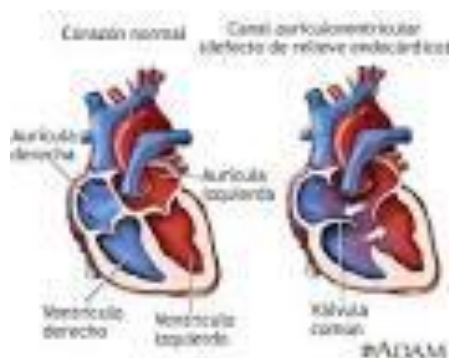


## **Que se debe hacer después de un trasplante de Corazón**



***Todo depende... Sabía usted que de 100 mil personas solo una padecería del corazón y, solo por un daño llamado hueco, algo poco común.***

***En realidad, el corazón es un músculo muy fuerte, pero hay algo que lo va deteriorando con el tiempo y es nada menos que lo que menos creemos. Veremos más adelante de que se trata.***

***Las características y predisposiciones de herencia como antecedentes familiares de trastornos cardíacos y sanguíneos, son factores de riesgo muy importantes.***

***Tener niveles altos de grasa sanguínea llamada medicamente “hiperlipidemia familiar” e “hipercolesterolemia” y un nivel alto de azúcar en sangre (diabetes).***

***Aunque la mayoría de los médicos creen que es genética y no habría nada que hacer. Otra investigación sugiere que puede ser causada por una mala nutrición durante el embarazo.***

***A más edad mayor es el riesgo, la incidencia más peligrosa esta entre los 45 a 70 años. Pero si a partir de los 70 años no ha demostrado signos evidentes de enfermedad del corazón, es poco probable padecerla en forma grave si se mantiene el mismo estilo de vida. Ojo digo: ¡Estilo de vida!***

***Antecedentes familiares son un factor importante. Las probabilidades de desarrollar enfermedades del corazón antes de los 20 o 30 años si ambos progenitores tienen genes de alto nivel de grasa. Si es solo uno de los progenitores el que tiene esos genes, las probabilidades continúan siendo elevadas pero un poco más tarde, a partir de los 40 o 50 años. Un examen previo antes del matrimonio sería ideal para saber prevenir daños en la criatura, en el que puedan hacer algunos cambios en hábitos considerando la importancia de la formación de un hogar. Examen de DNA.***

***En algunas investigaciones se han sugerido que la pérdida regular de hierro por medio de la menstruación sea el motivo de la menor incidencia de la enfermedad del corazón en las mujeres pre- menopáusicas, aunque no está demostrado y es más probable que ello tenga que ver con la hormona femenina estrógeno.***

**Los grupos de clase (socioeconómicos bajo) (fundamentalmente obreros) padecen más de enfermedad del corazón que los que pertenecen a clases más acomodadas.**

**Personas de origen asiático son más propensos que cualquier otro grupo étnico. (aunque los afrocaribeños, especialmente mujeres, sufren más apoplejías que ningún otro grupo.**

**En Irlanda y Escocia es donde se dan los índices más altos de enfermedad del corazón en el mundo.**

**Las personas con trabajos exigentes, aburridos o repetitivos tienen mucha más probabilidad de enfermar.**

**LA GENTE QUE NO HACE EJERCICIOS, LOS QUE COMEN MAL Y MUCHO y, los que consumen mucho dulce y grasa.**

**Los que comen grasas o carnes rojas tienen un riesgo 3 veces mayor que los que no consumen ese tipo de comida.**

**Los fumadores tienen un riesgo mayor. Todos estos son factores de predisposición.**

**Padecemos de enfermedades del corazón básicamente porque:**

**Nuestra sangre no está limpia y no es lo bastante fluida.**

**Nuestras arterias no están suficientemente despejadas**

**Nuestro corazón no bombea correctamente**

**Nuestras arterias se han estrechado por niveles altos de tensión.**

**La sangre se substituye aproximadamente cada 4 meses, absorbe oxígeno y <<expulsa dióxido de carbono>> por medio del conjunto de vasos sanguíneos diminutos (capilares) que rodean cada una de los 300 millones de alveolos (sacos de aire) que hay en los pulmones.**

**La sangre se produce principalmente en la médula ósea, en los ganglios linfáticos y en el bazo. La limpieza tiene lugar en los riñones, por eso es tan importante tomar suficiente agua durante el día, para mantenerlos limpios. ¿Usted ya lo hace? ¿Sabe la manera correcta de consumir el agua y por qué?**

**Un 30% de la sangre permanece en el hígado. Por eso es tan importante que este sano. Es importante un chequeo periódico del mismo. ¿Que está ingiriendo supuestamente para obtener un mejor cuerpo?**

**Los vasos sanguíneos en particular las arterias se obturan por las características de ellas.**

**La sangre es vida, así mismo como lo expresa la Biblia, solo que en aquella época no hubiera el ser humano entendido la parte química. Pero se imagina usted Jesús explicando que las 2/5 partes de la sangre son "eritrocitos" glóbulos rojos y 3/5 partes plasma que**

*son una solución de proteínas semitransparente y sales minerales. Que existe pequeña cantidad de glóbulos (blancos) leucocitos y de plaquetas. Que la sangre debe tener la consistencia adecuada y estar en constante movimiento para que no se coagule rápidamente, si se detiene podrían aparecer trombos dando una coloración oscura sobretodo en áreas como la parte superior del empeine o tobillos. Verdad que esto en aquella época nadie lo habría entendido. Lo peor hoy en día pocos lo saben, otros poco les importa saberlo. Se sabe más del coche que nos transporta, que cuantos voltios tiene la batería, que aceite usa el motor, cuantos galones de gasolina le caben, pero si preguntas: ¿cuantos litros de sangre tienes en tu cuerpo?... por lo tanto, no quiero extenderme más.*

*El caso es, que a mi amigo y paciente que aparece en la fotografía y video. Se le hizo un trasplante de corazón de un hombre que tuvo un accidente en una motocicleta. La cirugía se llevó a cabo en el Jackson Memorial Hospital de Miami. Fue un éxito la cirugía paso sus 45 días de control y luego bajo mi responsabilidad, en la cual tenía el un monitor que vía satélite informaba de cualquier anomalía que se pudiera presentar en la relación pulmones y corazón directamente al hospital, para seguir muy de cerca su rehabilitación en nuestro Programa de reacondicionamiento. Claro una de sus limitaciones era que no debería levantar más de 10 libras; pero solo sus zapatos tenis pesaban eso.*

*En un principio pasamos uno que otro sustico, pero poco a poco y más exactamente a los tres meses se fue adaptando su cuerpo y no digamos que solo su cuerpo, su corazón y sus pulmones. Obviamente el cuerpo humano es una maquina diseñada para ser programada y no abusada.*

*Era una situación delicada para los dos, mi responsabilidad y su vida estaban permanentemente en juego, mi control tenía que ser muy agudo, siempre observando sus signos vitales, color de labios etc. Yo monitoreaba constantemente su corazón con mi pulsoxímetro y, tensiómetro para poder escuchar su corazón al mismo tiempo que media sus variantes entre diástoles y sístoles.*

*El caso es que fimos avanzando de tal manera que nos olvidamos de sus limitaciones, llegamos como lo pudieron observar en el video, que manejaba las 500 libras y más. Claro yo no le recomiendo a nadie que no esté especializado para llevar a cabo algo así, porque todo puede terminar en una mala muy, mala experiencia. El comentario viene no para decir que soy cardiólogo...solo deseo dejar saber que si hay un entrenamiento adecuado el cuerpo va a responder a los estímulos; mas no a los extremos, ni entrenamientos intensos, ni dietas extremas. Nada que sea extremos en la vida puede ser de beneficio porque todo eso conlleva a estresar tanto metales como cuerpos de cualquier índole.*

*Iniciando el programa, mire sus exámenes de sangre, era terriblemente impresionante ver como su sistema inmunológico estaba afectado por los inmune-supresores, que son*

***necesarios para evitar que exista la posibilidad de un rechazo por el sistema inmunológico al trasplante y muera la persona de inmediato.***

***Mi querido David y yo quisimos hacer un experimento para mejorar ese sistema inmunológico y funciona. Claro esto no lo puedo mencionar por razones de seguridad al público y está en estudios más profundos.***

***Sus exámenes de sangre mejoraron notablemente y ya no se sentía agobiado ni constantemente con infecciones. Como ya lo he mencionado, esto no lo puedo comentar por este lugar pues no falta quien desee llevar a cabo un experimento y no deja de ser un riesgo, todo esto estaba monitoreado por un hospital de muy alta reputación. Este experimento solo se puede hacer con el corazón, con ningún otro órgano. Tengo conmigo los exámenes. Como el AllowMap Molecular Expression Test that is an in vitro diagnostic multivariate index assay (IVDMAIA)***

***Su examen Hematológico Linfocite reflejaba 17.2 L cuando el rango era 20.50 -51-10***

***En fin, las cosas marcharon muy bien hasta el día de hoy para alegría de los dos.***

***El caso no es exponerles la proeza...nooo. es dejarles saber que el cuerpo en actividad bien llevada supera no solo la vejes prematura, pero, la normal también. ¡El reloj biológico si se puede detener y, donde existe una buena dosis de amor con mayor razón!***

***¡Invierta en salud, no gaste en salud! ¿Son dos cosas distintas verdades?***

***Al iniciar este documento mencione que más adelante explicaría porque o que es lo que afecta el corazón. Es en realidad causada por la sangre y la falta de actividad física programada, sumándole el temperamento de cada individuo, cuando una persona se enfurece la sangre se pone espesa haciendo que el corazón se esfuerce y, si es una persona de poca actividad física, no podrá mover ese poco de agua con cemento.***

***Una persona con tensión psicológica, lograra que sus vasos sanguíneos se adelgacen y deje de fluir la sangre y produzca trombos que no dejan de ser un riesgo. En conclusión: cuide lo que come, cuide lo que piensa y no se quede sin hacer ejercicios.***

***Mi intención es: ayudar a que todos tengamos más conciencia de lo que somos para poder disfrutar la vida, de otra manera que no sea ocultando o, disfrazando los momentos de una manera equivocada.***