

El síntoma es **una señal**



La envía nuestro cuerpo
para llamar **nuestra atención**

Artículos de **Patrick Quanten**,
Doctor en Medicina

Comprender tus síntomas ¹

por **Patrick Quanten, MD**

"¿Qué síntomas tiene?", es la pregunta más habitual con la que un médico inicia la consulta. Siempre me ha admirado que todos nosotros *parecemos saber* lo que el médico quiere decir. "Síntomas" no es una palabra que se utilice cada día, y sin embargo parece como si se hubiera convertido en una de las más utilizadas en el lenguaje habitual.



¿Qué significa, y cómo podemos mejorar nuestra comprensión de los síntomas que experimentamos?

La definición de la palabra "síntoma" es bastante interesante en sí misma.

Significa: *cualquier sensación o cambio en la función corporal, experimentada por un paciente, que se asocia con una enfermedad concreta.*

¿Por qué es interesante esto?

- Por definición, un síntoma ha de referirse a una "función corporal". Esto significa que los problemas emocionales o psicológicos no son síntomas. Esto explica por qué problemas como la depresión, la paranoia o las alucinaciones son vistas por la profesión médica como provenientes de un mal funcionamiento en el cerebro.
- El cambio o sensación sólo puede denominarse síntoma cuando lo experimenta un "paciente". Y un paciente es una persona que está recibiendo atención médica. Así, cualquier cambio que una persona observe, cuando no está siendo visto o tratado por un médico, no es un síntoma.
- Esto explica porqué la profesión médica no puede tener en cuenta los cambios observados por otros terapeutas tales como los iridólogos, los quiroprácticos o los lectores de aura.
- El cambio o sensación ha de estar asociado con una "enfermedad concreta". Cuando el cambio observado no ha sido descrito como formando parte de una enfermedad conocida, no es un síntoma. Esto explica porqué tardaron tanto la profesión médica en reconocer los síntomas de la Encefalitis Miálgica, puesto que la enfermedad no había sido propiamente reconocida.

¿Por qué habría de estar el médico tan interesado en tus síntomas?

Los síntomas: *qué* sientes, *cuando* lo sientes, *como* lo sientes, contienen todos ellos *claves* de *qué es lo que está* haciendo que te sientas de esta manera. La tarea del médico es llegar a descifrarlo. Su conocimiento arrojará algunas pistas generales cuando se pulsen ciertos botones. Estos botones, los *síntomas*, están enlazados a una lista de enfermedades, con las que luego se etiqueta al *paciente*.

Hay ciertas frases que enlazan a las causas probables del problema: *... "como una venda apretada alrededor del pecho", o "dolor en mi brazo izquierdo", encienden las palabras "ataque al corazón" en el cerebro del doctor.*

Por otro lado, si no se enciende de inmediato ninguna luz, intentará y te ayudará a apretar el botón correcto. Cuando te quejas de falta de energía, es probable que siga preguntándote, lo que indica que sus luces todavía no se han encendido.

1 [Understand Your Symptoms](#) - octubre 2003

- "¿Duerme bien?",
- "¿Cómo es su apetito?",
- "¿Se maneja normalmente en su trabajo?",
- "¿Tiene mareos?",
- "¿Tiene ahogos?"

Cuando consigue encontrar por lo menos **una desviación** de la normalidad entre todas estas preguntas, el médico será muy feliz, puesto que se relaciona *con algo* sobre lo que él *sabe algo*.

Si no, es probable que organice algunos análisis generales esperando que pueda entonces demostrarte que *no pasa nada malo*.

En el contexto médico, un síntoma es un cambio estático de una o más funciones corporales en el sentido de que o está o no está. O bien uno tiene el síntoma o no lo tiene. En esto no hay ambigüedad. Si no estás totalmente seguro, entonces es que no tienes el síntoma.

Los síntomas también pueden relacionarse únicamente con enfermedades a través de la conexión corporal. La enfermedad es un *mal funcionamiento* de una parte del cuerpo, y el *cambio* de esa función se manifiesta directamente como *síntoma*.

Si *no se ha encontrado, o no se ha reconocido*, esa conexión directa, entonces se considera que el síntoma *no puede ser ocasionado* por el mal funcionamiento de esa parte concreta.

De esta manera el juanete de tu dedo gordo "nunca" puede ser un síntoma de subluxación vertebral, "ni tampoco" tu artritis puede ser ocasionada por un problema crónico intestinal.

Un síntoma sólo es un síntoma si conduce directamente a una enfermedad reconocida a través de una ruta reconocida (en términos médicos)

- Por mí está bien, *excepto que ...* sólo se nos permite [como médicos] utilizar una lista de enfermedades y sus rutas. Una *religión [médica] única* basada en *una biblia [médica]*.
- Por mí está bien, *excepto que...* todas las otras religiones [terapias] quedan *proscritas*.
- Por mí está bien, *excepto que ...* se nos ha dicho que somos afortunados de vivir en una sociedad *libre*.
- ¿Qué ocurre si pasamos a la clandestinidad... y leemos otras *biblias*?
- ¿Qué ocurre cuando encontramos *otras formas* de describir la enfermedad y los síntomas?

Los síntomas son dinámicos

He aquí algo extraño: vomitar es signo de envenenamiento, pero también se utiliza como para terapia para combatir la enfermedad. ¿Cómo puede ser que una "disfunción" tan obvia sea buena para ti?

Bueno, recuerdo que mi madre decía:

- *Si algo trastoca tu sistema, te sentirás mucho mejor una vez lo echas fuera.*

En otras palabras, ve y vomita, porque te sentirás mejor cuando lo hayas hecho.





¿Sabes qué más solía decir? Cuando teníamos la garganta irritada y un mal resfriado, nos daba bebidas calientes (incluso vino tinto con hierbas), nos frotaba el pecho con Vick, nos envolvía en una toalla caliente, y nos enviaba a la cama con dos edredones (o lo equivalente).

– *Te sentirás mucho mejor cuando lo hayas sudado todo.*

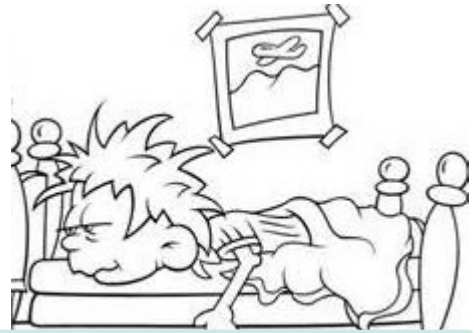
Aumenta tu temperatura cuando tengas fiebre, y te recobrarás mucho más rápido.

¿Tiene sentido?

Ya no, pero lo tuvo durante muchos miles de años, y no sólo aquí sino por todo el globo. ¿Por qué?

La respuesta corta es *porque los síntomas son dinámicos*: expresan más de una sola cosa.

Recuerda la línea directa que iba desde la enfermedad hasta la parte del cuerpo disfuncional, hasta el síntoma. También puedes trazar una línea directa entre la enfermedad y la salud, en el que la línea representa el empeoramiento de la salud y un desplazamiento equilibrado hacia la enfermedad. Cuando esto ocurre, en algún punto de esta línea, en algún lugar entre la salud y la enfermedad, aparecerá el síntoma.



El síntoma que observamos es un simple punto en el tiempo; un punto en algún lugar del tiempo de nuestro estado saludable y el tiempo de nuestro estado totalmente enfermizo.

El síntoma por sí mismo *expresa sólo ese punto*, pero no nos dice nada sobre cómo llegamos allí, o donde estamos yendo a partir de ahí. El médico identifica el síntoma, el punto en el tiempo entre la enfermedad total y la salud, *como si fuera la propia enfermedad*, y procederá a tratar la disfunción de la parte del cuerpo.

Pero, ¿qué sucede si retrocedemos un poco y vemos *donde estábamos* antes de llegar al punto del síntoma, y donde es probable que vayamos a estar en el momento siguiente?

- Cuando *ingerimos un veneno*, y nos da el síntoma de encontrarnos mal o de estar enfermos, hay dos maneras de proceder:

– O bien retenemos el veneno, y le costará al cuerpo más tiempo “salvaguardarse” puesto que el veneno permanece dentro del cuerpo y será más probable que contribuya a “envenenar” con el tiempo el sistema.

– O vomitamos y expulsamos la gran mayoría de veneno de nuestro sistema, permitiendo una recuperación más rápida y reduciendo radicalmente los efectos a largo plazo de almacenar el veneno.

- Cuando el cuerpo *eleva su temperatura* podría ser porque está luchando con

una infección.

- Cuando la infección es *menor*, la respuesta corporal también será elevar la temperatura, lo que ahora es efectivo para superar la enfermedad (una temperatura más elevada reduce el índice de multiplicación de bacterias y virus), y generalmente nos conducirá de vuelta a la salud.
- Cuando la infección es *masiva*, el aumento de temperatura puede resultar una amenaza a la vida, puesto que el cuerpo lucha por contener y superar el problema. Esto lleva a incrementar la enfermedad.

Estos ejemplos muestran con claridad que la instantánea en el tiempo, la ocurrencia de un síntoma, no nos dice nada acerca de donde estará el cuerpo en el momento siguiente. A fin de comprender si el síntoma nos llevará a *más enfermedad*, o nos llevará a mejorar, necesitamos comprender el lugar que el síntoma ocupa en la escala del tiempo.

Es importante lo que ocurrió antes, así como observar cómo cambia el síntoma en el tiempo, combinado con otros signos y síntomas. Alguien que vomita violentamente pero por otro lado no se siente demasiado enfermo, está en su vía de remonte. ¡Garantizado!



En vez de aislar el síntoma y mirarlo *como si fuera* la enfermedad, deberíamos verlo como una señal enviada por nuestro cuerpo para llamar nuestra atención. *Algo* no va bien, ha ocurrido *algo* que ha perturbado o está perturbando el equilibrio del sistema, y necesita ser dirigido.

Colocar el síntoma en el marco temporal correcto, y observar de qué manera se desarrolla nos dirá si la propia reacción corporal al problema va a ser suficiente para rectificar el problema, o si necesita ayuda. *Ayuda* significa *ayuda*, no obstrucción.

Si se nos dejara decidir a nosotros todos los cambios concretos que se requieren para que el cuerpo arroje la infección, nunca jamás llegaríamos a manejar las funciones complicadas e intrincadas del cuerpo. Conseguiríamos una disonancia de respuestas embrolladas.

Afortunadamente el cuerpo *sabe exactamente* qué hacer y cómo hacerlo. Sugeriría que nos ciñésemos a ello, es decir, si lo que se quiere es recuperar la salud. Obstruir el proceso de sanación natural *ralentizará* espectacularmente la recuperación, e incluso puede conducir a un perjuicio posterior si el proceso ha sido detenido *en bloque*. El cuerpo puede necesitar dos clases de ayuda:

- **Una**, dejarlo solo y no interferir con lo que está intentando hacer. Si quiere vomitar, ¡dejémosle!, y,
- **Dos**, cuando el cuerpo está luchando por movilizar suficiente fuerza, suficiente poder, para superar el problema, podemos ayudarlo dándole las mismas cosas que el cuerpo ya está utilizando. Cuando se necesita fiebre, podemos añadir calor al cuerpo; cuando se necesita descanso, descansamos el cuerpo y el sistema digestivo; cuando está en marcha un proceso de limpieza, lo estimulamos con hierbas amargas y astringentes.

Apoyar al cuerpo ha de hacerse *dentro* de los límites de la propia fuerza del cuerpo. Una constitución fuerte y una persona generalmente con buena salud, puede ser mucho más estimulada que una persona vieja, débil y frágil. Debemos recordar que podemos sólo utilizar la fuerza y energía *disponibles* del cuerpo a fin de modificar el problema.

Los medios artificiales, aunque se utilicen de forma adecuada, sólo añadirán algo de poder extra *durante un período corto de tiempo*, y habitualmente mermarán las reservas corporales incluso con más rapidez.

Sigue lo que el cuerpo te mande y ve tan rápido o tan lento como el cuerpo pueda funcionar.

Sintonízate con el proceso, no veas a todos los síntomas como enfermedades definidas.

Los síntomas son multi-causales

En un adulto, y en ausencia de cualquier tipo de lesión reciente, una articulación dolorosa se dice que es un síntoma de artritis. Sin embargo, los rayos X, y los métodos más sofisticados de escaneo de hoy en día, *fallan* más veces que *aciertan* en mostrar cualquier clase de daño artrítico en esa articulación. La conclusión es que.. *la enfermedad se halla en sus primeros estadios, pero ten paciencia y espera lo suficiente a fin de que el diagnóstico se confirme puesto que desarrollarás un síndrome artrítico total.*

Por definición, la artritis es la inflamación de una articulación. Los síntomas de la inflamación son: dolor, hinchazón, rojez y calor. Sin embargo muchas articulaciones "artríticas" no llegan a mostrar esos síntomas y son decididamente frías, pálidas y apenas presentan hinchazón. La única razón de que se clasifique a esas articulaciones como *artríticas* es porque son dolorosas. ¿O quizá lo único que pasa es que están rígidas? Bueno, la rigidez ocasiona incomodidad, y eso está bajo el encabezamiento de dolor, ipor tanto debe ser artritis!

Todas las articulaciones diagnosticadas de artritis son tratadas con anti-inflamatorios, incluso aunque muchas articulaciones "artríticas" *no* presenten síntomas de inflamación alguna.

El principal fallo del sistema médico en este ejemplo es la *incapacidad* de considerar que un único síntoma puede ser ocasionado por una amplia variedad de problemas, o dicho más exactamente, que una amplia variedad de problemas puede haber contribuido al síntoma que tienes ante ti.

Por lo que concierne al diagnóstico de *artritis*, podemos citar a las subluxaciones de vértebras y pelvis, al espasmo muscular crónico de los músculos que rodean la articulación afectada, caídas o accidentes que se remontan a muchos años atrás, toxicidad corporal, falta de utilización crónica de los músculos y articulaciones afectadas, y falta de calor y aceite en la dieta. Y estos son sólo unos cuantos de los factores que frecuentemente contribuyen a la ocurrencia.

A partir de la corta relación anterior podemos apreciar de inmediato que, accidentes aparte, se puede lidiar fácilmente con todas las demás "causas" de la artritis, lo que convierte a la artritis en un problema casi totalmente evitable. Esto contrasta totalmente con las estadísticas, y con la cantidad de sufrimiento causado por el problema hoy en día.

De forma similar, la causa de una infección *no* es la bacteria o el virus que se ha aislado del lugar de la infección. Sabemos que casi todos los gérmenes conocidos, son también conocidos o bien por ser totalmente inefectivos para infectar a una persona sana, o por resultar esenciales para el funcionamiento corporal normal (bacterias amigas). Esto plantea la muy importante cuestión:

¿Qué convierte a una bacteria amiga en una máquina de matar?

Desde hace ya mucho tiempo la ciencia sabe que las bacterias, virus, hongos y similares crecen *sólo* bajo ciertas circunstancias. Cambia el ambiente y con seguridad morirán un montón mientras que otro montón crecerán.



En condiciones de laboratorio se sabe que si se elige un medio *erróneo*, las bacterias que están observando no crecerán, aunque se hallen presentes en la muestra. Este conocimiento es específicamente el que, en cierta manera, *se olvida* cuando se traslada del plato Petri al órgano humano.

La causa de una infección radica *siempre* en el medio en el que la bacteria, virus u hongo crece. El crecimiento de los gérmenes *depende* del terreno del que se alimentan. Los tejidos y órganos sanos pueden tener bacterias, virus u hongos creciendo en ellos *sin perjudicarles*, ayudándoles en efecto a seguir sanos y a realizar la tarea que se supone que

el órgano lleva a cabo.

El ejemplo mejor conocido de esto es nuestro sistema digestivo, que está repleto de una gran variedad de gérmenes. En circunstancias correctas, el equilibrio entre todos ellos asegurará una operación de digestión y absorción funcionando a la perfección con todos los elementos de la comida. Este equilibrio se dará de forma natural durante tanto tiempo como todos los tejidos del interior del estómago e intestinos se hallen perfectamente sanos. Una vez que esos tejidos, al completo o por zonas, empiecen a cambiar, a deteriorarse, otros gérmenes emergerán y la función del órgano quedará perturbada en gran medida.

Esto significa que “*tener una infección*” es un síntoma que nos dice que la salud del tejido subyacente ha cambiado, y que el cuerpo ha reaccionado haciendo crecer diferentes gérmenes, afectando así a la función del órgano, en un esfuerzo por limpiar el tejido. El pus y los residuos son un suceso habitual en un estado infeccioso.

Al observar que las bacterias que viven en un tejido sano *no producen pus*, uno tiene que plantearse la pregunta: *¿De dónde procede el pus?*



Bien, sabemos que el tejido que se “infectó” ya no estaba sano. El tejido *descompuesto* produce residuos, de la misma manera que la fruta que se está pudriendo, se desintegra y fermenta, dejando una mugre pastosa sobre la encimera.

Así pues, el pus es la *desintegración real del tejido orgánico*, y las bacterias creciendo en él ayudan a romper los residuos y a limpiar la mugre, de la misma manera que, si dejas la fruta podrida durante el tiempo suficiente, lo descompuesto irá secándose gradualmente, reducirá drásticamente el volumen, y al final lo único que quedará será un sedimento muy pequeño, seco y limpio.

Si queremos saber qué nos está diciendo el síntoma de la infección, tenemos que el principal mensaje es: *el tejido sano se ha podrido*.

¿Qué ha ocasionado este deterioro en el estado de salud del tejido o del órgano?

Aquí es donde, una vez más, el síntoma muestra una gran variedad de influencias negativas, todas contribuyendo a la desaparición del medio equilibrado natural.

El papel principal corre a cargo de todo tipo de venenos, ya se hayan acumulado provenientes de la comida, el agua o el aire, o de los “venenos” vibratoriales, tales como la radiación antinatural.

La mala gestión crónica de las funciones orgánicas es otro problema común. Esto puede suceder porque se ha interferido el acceso del sistema nervioso al órgano (nervios “pinzados”, subluxaciones vertebrales), o debido al uso desequilibrado de los recursos del sistema nervioso dentro del órgano (depresión, estrés, miedo).

Un razonamiento similar nos muestra la variedad de *posibles causas* que se hallan tras los síntomas, y en consecuencia, tras todas las enfermedades.

No existen dos personas que, con iguales síntomas, o con la misma enfermedad diagnosticada, *tengan las mismas razones*, la misma proporción para tener el síntoma o la enfermedad. De lo que se deduce que *ningún tratamiento estandarizado* garantizará nunca la curación para todo el mundo. La única forma de asegurar un índice de curación del 100% es que cada cual comprenda lo que está ocasionando *su* problema particular, y entonces que ese individuo concreto efectúe los cambios necesarios para garantizar que los tejidos recuperen la salud.

Un síntoma puede ser la expresión de un amplio rango de problemas. Lo que podemos decir es que **un síntoma siempre es la expresión de un problema**.

Conclusiones simples:

1. Ningún síntoma se produce como resultado de una única influencia; existen multitud de vías que confluyen en el mismo síntoma.
2. Ningún síntoma, ni conjunto de síntomas, se relaciona con un único patrón concreto de enfermedad.
3. Un síntoma es la expresión a través de las funciones corporales de que existe un problema dentro del cuerpo-mente-espíritu del individuo. Es un mensaje que delata una dificultad existente en el sistema.
4. Cualquier tipo de “sensación” es un mensaje. Normalmente no estamos conscientemente atentos de ninguna de las funciones corporales internas. Sólo ocurre cuando se da un “cambio”. Este cambio puede indicar una “olvidada” lucha a largo plazo que ha sido tapada durante mucho tiempo, en cuyo caso el estado ha llegado a ser aceptado como “normal”, o puede ser un sencillo cambio de lo que es *normal*.
5. Los síntomas ocurren *todo el tiempo*, sin que seamos un paciente y sin que estemos recibiendo atención médica.
6. Escuchar y dar respuesta a los síntomas nos permitirá mantener un equilibrio dinámico de salud que nos salvaguardará de convertirnos en un *paciente*, y que nos garantizará que no necesitemos ningún cuidado médico. Los síntomas tempranos son *señales tempranas de aviso* que indican problemas menores. Rectificar los problemas menores dentro del sistema impide que cualquier cosa mayor funcione mal en el conjunto.

Comprender tus síntomas es mucho más fácil que intentar comprender *los modelos de enfermedad descritos en la literatura médica*. Persistir en ignorar los síntomas sencillos garantiza combinaciones *complejas* de desvíos del estado de salud; de ahí la complejidad de la patología médica y de las definiciones de las enfermedades.

Comprender tus síntomas es tan sencillo como aprender que tiritar significa tener frío. El tratamiento implica o bien ponerte un abrigo o sentarte frente al fuego. Si esperas hasta tener neumonía, ponerte un abrigo no te devolverá la salud.

Si tienes la piel seca, necesitas más aceite. Si tienes náuseas (te sientes mareado) necesitas dejar de comer, y quizá a la larga revisar tus hábitos de alimentación. Si tu barriga está llena de gases, estás fermentando tu comida, no digiriéndola, y necesitas revisar tus hábitos dietéticos. Si tienes una súper producción de mucosidades, que resultan en problemas de los sinos o asmáticos, estás demasiado grueso y/o demasiado frío; necesitas “evaporar” el exceso de agua.

Después de todo el dinero y esfuerzo que esta sociedad ha invertido en el “cuidado de la enfermedad”, cuesta creer que el nombre del juego para la *comprensión del síntoma* sea la simplicidad.

¿Te apuntas a ello, o te sientes más seguro apegándote a las deficiencias de un sistema de atención sanitaria familiar?