

# La dieta Budwig



Semillas de linaza antes de ser molidas

La dieta de la doctora Budwig ha cobrado fama entre los tratamientos alternativos del cáncer. Pero también se la ha relacionado con la curación de otras patologías degenerativas como la fibromialgia o el déficit de atención de los niños, la esclerosis múltiple, la artrosis o la artritis.

*M.D. Muntané*

## Protocolo terapéutico basado en la nutriterapia

La dieta de la doctora Budwig ha cobrado fama entre los tratamientos alternativos del cáncer. Pero también relacionándola con la curación de otras patologías degenerativas como la fibromialgia o el déficit de atención de los niños, la esclerosis múltiple, la artrosis o la artritis. En realidad, la dieta Budwig es tenida hoy como una gran herramienta terapéutica asociada o no a otros tratamientos e incluso como coadyuvante natural

para conseguir una mejor oxigenación de ciertos tejidos envejecidos o deficitarios. Johanna Budwig empezó a utilizarla en la década de los 50 del pasado siglo. Pero, a pesar de que estuvo nominada para el Nobel siete veces por sus trabajos de investigación en los ácidos grasos, la Medicina oficial le dio la espalda. Hoy nos referiremos a ella de la mano del doctor Raymond Hilu, un discípulo suyo y gran conocedor de este

“La dieta de la zona, mucho más moderna, recurre también a los ácidos grasos aunque no específicamente al lino. Y otras muchas dietas y tratamientos tienen en cuenta las investigaciones de la Dra. Budwig”



El doctor Raymond Hilu con un paciente y ante el microscopio de Bradford con el que practica el acercamiento diagnóstico en Medicina Integrativa. (Archivo Dr. R. Hilu)

protocolo terapéutico basado en la nutriterapia que tomó el nombre de su autora.

La doctora Johanna Budwig era una bioquímica alemana que se especializó en el estudio de grasas y aceites y fue una de las pioneras en la investigación de los beneficios de los ácidos grasos omega-3, en particular en su aplicación en el tratamiento del cáncer. Murió el año 2003. Tuvo una gran experiencia en este tipo de tratamientos porque ella misma dirigía las dietas de sus pacientes y su experiencia abarcó a más de 50 años de ensayos y estudios y trató a unos 1.200 pacientes. Su fama y sus logros tuvieron un gran impacto en el desarrollo moderno de la nutrición. Puede decirse de ella que fue una nutriterapeuta de vanguardia. Sus estudios evalúan la importancia de los ácidos grasos esenciales en el organismo, en particular el del aceite de linaza, y puso de manifiesto que éstos gobiernan muchos procesos de nuestro metabolismo.

Si nos paramos a pensarlo, la dieta de la zona, mucho más moderna, recurre también a los ácidos grasos aunque no específicamente al lino. Y otras muchas dietas y tratamientos tienen en cuenta sus investigaciones, aunque le hayan dado un matiz particular u otro nombre propio.

La Dra. Budwing, sin embargo, eligió entre los ácidos grasos estudiados el aceite de linaza. Y publicó numerosos libros sobre las propiedades y beneficios del uso de este aceite o de sus

semillas, entre ellos: "Cáncer - A Fat Problem", "The Death of the Tumor", "True Health Against Arteriosclerosis, Heart Infarction & Cáncer".

"Era una persona genial. Y como todos los genios tenía un humor terrible", me cuenta el doctor Raymond Hilu. "Y es que pasaba parte de su vida en los Juzgados defendiéndose de las causas que abrían contra ella los oncólogos, porque ordenaba a sus enfermos abandonar los tratamientos convencionales y realizar exclusivamente el suyo, algo realmente atrevido".

Entonces, a sus estudios de bioquímica y farmacia, añadió los de Medicina ya muy tardíamente para poder dedicarse legalmente a atender a sus pacientes.

"Se iba a los hospitales y entraba en las salas de los enfermos terminales que estaban ya desahucados y sólo en tratamientos paliativos", añade mi interlocutor. "Hablaba con ellos y con su familia, se los llevaba a su casa, los cuidaba personalmente y los curaba. Pero es porque no se fiaba de que otros siguieran su dieta y sus indicaciones, ni los enfermos ni sus familiares".

Realmente, mi pregunta no podía esperar: ¿Y no fue nunca a la cárcel?

- No, me responde el doctor Hilu, porque las causas eran sobreesfuerzos, puesto que los jueces veían que un enfermo desahucado y en cuidados paliativos, de lo cual ella traía la correspondiente documentación, iba a declarar curado.

El protocolo de su dieta propugna la utilidad de las propiedades de los ácidos grasos omega 3 y 6 del aceite de linaza, siempre combinados con proteínas sulfuradas. Así que la base del programa de la Dra. Budwig es el uso de flaxseed oil (aceite de linaza) revuelto con requesón bajo en grasas. Lo veremos en detalle en la fórmula más adelante.

A mediados de los años 50 empezó su larga y meticulosa investigación. Pero sus consecuentes descubrimientos y anuncios despertaron encontradas reacciones, porque mientras el público se beneficiaba de sus estudios y aceptaba sus dietas, algunos fabricantes alemanes del sector de la alimentación no veían con buenos ojos sus publicaciones y abusaron de su influencia. Y los oncólogos la denunciaban por presionar a sus enfermos a abandonar los tratamientos convencionales. Así que estuvo casi toda su vida acorralada.

Empezó sus ensayos con ratones y pasó luego a los humanos. Ya en aquella época, tuvo acceso a un microscopio electrónico

“ El Dr. Dan C. Roehm (oncólogo y cardiólogo) revisó la dieta en 1990 y asegura que es con mucho, la dieta más exitosa contra el cáncer en el mundo. Se recomienda también contra la artritis, la esclerosis múltiple, la psoriasis, el eczema o el acné ”

en sus investigaciones y puede decirse que fue una pionera en sus conclusiones.

#### La industria frente a los pacientes

La Dra. Johanna Budwig predicaba la malignidad de las pseudo grasas o grasas saturadas o grasas trans. Y explicaba el procedimiento por el cual son obtenidas a nivel de fabricación industrial: para prevenir la descomposición precoz de los productos grasos alimenticios comercializados, los fabricantes usan procedimientos químicos que convierten estos productos en dañinos para el cuerpo. A los nombres de estos productos comercializados se le agrega los nombres "hidrogenados" "parcialmente hidrogenados" e incluso "poliinsaturados", vocablo inadecuado.

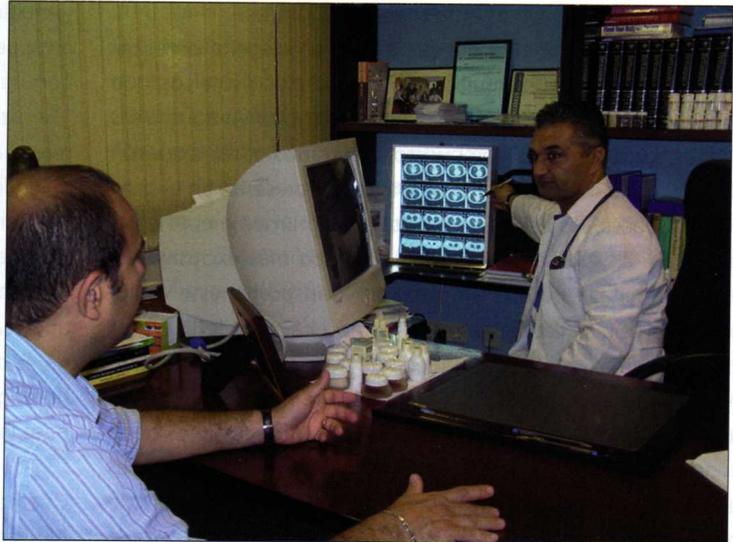
Por eso, la doctora Budwig prohíbe tajantemente en su dieta todo tipo de margarinas. Y hay que apuntar que cuando la industria actual hace de ellas alimentos funcionales añadiéndoles Omega 3 o calcio o vitaminas, no mejora ni cambia el proceso de fabricación. Con lo que sólo estamos frente a un amago publicitario que no resuelve el proceso de hidrogenación.

Afortunadamente, mientras que inicialmente estos anuncios vitales de la Dra. Budwig encontraron oposición por parte de aquéllos que tenían intereses financieros puestos en la industria de las grasas, su persistencia en los ensayos y su dedicación vital a los enfermos, finalmente dio sus frutos. Y durante cincuenta años, ella dio conferencias sobre sus investigaciones y los resultados de sus terapias por toda Europa.

El doctor Raymond Hilu trabajó con ella en los últimos años de su vida y se considera su heredero intelectual aplicando la dieta de la doctora a sus pacientes siguiendo en detalle todas sus enseñanzas.

#### Estructura de la dieta Budwig

La dieta se basa en la utilización de aceite de linaza, como decíamos, según lo propuso originalmente la Dra. Johanna Budwig en 1951. Y según documentación diversa, esta dieta fue revisada por el Dr. Dan C. Roehm M.D. FACP (oncólogo y cardiólogo) en 1990. Y de ella asegura este experto que "es con mucho, la dieta más exitosa contra el cáncer en el mundo". Pero se recomienda asimismo contra la artritis, la esclerosis múltiple, la psoriasis, el eczema, o el acné, entre otras patologías.



El doctor Hilu muestra la importancia de las pruebas diagnósticas confirmadoras, entre ellas el escáner o la resonancia magnética. (Archivo Dr. R. Hilu)

El doctor Raymond Hilu la utiliza en diversas enfermedades, siguiendo los protocolos y pautas estrictas de la doctora alemana y nos explica que "hay mucha literatura no suficientemente fiel a las enseñanzas de la química alemana; porque ella misma embrolló la transmisión de sus investigaciones".

Así que el doctor Hilu utiliza la Dieta Budwig en patologías como la atrosia o la artritis, en problemas cardiovasculares y circulatorios, en la fibromialgia, en la esclerosis múltiple, en el déficit de atención o hiperquinesia y en muchas enfermedades degenerativas, en las que considera que hay un tejido con hipoxia o falta de oxigenación. Pero no la descarta temporalmente en procesos de antienviejecimiento o aconseja servirse de ella adicionalmente como complemento alimentario, de modo que ha confeccionado con sus pautas y criterios, diversas recetas de cocina, como salsas o condimentos.

#### Aceite de linaza y requesón

Hay versiones que aseguran la calidad preventiva de la dieta Budwig pero que niegan sus posibilidades curativas. No es así. Esta dieta no es sólo preventiva sino también curativa del cáncer. Y así lo demostró la doctora Budwig en sus 1.200 enfermos tratados con éxito. Argumentaba que la ausencia de ácidos linol en la dieta promedio occidental es la responsable de la producción de oxidasa, la cual provoca la aparición del

“La doctora Budwig prohíbe en su dieta todo tipo de margarinas. Y hay que apuntar que cuando la industria actual hace de ellas alimentos funcionales añadiéndoles Omega 3 o calcio o vitaminas, no mejora ni cambia el proceso de fabricación”

cáncer y de otras muchas enfermedades crónicas.

Su teoría se fundamenta en que el uso de oxígeno en el organismo se puede estimular con compuestos proteicos que contengan azufre, porque éstos hacen solubles en agua a los aceites. Uno de estos compuestos azufrados es el requesón de la leche, aunque también se encuentra presente en el queso, las nueces, las cebollas y el ajo, pero principalmente en el requesón. Así que el requesón es el aliado más exclusivo del aceite de linaza porque es capaz de transportar este aceite hasta las células cancerígenas. Y como el aceite de linaza es captador de oxígeno, como queda demostrado al ser utilizado en las pinturas al óleo porque permite la rapidez de su secado al entrar en contacto rápido con el aire, entonces el oxígeno llega a las células cancerígenas que viven y proliferan gracias a su falta de oxigenación. De modo que este tipo de dieta oxigenada acaba por ahogar a las células malignas y provoca la apoptosis de las mismas.

Los especialistas advierten que es necesario usar solo aceite de linaza sin refinar, cold-pressed con alto contenido de ácido linólico. Y el doctor Hilu añade que no tengamos en cuenta muchas informaciones de internet que nos relacionan este aceite de linaza con el de girasol o de soja u otro tipo de aceite; porque se trata de falsas informaciones, ya que estos productos no cuentan con la capacidad de atrapar el oxígeno que es específica del de linaza.

#### Dietas múltiples

Por tanto, la única combinación posible es la del requesón (si es posible bajo en grasa o con 0% de grasa) con el aceite de linaza. Pero el doctor Hilu está preparando un libro en el que sugiere una gran creatividad a la hora de dar recetas sobre este preparado. Porque admite que es posible tomarlo tal cual, removidos por la batidora requesón y semillas de linaza (6 cucharadas soperas por 250 grs de requesón), pero también es posible añadirle mostaza, pimienta, perejil o eneldo y hacer sabrosas salsas con las que condimentar nuestros alimentos, en particular el pescado a la plancha, que es un elemento recomendado en la dieta.

Los carbohidratos que contienen azúcar natural, como las peras, manzanas y uvas, también se pueden incluir en la dieta y la miel también es beneficiosa. Sin embargo, la Vitamina A sintética es nociva porque contiene productos de oxidación. En cambio, la Vitamina B de la mantequilla o del yoghurt natural

también es beneficiosa. Pero hay que desconfiar de las versiones que aconsejan mezclar las semillas de linaza con el yoghurt porque ésta no es la pauta de la doctora Budwig.

“La razón está muy clara”, explicaba el doctor Hilu, en su conferencia en Valencia, “esta mezcla es absorbida en el intestino delgado y la pared intestinal tiene carga eléctrica negativa y el lino también, así que el lino volvería a salir si se tomara solo y no sería absorbido. Provocaría algo de diarrea y nada más. Por eso, hay que mezclarlo con un alimento biodisponible para que sea absorbido. El requesón, al contener azufre, tiene carga eléctrica positiva. Por ello se aconseja hacer la mezcla muy homogénea con el grano, si es posible recién molido para que pase la barrera de la membrana intestinal”.

#### Champán francés con aceite de linaza

“El lino es como un imán para el oxígeno”, recalca el doctor Hilu. “En el organismo, se consigue lo mismo: atrae oxígeno y lo pasa a las células cancerígenas que viven sin él. Pero también tienen falta de oxígeno muchas células de tejidos que sufren enfermedades degenerativas como en la osteoporosis o la artritis. La doctora Budwig trataba con esta dieta unas cincuenta patologías. Yo la utilizo en el déficit de atención y en la fibromialgia y otras patologías. Claro que la mayoría de médicos no prestan atención a este tipo de terapia. Porque se preguntan: ¿cómo es posible que existan unos 5.000 fármacos para tratar este tipo de enfermedades degenerativas, de manera que amagan o debilitan su sintomatología sin curarla, y un simple requesón con aceite de linaza pueda curarlas? Y neciamente desprecian la fórmula. Por lo mismo que la doctora Budwig en vida fue tomada poco en serio. Y sin embargo, si uno lo estudia bien y se para a pensar en los parámetros básicos de la dieta, el razonamiento tiene un gran sentido. Porque todo empieza en la célula. La membrana celular tiene una permeabilidad y sus poros permiten la entrada de oxígeno y nutrientes al citoplasma y esta membrana permite asimismo salir a los detritus. Pero, ¿qué sucede si la membrana celular se endurece y pierde su porosidad? Que la matrix acumula detritus y la célula se intoxica. Si este estado se hace crónico porque los poros se taponan y la matrix (que la tienen todas las células de todos los tejidos, menos las células sanguíneas) se intoxica, sufre hipoxia o falta de oxígeno, entonces no entran nutrientes, las mitocondrias no producen ATP y las toxinas tampoco pueden salir. Así que este proceso, con el tiempo, da lugar a

“La única combinación posible es la del requesón (si es posible bajo en grasa o con 0% de grasa) con el aceite de linaza. Pero el doctor Hilu está preparando un libro en el que sugiere una gran creatividad a la hora de dar recetas sobre este preparado”

#### Una jornada Budwig

- Empezar la jornada con un caldo de chucrut (col fermentada)
- Tomar la preparación del requesón con las semillas en el desayuno
- Un zumo de remolacha o zanahoria a media mañana
- Ensalada de verduras o verduras poco cocidas en la comida
- Acompañadas de pescado a la plancha sin piel. Puede aliñar las verduras o el pescado con aceite de oliva o con salsa del requesón y el lino y también con limón
- Puede asimismo comer legumbres con verduras
- O arroz integral al que puede añadir frutos secos o pasas
- Como postre, de nuevo la combinación de requesón y lino con miel o con fruta
- Y en la cena, sopa de verduras con aceite de lino
- Y de nuevo, la combinación de requesón con lino

enfermedades degenerativas de este tejido o bien al cáncer. Y el cáncer se produce cuando este desajuste penetra en el núcleo celular y la degeneración induce un cambio genético”. “Así que esta dieta encaja totalmente en los paradigmas de la Medicina celular”, remata el doctor Hilu.

Y sigue: “La doctora Budwig buscó y encontró un *barrendero* celular que son estos ácidos grasos polinsaturados, que ablandan la membrana celular quitándole la grasa saturada y restableciendo su permeabilidad y consiguen hacer entrar oxígeno a las células y sanarlas”.

¿Pero si estamos frente a un tumor cerebral? ¿Cómo es posible hacer llegar el aceite de linaza al cerebro?

La doctora Budwig sabía que el alcohol llega rápidamente al cerebro y la variedad de alcohol que llega con mayor rapidez es el champán, seguramente por su burbujeo. Sólo que tenía que ser el verdadero champán francés realizado con el método champagnoise que no añade azúcar en el proceso. Así que para la curación de los tumores cerebrales recomendaba champán francés con aceite de linaza, una copa de champán con una cucharada soperas de aceite. “El alcohol se absorbe en el estómago, matizaba el doctor Hilu. Pero el burbujeo va rápidamente al cerebro y aporta el oxígeno a las células”.

#### Matices de la dieta

Una persona requiere al día la toma de 6 cucharadas soperas de polvo de semilla de linaza como mínimo, adaptando la cantidad de requesón según apetito (“la cantidad de requesón no es importante”, me remarcaría, el doctor Hiku) y algún trozo

de fruta en la mezcla, si quiere.

El especialista de Marbella, como decíamos, recomendaba obtener este combinado con la batidora. La mezcla se puede endulzar con miel o con alguna fruta de preferencia.

A la hora y media, debe tomarse un zumo de remolacha con lino. Al mediodía, una ensalada con lino y requesón y una sopa con lino, el equivalente a unos 60 g. o tres cucharadas de aceite de linaza. Si se utilizan semillas, éstas deben ser molidas en el molinillo de café y utilizadas enseguida para que no se oxiden y pierdan su función. Se han de ingerir antes de 20 minutos después de haberlas batido con el requesón. Si se guarda en la nevera, la mezcla deberá estar muy bien tapada o en un recipiente con extracción de aire y siempre en botella o frasco oscuro para que no deje pasar la luz.

El doctor Hilu advertía que el grano requiere, respecto del aceite, el doble de la ración correspondiente. Es decir, tres cucharadas si es aceite y seis si se trata de semillas. Claro que la ración ha de ser personalizada en función del peso. Por lo que podemos estar hablando de seis cucharadas soperas o de doce.

Si se trata de personas alérgicas a la lactosa, el doctor Hilu recomendaba enemas de aceite de lino; “porque los últimos diez centímetros de recto son muy porosos y su absorción es máxima. Se puede absorber entre un cuarto de litro y medio litro sin problemas; porque la absorción es total en este punto, como sucede en el caso de un supositorio, y sólo requiere unos momentos de retención”.

Algunos estudios y publicaciones recomiendan esta dieta incluso para toda clase de enfermedades crónicas, especialmente cardiopatías (trombosis coronaria), diabetes y artritis. Dicen que mejora el oído y la vista. También se considera una dieta ideal para los niños autistas.

La Dra. Budwig recomendaba también una dieta de vegetales y frutas en su calidad de anti-cancerígenos crudos y de preferencia orgánicos. Éstos incluyen el repollo (tanto crudo como fermentado en la forma de chucrut), tomates, zanahorias, brócoli, berro, ají picante, piñas, papaya, kiwi y otras, enteros y en jugo. Y se hace imprescindible el consumo de pescado pero no acepta, como decíamos, ni la carne roja, ni pollo, debido a la posibilidad de que estén contaminados con químicos como hormonas, vacunas, y otros. También recomendaba baños de sol de manera regular para captar vitamina D, hacer ejercicio físico (adecuado a la condición del paciente), descansar y mantener una actitud mental tranquila y positiva.

“Se prohíbe totalmente el azúcar, sólo se puede utilizar zumo de uva para endulzar o algunas frutas mezcladas con zumos naturales. Se recomienda tomar algo caliente con frecuencia, como té o infusiones, unas tres veces al día ”

#### Prohibiciones

Sin embargo, se prohíbe totalmente el azúcar, sólo se puede utilizar zumo de uva para endulzar o algunas frutas mezcladas con zumos naturales. Y se prohíben todo tipo de grasas animales, así como salsas grasas como la mayonesa y todo tipo de carnes rojas. También está prohibida la mantequilla, la margarina y alimentos con conservantes, de los cuales la experta decía que bloqueaban el metabolismo, incluso el del aceite de linaza.

En cambio, se recomienda tomar algo caliente con frecuencia, como té o infusiones, unas tres veces al día.

También se prohíbe el alcohol que tarde o temprano se transforma en azúcar, porque las células cancerígenas son glucodependientes. Excepción hecha del champán francés con aceite de linaza para tumores cerebrales. El café y el tabaco también están prohibidos. Así como el marisco y las latas y conservas y los pescados de piscifactoría.

#### Dieta Budwig de por vida

- 250 g. de requesón cada vez, bajo en materia grasa, a ser posible al 0%. Ecológico y biológico. 1 kg. al día (4 tomas)
- Puede ser sustituido por el clásico “mató” catalán hecho en casa con leche de vaca, de cabra o con leche de camella, que es la proteína más parecida a la leche materna humana. Se está investigando su resultado con leche materna humana.
- Seis cucharadas de semillas de lino recién molidas por cada ¼ kg de requesón
- Batir la mezcla en batidora añadiéndole agua o frutas al gusto o bien miel natural, virgen.
- Ingerir el resultado en menos de veinte minutos
- Si la preparación sobrante debe ser guardada, ha de hacerse en recipiente en el que pueda extraerse el aire o máxime bien tapado y enseguida, para que no se oxide la mezcla en contacto con el aire. Si se guarda ha de ser en recipiente oscuro porque la luz afecta la composición.
- Zumo de remolacha con lino o de zanahoria
- Ensalada aliñada con la salsa anterior en la comida o utilizar la misma para aliñar pescado a la plancha
- No consumo de grasas de ninguna especie (ni mantequillas, ni margarinas)
- No consumo de carne roja ni pollo si no es de granja y cuidados naturales
- No consumo de conservantes ni edulcorantes artificiales
- Tomar el sol un mínimo de veinte minutos o media hora cada día
- Tomar vitamina D en invierno
- Es aconsejable un enema de aceite de linaza, tres días consecutivos al mes. Varios meses.
- La dieta Budwig en la curación del cáncer es de por vida, porque en el momento en que las células no reciban oxigenación pueden volver

a proliferar

- En caso de esclerosis múltiple, lo mismo. Y también en enfermedades degenerativas.
- En la fibromialgia puede tratarse de una dieta curativa y una vez obtenida la curación, puede haber cierto relajamiento, aunque sin olvidar ciertos principios y con recordatorios periódicos de la dieta. Y nunca volver a las grasas trans o los conservantes y a la comida “basura”.
- No tomar el aceite de lino a cucharadas porque se expulsa directamente sin ser absorbido provocando diarrea
- Añadir vitamina B6 por la noche
- Beber mucha agua, un mínimo de un litro y medio diario y en esta cantidad se descuentan los té e infusiones y zumos
- Otros alimentos prohibidos: los lácteos, los cacahuets y cremas de cacahuets, los alimentos refinados y azúcares y edulcorantes, ya hemos comentado las grasas trans.
- Si la dieta se utiliza para el herpes o enfermedades víricas, se prohíben las nueces. Sí se pueden tomar el resto de frutos secos, en particular de cultivo ecológico
- Hay que retirar la piel del pescado al comerlo porque contiene toxinas del medio ambiente
- Procurar tomar alimentos ecológicos para no ingerir pesticidas
- Los embutidos también están prohibidos, excepto el jamón de bellota o ibérico
- También están prohibidos los fritos
- Se aconsejan verduras poco cocidas o crudas
- En caso de candidiasis, la fruta dulce es desaconsejada
- Se prohíbe tabaco y café
- Se prohíben los mariscos y el pescado procedente de piscifactorías porque son alimentos con pienso que contiene grasas trans.

## “Más de mil casos tratados con una curación total de más del 90 por ciento es suficiente para dar crédito a la Dieta Budwig”



El doctor Raymond Hilu es médico especialista en Medicina Integrativa y Celular, de origen libanés, educado en Estados Unidos donde fue discípulo del Profesor Bradford, creador de la Medicina Integrativa. Y tiene su consulta en Torremolinos desde hace muchos años. En la actualidad, además tiene clínica en Marbella y consulta en Barcelona. Hemos contactado con él en Valencia, en el Simposio sobre Medicina Integrativa y terapias preventivas del cáncer, organizado por los doctores Antonio Marco e Inmaculada Reig.

M.D. Muntané

“Yo llevaba tiempo intentando contactar con la doctora Budwig porque estaba interesado en sus trabajos y había leído todo sobre ella y sus investigaciones. Y ella no atendía mis escritos ni llamadas. Lo había intentado a través de amigos comunes porque yo había estudiado en Alemania y tenía amigos que la conocían. Yo creo que ella pasaba tanto tiempo en los Juzgados y preparando sus testimonios y causas que no tenía tiempo ni para sí misma ni para crear una escuela, que hubiera sido lo deseable. Así que un día me presenté en su casa y pude hablar con ella. Le hablé enseguida de sus siete nominaciones al Nobel y de la injusticia que yo creía que estaba soportando y creo que con ello me la gané. Me aceptó para poder aprender con ella. Pero, eso sí, pagando. La doctora Budwig cobraba para tratar a sus enfermos que se llevaba de los hospitales. Y también a sus discípulos.

El contrato que establecía con ellos era del cobro de la mitad de sus honorarios al principio del *training* y del resto al final. Pero pocos terminaban por unas u otras razones. Quizá por su carácter, porque era violenta y agresiva y nada dialogante. Quizá por razones económicas. El caso es que muchos se iban sin abonarle la segunda parte. Me lo dijo y yo le ofrecí pagarle sus honorarios de entrada redondeando la cifra a la subida. Cosa que agradeció y le hizo confiar en mí.

Me delegó sus manuscritos y apuntes originales, fruto de sus estudios y me nombró su heredero intelectual fijando un acuerdo de que podía utilizar sus derechos. Y me confesó que a los demás discípulos no siempre les había dado las pautas verdaderas, porque introducía datos falsos que sólo al final del *training* reconvertía porque no podía confiar en la gente, por los muchos fracasos que había acumulado en su vida. Estuve un tiempo trabajando con ella y luego continuamos nuestra relación hasta su muerte”.

Por lo que cuenta, como mujer genial, no tenía buen carácter...

Era muy agresiva. Si tuviera que definirla, le diría que era como Hitler en mujer. Pero, afortunadamente, por alguna razón conectamos. Y me demostró mucho cariño y me trató siempre de manera extraordinaria.

Según explicaba usted en su ponencia, es muy importante el cómo consumir ese lino para procurar certeramente su llegada al torrente circulatorio.

Exactamente. Yo creo que la dieta en sí es muy sencilla. Pero que se trata de no olvidar ese detalle para que llegue el lino al máximo a su lugar de destino. Por eso se hace necesaria su mezcla con el requesón, como alimento biodisponible. Y si se trata de personas que no pueden tomar el requesón, la única solución son los enemas de aceite de lino. Y es que tenemos en cuenta que en la toma oral la absorción se produce en el intestino porque el requesón contiene proteínas azufradas de carga positiva en contraste con la carga negativa de la pared intestinal, lo que facilita o estimula la absorción. Pero si el lino fuera tomado solo, saldría igual que ha entrado y no sería absorbido.

Estamos haciendo una serie de trabajos de investigación en este momento con el fin de facilitar esa absorción. Y hemos hecho experimentos con L-cisteína, que es un aminoácido que también está presente en el requesón, pero no hemos obtenido buenos resultados hasta el momento.

**¿Qué ocurre si acude a usted un enfermo de cáncer en busca de la Dieta Budwig?**

Francamente, yo analizo el estado del paciente, procuro hacer un acercamiento diagnóstico a través de la Medicina Celular y la Medicina Integrativa y le explico lo mejor que puedo cuál es su situación. Intento interpretar la terapia que está siguiendo y le doy toda la información posible. Y él decide cuál es el camino. En su mayoría, siguen la dieta sin dejar el tratamiento convencional. Cosa que a mí me parece una buena decisión que yo acepto y nunca influyo en ella.

Yo respeto el criterio de la Dra. Budwig y admiro su valentía. Pero también considero que es una falta grave de petulancia y una gran responsabilidad. Porque no todos los pacientes son iguales. Así que mi opción es dar siempre apoyo al paciente en lo que elija. Y en esta elección, estudiamos la mejor forma de ayudarlo, aumentando la efectividad de la quimioterapia y procurando ayudar a evitar sus efectos secundarios y no devaluando la misma. Y si decide no entrar en la quimioterapia y hacer exclusivamente nuestra terapia, una vez escuchadas las ventajas e inconvenientes, nosotros, de la misma manera, hacemos todo lo posible de nuestra parte. Claro que hay muchos pacientes que están atados a la quimio o a los tratamientos convencionales, porque económicamente no pueden hacer otra cosa y no hay una libre elección.

**¿Qué otras aplicaciones tiene la Dieta Budwig?**

Como le comentaba, su creadora la utilizaba en unas cin-

uenta enfermedades, en particular las degenerativas. Yo obtengo muy buenos resultados con ella en la fibromialgia, en artrosis y en artritis y psoriasis o eczemas dérmicos. Pero estamos investigando para ampliar estas aplicaciones, ya que ella me legó todos sus derechos. Una de las investigaciones de la doctora Budwig fue con ratones a los que a un grupo les daba comida normal y otros añadía lino a su comida. Y estos últimos fueron mucho más machos y con mayor virilidad. Así que ésta es seguramente otra vía inexplorada y a estudiar. Pero a mí me atrae especialmente la aplicación de la dieta en el retraso escolar. Porque la doctora parece que lo utilizó en la hija de una vecina y dio tan buenos resultados que luego le llovían pacientes para solucionar su retraso escolar. Y publicó los resultados de su estudio. Y eran niños que llegaron a ser los primeros de la clase.

**¿Tiene algún caso clínico sorprendente que quiera hacernos partícipes?**

Un paciente británico de 65 años llamado Michael. Cuando le descubrieron el cáncer en un hospital de Londres ya era demasiado tarde y no pudieron operarle ni darle quimioterapia ni tampoco radioterapia. Le dijeron que le quedaban pocas semanas de vida ya que el cáncer de colon se le había extendido al hígado, páncreas, pulmones... El yerno de Michael ya era paciente mío de antes e insistió a que atendiera a su suegro e incluso me prometió que si le ayudaba, aunque fuera sólo para mejorar su calidad de vida, me iba a regalar un microscopio nuevo. En su momento, no vi oportuno hacer nada más que indicarle a Michael que siguiera la dieta Budwig en combinación con los enemas y a los 3 meses de estar en España se volvió al mismo hospital en Londres del que recibí una llamada del director felicitándome por el milagro, ya que no quedaba rastro de tumoraciones en Michael tal y como yo le había indicado antes de su vuelta a Inglaterra. Por supuesto, el yerno me regaló el microscopio que guardo con mucho cariño, ya que quedó antiquado. De esto hace más de diez años y Michael sigue vivo y libre de cáncer.

**¿La Dieta Budwig tiene algunos efectos en el antienvejecimiento? ¿Tiene sentido aplicarla en ello puesto que provoca una mejor oxigenación de los tejidos?**

Me atrevería a decir que es una de las dietas más equilibradas que conozco. Ayuda a reducir la oxidación celular y por tanto ayuda en los tratamientos de antienvejecimiento sobre todo si se combina con ejercicio y tomar 10 minutos de sol al día (por la tarde). Además, ayuda a eliminar toxinas que son responsables del proceso de envejecimiento.