



# HIDROTERAPIA DE COLON

## aliada de nuestra Salud

Tenemos muchos estudios que constatan la importancia de una microbiota sana y la relación que hay con nuestra salud y a su vez con la prevención de las enfermedades crónicas y autoinmunes. La hidroterapia de colon es una poderosa herramienta para la recuperación y mantenimiento de la salud.

Han sido muchas las culturas ancestrales en las cuales se han utilizado los lavados de Colon rectales o enemas para diversas patologías; como la fiebre, las congestiones digestivas, la eliminación de parásitos y bacterias... Nuestros ancestros hacían buen uso de esta práctica con los pocos medios que disponían y con muy buenos resultados. De hecho se encontraron diversas pinturas aborígenes en las cuales desarrollaban esta práctica con el fin de recuperar la salud y desintoxicar el organismo.

Curiosamente, las primeras peras de goma para enemas fueron diseñadas por los indios del Amazonas. Por otro lado, en la historia hay muchos médicos, como Hipócrates y Celso, médicos importantes para la historia que daban uso de los lavados intestinales. Incluso en la cultura china todavía hacen uso de enemas en sus tratamientos.

Aunque en la historia ha sido de gran importancia la limpieza intestinal, Moliere, un actor dramaturgo de la época, la puso en desuso por una actitud burlesca hacia la práctica y desde entonces se dejó de practicar este método de limpieza.

Es en el siglo XIX cuando se vuelve a retomar por un médico alemán que considera *“La irrigación intestinal como terapia de apoyo para cualquier tratamiento”*. En aquella época se iba reconociendo el tracto intestinal como la matriz de muchas enfermedades crónicas. Y fue en este siglo en el cual, unos ingenieros americanos terminaron diseñando la máquina de HIDROTERAPIA DE COLON, más cercana a la que conocemos hoy en día, por petición de unos médicos alemanes. La mayor premisa era limpiar el colon de residuos y evitar el estreñimiento, pero poco a poco descubren que no solo actúa en el

estreñimiento sino también en la fiebre, la energía vital, problemas de piel, psoriasis, nerviosismo, etc. se observó cierta mejoría en estos terrenos. Con lo cual era importante poder desprenderse de las toxinas para una buena recuperación.

### EFFECTOS DE LA HIDROTERAPIA:

La Hidroterapia de Colon es una terapia de suma importancia en nuestros días teniendo en cuenta la cantidad de tóxicos que nos rodean. Muchas veces el problema es la capacidad de eliminación tan reducida que tenemos por nuestros malos hábitos de vida. Cierto es también que es una práctica que debe de ir acompañada de un buen diagnóstico, una dieta adecuada y un tratamiento adecuado. Sólo la hidroterapia de Colon en sí es adecuada para la desintoxicación, pero bajo la supervisión de un terapeuta se puede dirigir para un muy buen resultado.

por MAITE GONZALEZ  
Nutricionista, Ortomolecular, PNIE, Hidroterapeuta de colon.

[www.maitegonzalez.net](http://www.maitegonzalez.net)  
[info@maitegonzalez.net](mailto:info@maitegonzalez.net)

## BENEFICIOS DE LA HIDROTERAPIA:

- Disminuye la concentración de bacterias putrefactivas y metanogénicas del colon.
- Eliminación de toxinas y materia fecales de las paredes del colon, importante en la reestructuración de los intestinos permeables.
- Regula el peristaltismo intestinal, evitando el estreñimiento.
- Hidratación del Colon y mejora de la absorción de nutrientes.
- Antiinflamatorio digestivo a través de la recuperación del sistema inmune, eliminación de candidiasis y limpieza de los vasos linfáticos. Se baja peso siempre no solo por la eliminación sino por la recuperación de la Akkermansia, mucosa protectora y activadora del metabolismo.
- Mejora notable a nivel circulatorio periférico desde su paso por la aorta hacia las piernas.
- Limpieza de la zona genitourinaria, imprescindible para la fertilidad y las recurrentes infecciones urinarias
- También muy utilizado para la regulación hormonal en estado de menopausia.
- Efecto importante sobre el sistema nervioso central, insomnio, estrés, depresiones.
- Efecto importante en la desintoxicación en general, estado de ánimo y energía que aporta tras la terapia.
- Aporta una sensación de ligereza digestiva y recuperación de energía. Claridad mental.

La hidroterapia de colon es es una de las herramientas de salud más poderosas hoy en día, y se puede indicar como terapia de apoyo en muchas ocasiones, pero es espectacular en problemas digestivos, piel y sistema nervioso central.

La terapia mínima son **4 sesiones de 45 a 60 minutos**, se llegan a introducir un promedio de 30 a 45 litros según el paciente. Siempre con mucho respeto y adecuando el ritmo.

La frecuencia es de **una a la semana teniendo en cuenta que la renovación de la microbiota total es en tres días** y pautamos un probiótico dependiendo cual sea la patología a tratar, así como el tratamiento completo.

Con lo cual no es una terapia en sí, es una herramienta imprescindible para la resolución del problema o para poder ir avanzando en la recuperación de las diferentes enfermedades.

## INDICACIONES:

- **TERAPIA ANTIAGING.**
- Con un adecuado tratamiento la limpieza de colon nos ayuda a paliar en enfermedades autoinmunes y degenerativas; Psoriasis, Artritis Reumatoide, Síndrome de sensibilidad central, Fibromialgias, dolores en general...
- Eliminación de parásitos.
- Histaminosis.
- Estreñimiento y diarreas.
- Recuperación de la disbiosis intestinal
- Sibo, fermentaciones, gases, flatulencias dolorosas, malas digestiones, hipo o hiperclorhidria.
- Eliminación de metales pesados...
- Asma, eczemas, alergia.

## CONTRAINDICACIONES:

- Fisuras anales
- Diverticulitis
- Colitis ulcerosa, Crohn
- Embarazos posterior a 3 meses
- Neoplasia de Colon o Recto
- Hernias abdominales
- Cardiopatías graves
- Insuficiencias Renales
- Hipertensiones altas

