

Mi experiencia en Biosalud.

Soy una mujer de 45 años que he estado en tratamiento durante un periodo de un año en Biosalud.

Cuando llegué a la clínica Biosalud me encontraba muy cansada en general. No sabía el por qué y además el día se me hacía imposible de abordar. Ni mis fuerzas, ni mis ánimos estaban bien.

Es cierto que mi estilo de vida es muy activo, demasiado. Esto unido a un exceso de responsabilidades ha hecho que durante mucho tiempo haya obviado el cuidarme mínimamente (saltarme comidas, trabajar olvidándome de descansar, de comer y de cenar, la enfermedad degenerativa de uno de mis ascendientes que se agravó durante los últimos años es otro de los aspectos que me robaba el tiempo, la energía y los ánimos y el ser yo la persona que se hacía cargo de todo, hablar con médicos, tomar las decisiones más duras, jornadas interminables en el hospital en períodos de largos meses...). Creo que todo eso hizo que cuando el doctor me hizo los análisis los resultados fueran un poco desastrosos. Lo más señalable:

-Una infección por *Candida* que debía de tener hacía años (entonces me expliqué las veces que creía que tenía infección de orina, los picores..., muchas veces me hacían análisis pero no salía nada, a pesar de ello me recetaban antibióticos y yo me los tomaba...).

-La falta de aminoácidos (nutrientes, minerales...) probablemente por la mala alimentación que tenía.

-Un exceso de amalgama (toda la boca la tenía empastada con empastes antiguos).

Tuve que someterme a unos cuantos lavados intestinales (muchos), dieta (muy útil como coadyudante del resto de tratamiento contra la *Candida* y que hoy no he abandonado completamente. Aunque ya me haya dado de alta el doctor me encuentro muy bien así, siendo selectiva en la alimentación, me siento mejor y desde luego me alimento mejor) y reponer todos aquellos elementos que tenía bajos en forma de pastillas, cápsulas. También me repuso la flora intestinal porque de tanto antibiótico era prácticamente inexistente y me subió las defensas.

El tema de la *Candida* se resistió mucho. Lo otro fue ir reponiendo y tomando hasta que el doctor que dijo que ya no debía de tomar más porque los niveles eran los adecuados. Hubo momentos de desaliento por el hecho de que dicha infección disminuía muy lentamente (imagino que si hacía años que la tenía no se podía eliminar de la noche a la mañana). Pero hoy, tal y como encuentro todo ha merecido la pena. Me siento otra vez bien (como antes, cuando no me dolía nada y mis ánimos están otra vez arriba). Bueno, a veces me duele algo, pero todo dentro de la normalidad. Tengo ya unos añitos. Sigo teniendo la misma situación personal de antes (vida activa, mi madre que gracias a Dios aún está con nosotros sigue siendo una de mis mayores preocupaciones y ocupaciones, hijos, trabajo, responsabilidad extrema innata en mi persona) pero ahora no me olvido de descansar, ni de comer (comer bien, únicamente dulces en ocasiones excepcionales, fruta todos los días entre horas, carne cada 3 días, abundante verdura,...es muy sencillo hay que aprender y es más sencillo de lo que parece).

Comentarios respecto de mi experiencia:

-Merece la pena pasar un período de cura como este si al final te sientes tan vital.

-Los hábitos que aprendes los incorporas ya a tu vida de siempre y son realmente positivos.

-El tratamiento no es algo que sea rápido, se siente, no se ve. No se puede explicar hasta que pasas por él. Sólo se ve en los niveles de los análisis. Y los siento uno a nivel personal

Si el doctor te pone a dieta es porque ayuda, pero es un factor muy importante. Es un rollo cuando hay celebraciones, fiestas, pero merece la pena. Mejor estar así un periodo de tiempo que enferma de manera permanente.

-Este tipo de medicina es desconocido, por lo tanto el entorno no suele ayudar. Como tus amigos, tu familia no lo conoce muchas veces los comentarios son negativos: "eso son cuentos chinos, te están tomando el pelo..." Hay que confiar, el doctor sabe lo que hace. Obviar los comentarios del resto de la gente, lo importante es lo que tú creas. Y sobre todo hacer las cosas tal y como te las indican en la clínica. Leerse las indicaciones varias veces y lo que no se sepa preguntarlo y al llegar a casa volver a leerlo para ordenarse las ideas, pensar qué es lo que tienes que hacer en tu casa a partir de ese momento y desde que te levantas cada mañana y establecer una rutina. Seguirlo a rajatabla (cuanto mayor rigidez, mayor rapidez en los resultados). Para mí mi marido fue clave: no entendía el tratamiento, como yo, pues al principio todo es desconocido pero me decía que lo más importante era cómo me encontrara. Ni me animó ni me desanimó. Sobre todo no me desanimó. Y me acompañó y ayudó con mis nuevas costumbres, así como mi hija.

-El tercer aspecto que me gustaría mencionar es el económico. Hay que tener en cuenta que es algo privado, relativamente nuevo, los productos son naturales y no está cubierto por la seguridad social. Pero insisto también, merece la pena. Mejor eso que tomar un montón de antibióticos que te eliminan la flora, las defensas....(y de eso la medicina convencional creo lo obvia).

Señalo de nuevo el aspecto de que probablemente hay gente que te desmotive con sus comentarios, pero hay que seguir y saber que lo que estás haciendo está bien. Sólo uno sabe cómo se encuentra. Cómo se encuentra al principio y cómo se va sintiendo uno poco a poco. Y si hay algún tema que no queda claro, que no se puede afrontar, hablarlo con el doctor.

Por cierto, mi madre sigue con nosotros. Y yo tengo fuerzas para afrontarlo y cuando no las tengo pido ayuda. No soy superwoman. Lo demás es la vida y hay que ir despacio, todo lo que se pueda (para no olvidarse de comer bien, descansar lo necesario, tener hábitos saludables que no hay que saltarse nunca).

Un saludo.