



La nutrición ortomolecular consiste en proporcionarle a las células los nutrientes adecuados y en las dosis adecuadas para que dichas células funcionen lo mejor posible.

Su objetivo principal es equilibrar la bioquímica del cuerpo mediante una nutrición individualizada y la administración de nutrientes naturales específicos (vitaminas, minerales, aminoácidos y ácidos grasos esenciales).

De tal forma se consigue que el cuerpo ponga en marcha su propio sistema de curación.

Esta terapia suele ser efectiva en cualquier tipo de desequilibrio, pero especialmente en:

Problemas intestinales (candidiasis, parasitosis, crecimiento bacteriano patológico, síndrome del intestino irritable, colitis ulcerosa, diarreas, estreñimiento...)

Inflamación crónica

Problemas cardiovasculares

Depresión y trastornos mentales

Ansiedad

Falta de vitalidad

Migrañas

Problemas menstruales

Artritis y artrosis

Osteoporosis

Trastornos de la tiroides

Retención de líquidos

Control del peso

Fibromialgia...entre otras

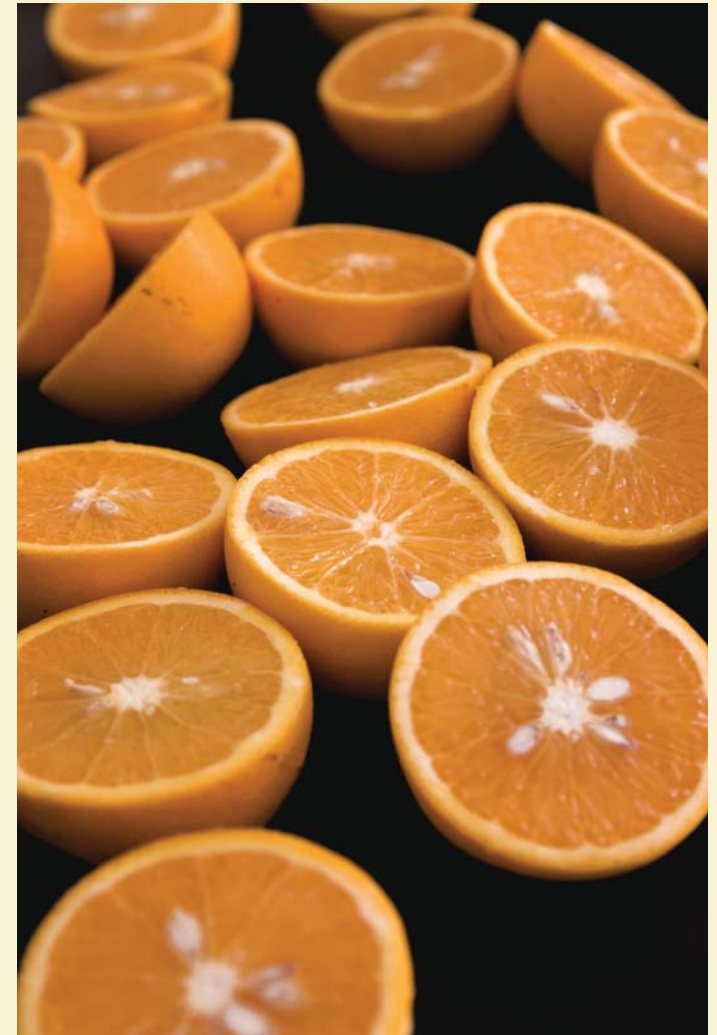


Un tratamiento de nutrición ortomolecular consiste, principalmente, en averiguar los desequilibrios nutricionales del paciente. Esto se lleva a cabo a través de un cuestionario, creado por el Institute for Optimum Nutrition de Londres. En él se analiza la dieta, los síntomas y los hábitos de vida del paciente.

Los tratamientos consisten, básicamente, en deshabituarse al organismo de sustancias desequilibrantes como pueden ser los azúcares, lácteos, exceso de trigo, gluten, estimulantes etc, y a partir de ahí encontrar el tipo de alimentación más adecuada para cada persona. Para apoyar este proceso se recomienda el uso de suplementos nutricionales (vitaminas, minerales, aminoácidos y ácidos grasos esenciales), siempre en función de las deficiencias nutricionales que presenta cada paciente.

El tratamiento no trabaja el síntoma ni la enfermedad sino a la persona en su conjunto. El éxito de la terapia está en respetar la individualidad bioquímica de cada persona. Por eso, no existen dos tratamientos iguales.

Su objetivo no sólo se basa en solucionar los problemas de salud del paciente sino ayudarle a vivir más en sintonía consigo mismo. Ésta es la mejor prevención.





Previamente a la consulta, el paciente debe rellenar un cuestionario (se puede descargar [aquí](#)) y traerlo ya completado el día de la visita. La primera parte de la consulta consiste en estudiar el cuestionario y hablar extensamente para recopilar toda la información posible. La segunda parte de la consulta se basa en diseñar unas pautas de alimentación y la recomendación de los suplementos nutricionales que aparecen como deficientes (que se adquieren en tiendas de dietética). La visita suele durar una hora.

Durante 6 semanas, aproximadamente, el paciente debe seguir estrictamente el tratamiento y regresar para hacer un seguimiento. En esta segunda visita (de aproximadamente 45 minutos de duración) se evalúan los cambios y se ajusta el tratamiento según sea necesario. Las visitas de seguimiento se suelen espaciar entre 2 y 3 meses.

**Para pedir hora, por favor, llama al 93 4510033, los jueves por la tarde, de 18 a 20 horas. Sólo atiende en consulta con cita previa.**

