico del deterioro cognitivo leve anima al paciente a enfocarse más en los cambios de estilo de vida saludable, crear estrategias para compensar la pérdida de memoria y programar citas regulares con el médico para controlar los síntomas.

### **Traumatismo craneal**

Las personas que han sufrido un traumatismo craneal grave corren más riesgo de desarrollar la enfermedad de Alzheimer. Varios estudios de gran envergadura hallaron que en personas de 50 años o más que tuvieron una lesión cerebral traumática, el riesgo de padecer demencia o

enfermedad de Alzheimer es mayor. El riesgo aumenta en personas con lesiones cerebrales traumáticas múltiples y de mayor gravedad. Algunos estudios indican que el riesgo puede ser mayor dentro de los primeros seis meses a dos años después de la lesión cerebral traumática.

### **Contaminación del aire**

Según los estudios hechos en animales, las partículas de la contaminación del aire pueden acelerar la degeneración del sistema nervioso. Y, según los estudios en humanos, la exposición a la contaminación del aire, particularmente por los gases de escape del tráfico y la quema de madera, se asocia con un mayor riesgo de demencia.

### **Consumo excesivo de alcohol**

Se sabe desde hace tiempo que el consumo de grandes cantidades de alcohol provoca cambios en el cerebro. En varios estudios y revisiones de gran envergadura se determinó que los trastornos del consumo de alcohol estaban vinculados a un mayor riesgo de demencia, en particular a la demencia de aparición temprana.

### **Patrones de sueño deficientes**

Según las investigaciones, los patrones de sueño deficientes, como la dificultad para conciliar el sueño o permanecer dormido, están asociados a un mayor riesgo de presentar la enfermedad de Alzheimer.

### **Estilo de vida y salud del corazón**

Las investigaciones demostraron que los mismos factores de riesgo asociados con la enfermedad cardíaca también pueden aumentar el riesgo de la enfermedad de Alzheimer. Algunos de ellos son los siguientes:

- Falta de ejercicio
- Obesidad
- Fumar o ser fumador pasivo
- Presión arterial alta
- Colesterol alto

- Diabetes tipo 2 mal controlada

Todos estos factores pueden modificarse. Por lo tanto, cambiar los hábitos de vida puede, hasta cierto punto, modificar tu riesgo. Por ejemplo, hacer ejercicio regularmente y tener una dieta saludable, baja en grasas y rica en frutas y verduras se asocian con un menor riesgo de desarrollar la enfermedad de Alzheimer.

### **Educación permanente y participación en actividades sociales**

De acuerdo con los estudios realizados, existe una asociación entre la participación permanente en actividades de estímulo mental y social y un menor riesgo de padecer la enfermedad de Alzheimer. Los niveles educativos bajos, inferiores a la formación secundaria, parecen ser un factor de riesgo de la enfermedad de Alzheimer.

### **COMPLICACIONES**

La pérdida de la memoria y del lenguaje, el deterioro del juicio y otros cambios cognitivos causados por la enfermedad de Alzheimer pueden complicar el tratamiento de otras enfermedades. Una persona con la enfermedad de Alzheimer, posiblemente, no pueda hacer lo siguiente:

- Expresar que siente dolor
- Informar síntomas de otra enfermedad
- Seguir un plan de tratamiento indicado
- Informar efectos secundarios de los medicamentos

A medida que la enfermedad de Alzheimer avanza hacia las últimas etapas, los cambios en el cerebro comienzan a afectar las funciones físicas, como tragar, mantener el equilibrio y el control del intestino y de la vejiga. Estos efectos pueden aumentar la vulnerabilidad frente a otros problemas de salud, como los siguientes:

- Inhalación de alimentos o líquidos hacia los pulmones (aspiración)
- Gripe, neumonía y otras infecciones
- Caídas

- Fracturas
- Escaras
- Malnutrición y deshidratación
- Estreñimiento o diarrea
- Problemas dentales como llagas en la boca o caries

## Prevención

La enfermedad de Alzheimer es una enfermedad que no se puede prevenir. Sin embargo, se puede modificar un número de factores de riesgo en nuestro estilo de vida para la enfermedad de Alzheimer. Las pruebas sugieren que los cambios en la alimentación, el ejercicio y los hábitos (pasos para reducir el riesgo de enfermedad cardiovascular) podrían, también, reducir el riesgo de desarrollar enfermedad de Alzheimer y otros trastornos que causan demencia. Las opciones para un estilo de vida saludable para el corazón que pueden reducir el riesgo de enfermedad de Alzheimer incluyen las siguientes:

- Hacer ejercicio en forma regular
- Llevar una alimentación de productos frescos, aceites saludables y alimentos bajos en grasas saturadas, como la dieta mediterránea
- Seguir las pautas de tratamiento para controlar la presión arterial alta, la diabetes y el colesterol alto
- Si fumas, pedirle a tu médico que te ayude a dejar de hacerlo

Los estudios demostraron que participar en eventos sociales, leer, bailar, jugar juegos de mesa, crear arte, tocar instrumentos musicales y otras actividades que requieren un compromiso mental y social ayudan a conservar las capacidades intelectuales en la edad adulta y reducen el riesgo de padecer la enfermedad de Alzheimer.

EN BIOMER TE HAREMOS EL DIAGNOSTICO PRIMARIO CON LA RESONANCIA CELULAR PARA SABER EL DANO REAL DE TU CUERPO, TE DAREMOS TRATAMIENTO HOMOTOXICOLOGICO, AJUSTAREMOS Y MODIFICAREMOS TUS MEDICAMENTOS, TE DAREMOS UN PLAN DE ALIMENTACION Y CON ESTAS MEDIDAS TU SISTEMA SE DESINTOXICARA, REFORZAREMOS TU

SISTEMA CIRCULATORIO Y ASI SE REGULARAN Y SE CORREGUIRAN MUCHOS DE TUS SINTOMAS LLEVANDOTE ASI A RECUPERAR TU SALUD Y MEJORAR TU CALIDAD DE VIDA

## **PROBLEMAS DIGESTIVOS**

Las enfermedades digestivas son trastornos del aparato digestivo, que algunas veces se denomina tracto gastrointestinal (GI).

En la digestión, el alimento y las bebidas se descomponen en pequeñas partes (llamadas nutrientes) que el cuerpo puede absorber y usar como energía y pilares fundamentales para las células.

El aparato digestivo está compuesto por el esófago (tubo de alimento), el estómago, los intestinos grueso y Delgado, el colon, el recto, el hígado, el páncreas y la vesícula biliar.

El primer signo de problemas en el aparato digestivo con frecuencia comprende uno o más de los siguientes síntomas:

- Sangrado
- Distensión
- Estreñimiento
- Diarrea
- Acidez gástrica
- Incontinencia
  
- Náuseas y vómitos
- Dolor en el abdomen
- Problemas para tragar
- Aumento o pérdida de peso

Una enfermedad digestiva es cualquier problema de salud que ocurre en el aparato digestivo. Las afecciones pueden ir de leves (como la intolerancia a la lactosa) a graves (como el cancer). Casi todos los problemas tienen en comun la acidez gástrica y la distension

Otras enfermedades digestivas incluyen:

- Cálculos biliares, colecistitis y colangitis
- Problemas rectales, como fisura anal, hemorroides, proctitis y prolapso rectal
- Problemas del esófago, como estenosis (o estrechamiento), acalasia y esofaguitis
- Problemas estomacales, incluyendo gastritis, úlceras gástricas usualmente causadas por infección por *Helicobacter Pylori* y cáncer
- Problemas hepáticos, como hepatitis B, hepatitis C, cirrosis, insuficiencia hepática y hepatitis alcohólica y autoinmunitaria
- Pancreatitis y pseudoquistes pancreáticos
- Problemas intestinales, como pólipos y cáncer, infecciones, celiaquía, enfermedad de Crohn, colitis ulcerativa, diverticulosis, malabsorción, síndrome del intestino corto e isquemia intestinal
- Enfermedad del reflujo gastroesofágico (ERGE), enfermedad de úlcera péptica y hernia de hiato

y el comun denominador de todos estos problemas son los malos habitos de alimentacion.

EN BIOMER TE HAREMOS EL DIAGNOSTICO PRIMARIO CON LA RESONANCIA CELULAR PARA SABER EL DANO REAL DE TU CUERPO, TE DAREMOS TRATAMIENTO HOMOTOXICOLOGICO, AJUSTAREMOS Y MODIFICAREMOS TUS MEDICAMENTOS, TE DAREMOS UN PLAN DE ALIMENTACION Y CON ESTAS MEDIDAS TU SISTEMA SE DESINTOXICARA, Y ASI SE REGULARAN Y SE CORREGUIRAN MUCHOS DE TUS SINTOMAS LLEVANDOTE ASI A RECUPERAR TU SALUD Y MEJORAR TU CALIDAD DE VIDA

## INSOMNIO Y ANSIEDAD

El **insomnio** es un trastorno del sueño que puede causar una dificultad en la conciliación del sueño (es decir para quedarse dormido), para mantenerlo (despertares durante el sueño) o bien puede ser que uno se despierte y no pueda volver a dormir.

La falta de sueño es mucho más habitual de lo que mucha gente pueda pensar, en realidad casi todo el mundo ha sufrido algún tipo de insomnio en algún momento de la vida. El insomnio provoca un cansancio excesivo y, por lo tanto, una dificultad para llevar a cabo las actividades cotidianas. De manera que puede afectar tu desempeño en diferentes áreas, así como tu estado de ánimo, y la salud de tus relaciones.

### **Cómo la ansiedad puede causar insomnio**

La **ansiedad** es una reacción normal del organismo que se experimenta ante situaciones en que nos sentimos amenazados por un peligro interno o externo, o ante una situación de estrés. Aunque se trata de una reacción normal, **puede convertirse en algo patológico** cuando resulta desproporcionada y demasiado duradera ante el estímulo desencadenante.

Con el estilo de vida ajetreado que llevamos en nuestra sociedad, con muchas demandas y una alta carga de trabajo y exigencia, **la ansiedad es algo cada vez más común**. Esto puede provocar varias alteraciones como ocurre a menudo con el insomnio, lo cual resulta muy molesto.

Así pues a menudo sucede que la ansiedad nos produce una sobreexcitación del sistema provocando pensamientos excesivos, preocupaciones y nerviosismo lo cual se manifiesta en forma de trastornos del sueño.

La buena noticia es que el insomnio por ansiedad no es tan grave como pueda parecer, y que existen herramientas para ayudarte a sobrellevarlo, mejorarlo, y en última instancia resolver el problema.

### **Síntomas del insomnio por ansiedad:**

Cuando el insomnio aparece acompañado de ansiedad, además de la **dificultad para dormir** resulta frecuente la presencia de:

- **Dolores musculares:** debido a las contracciones musculares provocadas por la ansiedad.
- **Cambios de humor o del estado de ánimo:** la falta de descanso provoca irritabilidad o un exceso de sensibilidad.
- **Alteraciones del sistema digestivo:** resulta frecuente encontrar diarrea, estreñimiento o náuseas.
- **Falta de apetito:** el estómago se cierra como consecuencia de la ansiedad.
- **Falta de energía:** al no descansar apropiadamente es frecuente que haya una dificultad de concentración causada por la fatiga.
- Dependiendo del grado de ansiedad puede haber **otros síntomas** como **taquicardia**, sudoración excesiva, palpitaciones, miedos o preocupaciones excesivas, pesadillas, sobresaltos, cefaleas etc.

### **Causas del insomnio por ansiedad**

Los factores que pueden desencadenar el insomnio por ansiedad son diversos, y difieren según el estilo de vida, la predisposición genética y el entorno de cada persona. Resulta esencial conocerlos para saber qué hacer cuando se tiene insomnio y ansiedad. Los **principales factores** son:

- **Niveles de estrés altos:** Es la causa principal, derivada de un exceso de trabajo y/o responsabilidades prolongados en el tiempo, problemas familiares, emocionales
- **Substancias estimulantes:** El consumo de sustancias estimulantes como el café, el té, o el tabaco elimina el sueño; además sustancias como la nicotina que contiene el tabaco elevan los niveles de estrés.

EN BIOMER TE HAREMOS EL DIAGNOSTICO PRIMARIO CON LA RESONANCIA CELULAR PARA SABER EL DANO REAL DE TU CUERPO, TE DAREMOS TRATAMIENTO HOMOTOXICOLOGICO, AJUSTAREMOS Y MODIFICAREMOS TUS MEDICAMENTOS, TE DAREMOS UN PLAN DE ALIMENTACION Y CON ESTAS MEDIDAS TU SISTEMA SE DESINTOXICARA, Y ASI SE REGULARAN Y SE CORREGUIRAN MUCHOS DE TUS SINTOMAS LLEVANDOTE ASI A RECUPERAR TU SALUD Y MEJORAR TU CALIDAD DE VIDA