

REVISTA **R**

Nº 37

Noviembre
y Diciembre
Año 1997.
275 Ptas.

Dietética y Salud

**Cómo
combinar
bien los
alimentos**

**Gimnasia
china para
MENTE y
ESPÍRITU**



**"Cambié
el tabaco
por las
infusiones"**

ÁNGEL CASAS

**TÉCNICAS ORIENTALES DE BELLEZA:
acupuntura, relajación, cromoterapia...**

**CLAVES
para ser
FELI**

**COCINA
vegetariana
para las
FIESTAS**

**SALUD
Todo sobre
los empastes
TÓXICOS**

**Secretos y
símbolos de
la Navidad**



8412170010031

¡Atención a los empastes!

Pueden intoxicar tu organismo con mercurio

Los empastes dentales no son tan inofensivos como parecen. Numerosas investigaciones han demostrado que pueden ser la causa de algunas enfermedades neurológicas, la poliartritis, o ciertas lesiones renales y cerebrales. Juan R. Villaverde expone en este artículo los últimos descubrimientos sobre el tema.

Hace unos siete años se conoció el caso de Nancy Yost, de San José de California, que se encontraba afectada por una esclerosis en placas y que según los informes médicos del momento su enfermedad era "incurable." Por esas fechas se estaba haciendo muy popular el doctor Murray Vimy, científico responsable del comité para el estudio de los efectos del mercurio en el medio ambiente nombrado por la OMS y perteneciente a la universidad de Calgary. Nancy acudió a la consulta de Vimy, apoyada en sus muletas y acompañada de un amigo que la ayudaba en sus movimientos, para extraerse unas amalgamas dentales, porque había tenido noticia de que éstas podían producir un envenenamiento en el cuerpo.

Al día siguiente, Nancy fue a visitarse con su médico de cabecera sin necesidad de sus muletas. Por la noche, ese mismo día, fue a San Francisco a visitar a unos amigos e incluso bailó dos piezas musicales.

Dolores de cabeza, ansiedad, gingivitis, fatiga, náuseas... son algunos síntomas de intoxicación por mercurio.

Esta historia puede parecer de ciencia-ficción, sin embargo es absolutamente real y no es precisamente un caso aislado. Como asegura el doctor Vimy, "no existe ningún margen de tolerancia establecida con exactitud en lo que concierne a la exposición al mercurio contenido en las amalgamas. Estos empastes están formados por una amalgama de plata, cobre, zinc y, por desgracia, mercurio, que constituye el 50% de la amalgama. Son muchos los especialistas que relacionan este mercurio con enfermedades tales como el Alzheimer, la poliartritis, la colagenosis, ciertas lesiones renales y cerebrales, así como con la esclerosis en placas. El problema de las amalgamas es el de la exposición a pequeñas dosis durante mucho tiempo."

Siete empastes de amalgama corresponden a unos 2 gramos de mercurio puro. En Alemania, la media son 12 empastes por ciudadano (de 3 a 4 gramos). Tan sólo un gramo de mercurio conduciría a la muerte por inyección directa. Soportamos esta gran cantidad de mercurio en primer lugar porque está en forma metá-

lica, que es relativamente poco tóxica, y en segundo lugar porque se disuelve y es absorbido por el cuerpo lentamente. A sólo 20 grados centígrados se evapora el mercurio y en esta forma de vapor es altamente tóxico. Al existir en la boca a veces temperaturas de entre 40 y 60 grados, continuamente se libera vapor de mercurio que es absorbido por el cuerpo. Esta liberación de mercurio aumenta al masticar fuertemente, al utilizar pastas dentífricas con flúor, con comidas y bebidas calientes o ácidas, y al fumar y masticar chicles. Investigadores de la Universidad de Erlangen (Alemania) descubrieron que al masticar chicles el contenido de mercurio en la saliva sobrepasaba el valor máximo autorizado de ese metal en el agua potable por el factor 190. Los demás componentes de la amalgama también contaminan el cuerpo, pero el problema principal sigue siendo el mercurio. Así, cada ciudadano ingiere anualmente unos 560 mg del metal a través de sus empastes, y según la regla de Habermann, con dosis pequeñas pero prolongadas se sufre el mismo grado de toxicidad que con intoxicaciones agudas o en corto plazo.

Quizá la clínica más famosa en este tipo de tratamiento sea la del doctor Hal A. Huggins, en Colorado Springs (EE.UU.), donde se tratan algunas enfermedades consideradas como incurables -esclerosis en placas, esclerosis amiotrófica lateral, etcétera- extrayendo las amalgamas de mercurio y efectuando una terapia de quelación. Según declara el doctor Huggins: "el 40% de los pacientes que acuden a mi clínica en silla de ruedas, en una semana pueden comenzar a ponerse de pie, y al final de la segunda semana pueden efectuar una docena de pasos sin ninguna ayuda."

¿Qué repercusiones tiene el mercurio en el cuerpo?

Al principio, el cuerpo intenta acabar con el mercurio, si sus anticuerpos no están ya alterados por otros tóxicos ambientales. La gente que posee un alto nivel de selenio es capaz de soportar el ataque continuo del mercurio durante más tiempo: científicos suecos descubrieron que ese oligoele-

mento acelera la excreción natural del mercurio. En primer lugar, el selenio contrarresta el mercurio como un elemento de enzima. En segundo lugar, forma con el metal tóxico una combinación no tóxica. Pero de esta forma queda desactivado no sólo el mercurio sino también el selenio. La consecuencia es que el nivel de selenio baja y el mercurio puede desarrollar su acción en el cuerpo cada vez más libremente. Numerosos estudios confirman que el mercurio perjudica y bloquea determinadas hormonas, receptores y enzimas. Así, se perturba principalmente el metabolismo en el cerebro, los nervios, las proteínas, las grasas, los hidratos de carbono y las vitaminas. Esto se refleja en múltiples enfermedades que la medicina convencional normalmente no se puede explicar, pues en la formación de los médicos las intoxicaciones apenas se abordan.

Síntomas de la intoxicación por mercurio

Una intoxicación por mercurio puede presentar una multitud de síntomas, como:

1. Temblores (síntomas neurológicos).
2. Gingivitis (síntomas orales locales).
3. Eretismo (síntomas psíquicos).

Los temblores y la gingivitis puede que no aparezcan al principio, pero sí el eretismo, que puede ir acompañado de alguno de los 180 síntomas que han descrito algunos especialistas, entre los que podemos destacar: irritabilidad, inseguridad, ansiedad, confusión, hipersensibilidad, falta de control, dolores de cabeza, fatiga, náuseas, aumento de saliva, etcétera.

¿En qué órganos se deposita preferentemente el mercurio?

El mercurio se va acumulando a lo largo de los años en ciertas partes del cuerpo, sobre todo en:

- el cerebro
- el hígado
- el páncreas
- los riñones
- la glándula tiroides
- la glándula pituitaria
- el sistema inmunitario



Ilustración: Miguel Fernández

Según la OMS, por encima de 50 microgramos de mercurio por metro cúbico de aire, en una habitación o en la sala de un dentista, por ejemplo, se podrían considerar como perjudiciales para la salud. Con medidores especiales, el doctor Gilbert Crussol, miembro del Instituto Antoine Béchamp, ha obtenido valores de entre 400 y 600 microgramos de mercurio en algunas amalgamas, es decir diez veces las dosis admitidas por la OMS.

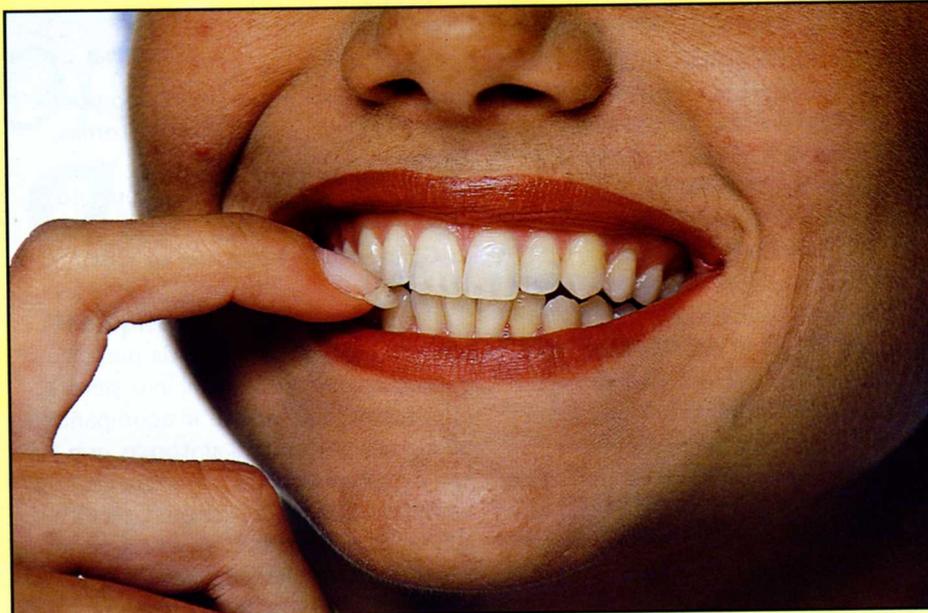
Hoy en día existe una tendencia cada vez mayor, iniciada en 1987 por el Ministerio de Salud sueco, a sustituir las amalgamas metálicas por empastes a base de resina, que no producen ningún tipo de intoxicación.

"Reconocemos que nos habíamos equivocado", aseguró Viking Falk, jefe del servicio de ese Ministerio, "eso ha hecho sufrir inútilmente a muchas personas, pero ahora vamos a rectificar y solucionar el problema." Por otro lado, Hans Sundberg, jefe del servicio dental del organismo, explica: "desde el punto de vista toxicológico, la amalgama es un material dental inaceptable y el primer paso que se ha dado ha sido el de eliminar su uso en mujeres embarazadas para evitar una intoxicación por mercurio."

Otro problema que deriva también de las amalgamas es el llamado "galvanismo oral", consecuencia de las pequeñas cargas eléctricas que se forman en la boca causadas por las diferencias de potencial eléctrico existentes entre los diversos metales que constituyen las amalgamas, pudiendo llegar a cientos de milivoltios y cuya transmisión se ve favorecida por la saliva hacia el resto del organismo, pudiendo ser la causa de alteraciones a distancia.

Atención a las muelas del juicio

Muchas personas ignoran que el pionero en ese tipo de tratamiento, y quien descubre todas las alteraciones que pueden estar en relación con los problemas de la boca es un médico alemán de casi 90 años, afincado en Lloret de Mar (Girona) desde antes de la guerra civil española, llamado Ernest Adler. Para el doctor Adler, no menos preocupantes son las piezas "incluidas", es decir, que no son visibles externamente. Tal es el caso de los cordales, más conocidos como muelas del juicio. O



Un diente en mal estado pone en peligro la salud del resto del organismo

como las denomina el doctor, las muelas "de las desgracias." La causa se debe a que en los últimos siglos se ha ido acortando la mandíbula como consecuencia de los cambios introducidos en la alimentación. Al tener que hacer menos esfuerzo en el proceso de masticación (por la introducción de alimentos refinados y procesados industrialmente), se ha producido un acortamiento del maxilar, pero no una reducción del número de piezas dentales. Eso hace que las muelas del juicio no tengan espacio suficiente para salir a la superficie y compriman el nervio trigémino.

Durante más de 50 años, el doctor Adler ha estado comprobando la relación directa entre las muelas incluidas y numerosas patologías. Sus investigaciones han sido corroboradas por el departamento de histología de la universidad de Viena. De una manera sencilla, podríamos decir que el mecanismo de acción es el siguiente: en primer lugar se produce una irritación del trigémino, que se encuentra en contacto directo con las piezas dentales. Esa irritación se transmite a los centros nerviosos situados junto a la columna cervical, y desde ahí viaja a través del sistema nervioso central

para llegar al cerebro o a cualquier órgano.

Como se trata de una señal producida por una irritación, llega alterada a la placa sináptica (conexiones nerviosas) del órgano en cuestión,

pudiendo causar un desequilibrio funcional: lo que se entiende por una disfunción orgánica, que normalmente no aparece en las exploraciones diagnósticas convencionales.

Para poder comprobar si existe o no una pieza incluida, sobre todo una muela del juicio, deberemos efectuar una radiografía especial conocida como ortopantomografía o panorámica de la boca. Pero en muchos casos la radiografía no es suficiente, como por ejemplo cuando una extracción dental no ha cicatrizado bien o en ciertas infecciones conocidas como focos sépticos apicales (en punta).

Los focos sépticos o infecciones en la punta de la pieza se producen, en muchas ocasiones, por una mala actuación del dentista. Cuando se efectúa una endodoncia se debe colocar una pieza vegetal -llamada "guta-percha"- en el interior de la pieza cuyo nervio se ha "matado" antes de sellar la pieza con el empaste. A veces

Las muelas de juicio que no tienen espacio suficiente pueden provocar alteraciones que aconsejen su extracción.

esa espina se clava en el trigémino y puede producir una irritación del nervio. A esa irritación, que ya de por sí es patológica, se le añaden los restos microscópicos de partículas de la pieza endodonciada (que se han desprendido por la acción del torno y de las limas y han permanecido en las tramas óseas), que van precipitando hasta la punta de la pieza formando una infección o foco séptico apical. Problemas parecidos los producirían las denominadas piezas supranumerarias (cuando la persona tiene más piezas dentales de las que le corresponden), los restos radiculares (trozos de muelas o dientes que permanecen ocultos tras una extracción dental), las osteítis retráctiles u otras patologías de la boca.

Todas estas alteraciones producen reacciones en los tejidos y consecuentemente alteraciones funcionales que abren la puerta a todo tipo de infecciones bacterianas o virales y, por consiguiente, innumerables enfermedades alérgicas. Para el profesor Pischinger, de la Universidad de Viena, existe una relación directa con las llamadas distonías neurovegetativas, que son alteraciones del sistema nervioso causantes de depresiones enlarvadas, trastornos circulatorios, infecciones alérgicas o enfermedades reumáticas.

Aunque hay casos de otro tipo de alteraciones. Por ejemplo, así, una paciente del doctor Adler de 60 años, sufría psicosis progresiva resistente a todo tipo de tratamientos y estaba a punto de ingresar en un centro psiquiátrico. A pesar de que todo parecía normal en su boca, una exploración radiológica detallada puso en evidencia la existencia de nueve focos sépticos, que fueron intervenidos inmediatamente. Una vez se vio liberada de esas nueve "hecatombes" -como las denominó el doctor Adler- la mujer quedó completamente curada, no solamente de su estado psíquico, sino de los terribles dolores de cabeza que padecía desde hacía años. Doce años después, la paciente no había sufrido ningún tipo de recaída.

Pruebas de intoxicación

Hay varios métodos para diagnosticar una posible intoxicación:

► La prueba del chicle

Se emplea para demostrar que se desprende mercurio de los empastes de amalgama que se encuentran en la boca. Antes de hacer la prueba se guarda un poco de saliva. Luego se mastica de forma intensiva durante unos diez minutos un chicle sin azúcar.

Posteriormente se analiza el nivel de mercurio de la saliva en un laboratorio. Según un estudio de la Universidad de Tübingen publicado en mayo de 1996, uno de cada tres de los 17.000 portadores de amalgama analizados tenía en su saliva niveles de mercurio demasiado altos y por tanto perjudiciales para la salud.

► Prueba con DMPS

El DMPS (dimercapto-propansulfonato) es una sal sulfúrica a la que se adhiere el mercurio en la sangre. A través de la orina y la defecación se excretan los tóxicos. El doctor Daunderer analiza la orina espontánea entre 45 y 60 minutos después de la inyección de DMPS en búsqueda de mercurio y otros metales. De esta forma puede deducir la gravedad de la intoxicación. El Instituto Federal de Medicamentos de Alemania (BfArM) recomienda el uso de la orina almacenada en las últimas 24 horas, lo que para Daunderer significa una falsificación de la prueba, ya que el DMPS solamente tiene efecto entre dos y cuatro horas, así que el método de 24 horas diluiría la orina tóxica con orina limpia.

► Electro-acupuntura según Voll (prueba EAV)

Esta prueba no mide el mercurio que excreta el cuerpo sino la contaminación del mismo. Se puede medir no sólo el nivel de intoxicación, sino también qué órganos están especialmente afectados o dañados. En Alemania existen unos 200 médicos convencionales y naturistas que emplean el EAV, entre ellos también dentistas. En España también existe un considerable número de médicos que utiliza este método u otros similares, como el "vega test" o la biorresonancia.

► Prueba de metales pesados

Este método existe desde hace pocos años. Con ella, el médico puede diagnosticar de forma rápida y sencilla el grado de la intoxicación con una prueba de orina.

► Radiografía

Debajo de los empastes se forman muchas veces depósitos de amalgama. Con una radiografía "blanda" un médico experto puede localizar estos depósitos.

¿Qué podemos hacer los ciudadanos de a pie

En primer lugar hay que decir que entre la colocación del empaste de amalgama y la intoxicación pasan frecuentemente muchos años. Hay gente a la que le afecta más y otra a la que menos, y a algunos parece ser que no les afecta nada. Esto depende principalmente de la buena función del sistema inmunitario, del mecanismo de desintoxicación, de la forma de vida, la alimentación y la contaminación del ambiente. Sin embargo, la mayoría de la gente sufre tarde o temprano un desequilibrio a consecuencia de las cantidades continuas de mercurio. Los afectados se sienten cansados y agotados, y de vez en cuando tienen dolor de cabeza. Pero uno se habitúa a ese estado y luego se achaca a la edad. También cada vez falla más la memoria. El médico de cabecera diagnosticará algún día una enfermedad del hígado o una deficiencia biliar y de pronto aparecen alergias o dolores en las articulaciones. ¿Y quién se imagina que la culpa la pueden tener los dientes?

Se debe sospechar una intoxicación prácticamente en todos los pacientes que son resistentes a los tratamientos médicos. Ni siquiera hace falta que lleven empastes ellos mismos. A lo mejor tienen una intoxicación por los empastes de la madre o por antiguas amalgamas cuyo mercurio se encuentra todavía en el cuerpo.

► **Análisis del tejido con una tomografía**

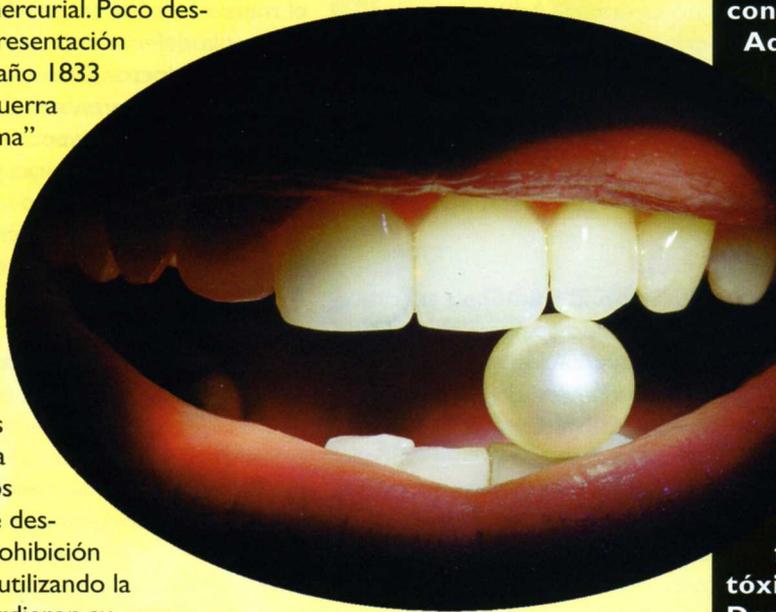
Con una tomografía se puede descubrir si el tejido está contaminado con metales pesados. En los portadores de amalgama suelen verse afectados la corteza cerebral, la hipófisis y la mandíbula.

Historia de la amalgama

Desde que se empastan los dientes cariados con amalgama hay disputas sobre el material mercurial. Poco después de su presentación estalló en el año 1833 la primera "guerra de la amalgama" en Estados Unidos. De repente aparecieron enfermedades desconocidas, y pocos años después se prohibió la amalgama. Los dentistas que después de la prohibición continuaron utilizando la amalgama perdieron su licencia.

Pero la prohibición duró poco tiempo. Bajo la presión de la industria, quedó anulada en el año 1860; y de pronto la amalgama fue considerada un material de empaste valioso, porque era barato y fácil de elaborar. No obstante, aumentaron entonces las intoxicaciones por mercurio, aunque los informes sobre este tema fueron desmentidos e ignorados. La nueva enfermedad se llamó "neurastenia" y se consideró de causa psicósomática. Mientras tanto, la amalgama ha comenzado su marcha triunfal por Europa. Pero su efecto perjudicial para la salud tampoco fue inadvertido aquí. En Alemania estalló en el año 1926 la segunda "guerra de la amalgama". El reconocido profesor de química Alfred Stock, director del instituto Max-Planck de Berlín, demostró en su día a través de varios experimentos que el mercurio salía de los empastes de amalgama y pasaba al organismo. "No hay ninguna duda de que muchos

síntomas, entre ellos fatiga, depresión, irritabilidad, vértigo, amnesia, inflamación bucal, diarrea, inapetencia, catarros crónicos (inflamación de mucosa) son muchas veces ocasionados por el mercurio al que el cuerpo está expuesto por sus empastes de amalgama, en cantidades pequeñas pero continuas. Los médicos deben prestar seria atención a este hecho.



Entonces, probablemente se compruebe que el uso despreocupado de la amalgama como empaste dental ha sido un delito grave contra la humanidad." Hoy en día la amalgama es el empaste más utilizado. Sólo en Alemania se realizan unos cuarenta millones de empastes de este material cada año. Esto corresponde a un consumo de mercurio de más de veinte toneladas, que se vuelve a encontrar en la naturaleza algún día. El doctor Max Dauderer, toxicólogo muniquense, explica: "Cuanta más amalgama se utilice, más frecuentes serán las contaminaciones básicas por alimentos". No en vano, los dentistas tienen que desechar la amalgama en recipientes especiales. Dauderer, hoy el crítico más mordaz, tranquilizó durante casi dos décadas a los dentistas respecto a la amalgama hasta que se encontró con pacientes que presentaban síntomas graves de intoxicación y que mejoraban cuando se les retiraba la amalgama ■

Saneamiento dental

El primer paso después de la prueba de intoxicación es eliminar el mercurio de la boca. Es fundamental acudir a un dentista con experiencia en el saneamiento de amalgamas. No va a eliminar todos los empastes de una vez, sino poco a poco, ya que al taladrar sale vapor de mercurio que contamina el cuerpo adicionalmente. Además, hay que proteger al paciente con un pañuelo de goma que se introduce en la boca con el fin de retener el vapor y para evitar que se trague el polvo de la amalgama. De forma preventiva, el doctor Dauderer recomienda tomar unas dos horas antes de la cita unas cápsulas DMPS. Se debe operar con un taladro de giro lento. Después de la intervención, el paciente debe beber mucha agua para facilitar la eliminación de los tóxicos.

Después de la eliminación de la amalgama es importante que no se inserte directamente oro ya que dificultaría la completa eliminación del mercurio de la mandíbula. Se recomienda un empaste provisional de cemento.

Texto: Juan R. Villaverde (acupuntor y especialista en medicina biológica)

Algunos dentistas especialistas en este tema:

Dr. J. Ibarrola Tel. (93) 4270038

Dr. G. Gonzalez Tel. (93) 4576640

Dr. J. Oliver Tel. (93) 4154366

Para más información: jrillav@ctv.es

En Internet: <http://www.total.net:8080/~tsm/amalg/amfaq0.htm>

Bibliografía: en la elaboración de este artículo se han utilizado más de un centenar de publicaciones cuya referencia bibliográfica ponemos a disposición del lector interesado. ■