

ELÁN  
Anti-aging Med

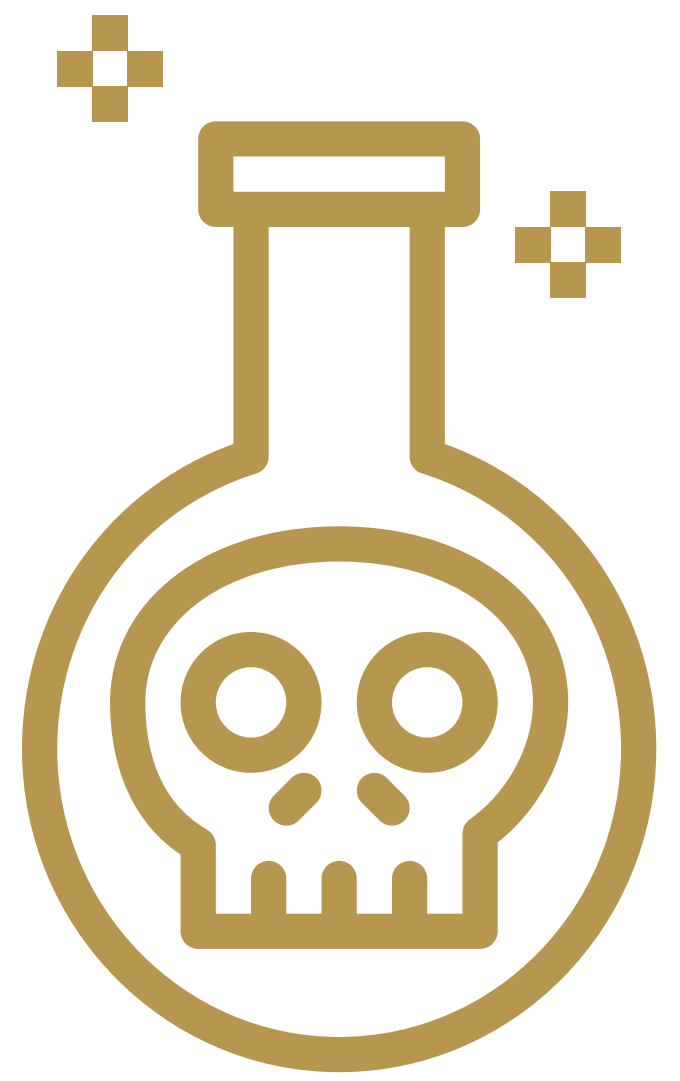
# E-BOOK

¿Por qué  
nuestro cuerpo  
debe eliminar  
Toxinas?

Guía para saber  
cómo lograrlo



# INTRODUCCIÓN



En los últimos años las toxinas, las dietas detox o rutinas de ejercicios enfocadas en la desintoxicación del cuerpo han ido tomando relevancia. Sin embargo, aún hay mucho desconocimiento sobre por qué nuestro cuerpo necesita eliminar toxinas y sobre todo la manera correcta de hacerlo.

Las toxinas son sustancias perjudiciales que son producidas por las células, ya sean de plantas, animales o los desechos de microorganismos. Incluso pueden haber sido fabricadas por el cuerpo o proceder del exterior.

El problema de las toxinas es que cuando se acumulan provocan daños en nuestras células y tejidos. Es por ello que hemos preparado este ebook, para enseñarte todo sobre las toxinas y como eliminarlas de forma segura.



# ¿QUÉ SON LAS TOXINAS?

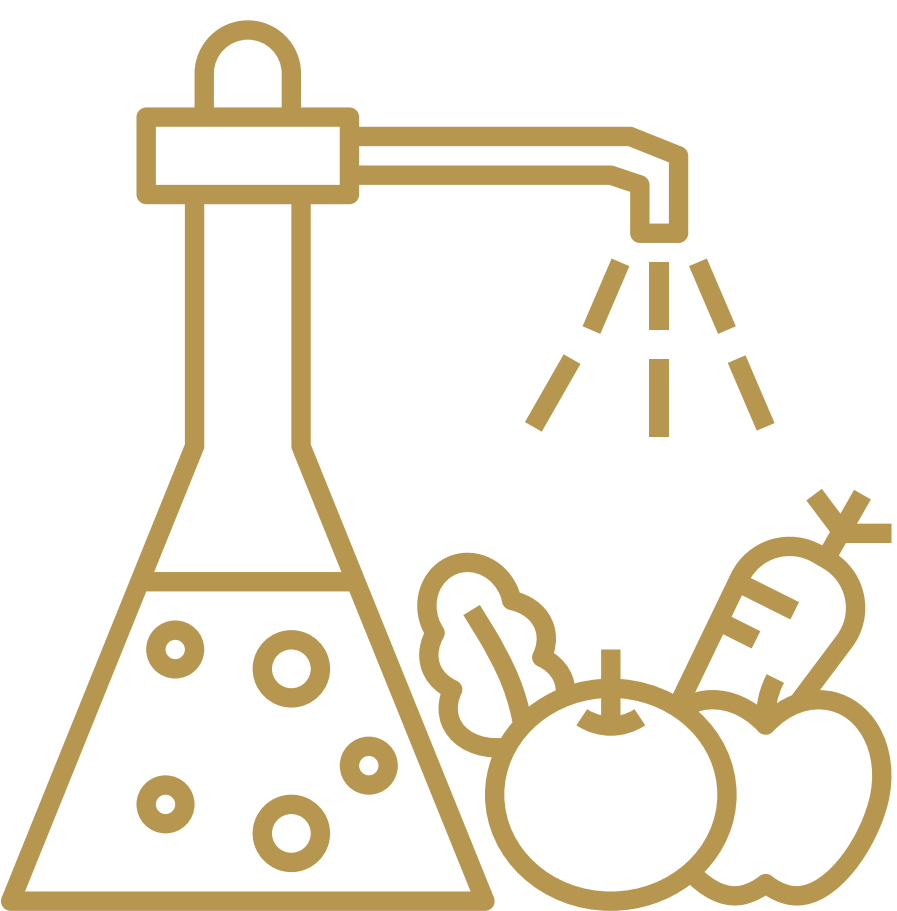
Su definición es:

**Toxina:** Sustancia venenosa puede ser de origen biológico o químico.

El entorno continuamente insulta nuestros cuerpos con toxinas químicas generando una acumulación en los tejidos.

Emisiones vehiculares, la cadena de distribución alimenticia, productos de limpieza caseros hasta los productos de cuidado personal que aplicamos en el rostro y cuerpo. La mayoría de estas toxinas se acumulan en el tejido adiposo, torrente sanguíneo y contribuye a las subidas de peso, enfermedades autoinmunes y cáncer.

Es por eso que cuando se hace una dieta solo con restricción de calorías pero sin desintoxicar antes el cuerpo se produce el famoso REBOTE.



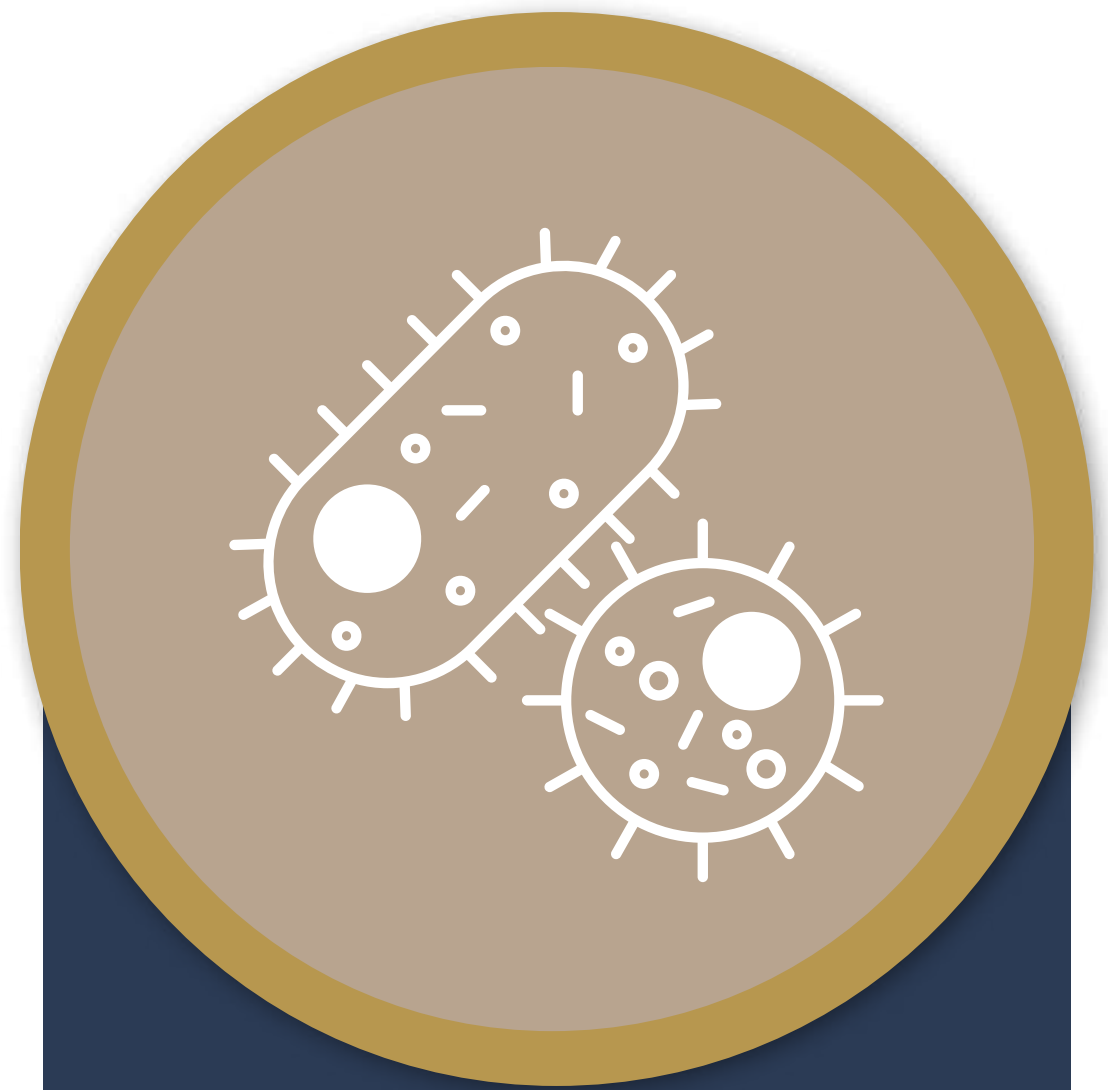
## Contribuyentes de toxicidad:

- Dieta alta en carbohidratos, azúcares y comidas procesadas.
- Medicamentos (acetaminofen, prednisona entre otros)
- Metabolitos hormonales y metabólicos que no se eliminan apropiadamente.
- Toxinas mentales, emocionales y espirituales: soledad, enojo, celos, hostilidad, aislamiento, falta de fe.



### EXOTOXINA

Metales Pesados  
Solventes  
Organofosfatos  
Pesticidas  
Parabenos  
BPA  
Moho



### ENDOTOXINAS

Bacteria Intestinal  
Levadura, Cándida  
Aditivos alimenticios  
Químicos alimenticios  
Enfermedades  
infecciosas  
Estrés  
Emociones no  
procesadas

# ¿CÓMO SABER SI ESTOY INTOXICADO/A?

Los hábitos, la rutina diaria y la alimentación contribuyen a mantener la salud de nuestros cuerpos. Cuando tenemos exceso de toxinas, nuestro cuerpo llega al límite.

No es hasta que la acumulación de toxinas sobrepasa los límites que el cuerpo puede soportar, haciendo que este pierda la capacidad de desintoxicarse a sí mismo. Es en ese momento donde se empiezan a manifestar los síntomas tales como:



# ¿CÓMO DETECTAR TOXICIDAD DE METALES PESADOS?

La única forma es a través de exámen en cabello, muchas enfermedades son asociadas a este tipo de toxicidad:

- Plomo: anemia, esclerosis, fatiga y cáncer de riñón.
- Mercurio: autismo, depresión y problemas del aparato respiratorio.
- Cadmio: cáncer de próstata, bronquitis, infertilidad y enfermedades vasculares.
- Cobre: daño en el hígado, los riñones, anemia, irritaciones del intestino delgado e intestino grueso.
- Manganeso: daño en el páncreas, el hígado, el sistema nervioso central, asociado al Parkinson.
- Zinc: dolor de estómago e infección de las mucosas.







## ANÁLISIS DE CABELLO

El cabello contiene todos los minerales presentes en el cuerpo, tanto los nutricionales como los metales pesados tóxicos, cuando se realiza un análisis de cabello, este resultado indica cuántas toxinas están acumuladas en los tejidos.

Con esta información se puede interpretar una serie de eventos metabólicos donde se evalúa que tan eficientemente está funcionando el cuerpo.

Este examen da como resultado:

- La función del metabolismo intracelular, la absorción digestiva, determina si necesita más ácido gástrico.
- Determina las relaciones sodio/potasio para ver retención de líquidos, potasio/calcio para evaluar función tiroidea, la relación sodio/magnesio para función adrenal y otras 4 más.
- Proporciona conocimiento único de la Bioquímica y Alergias alimenticias.

Se extrae una pequeña cantidad de cabello debe estar en estado natural sin tintes o productos para el cabello a la hora de tomar la muestra, se extrae de la parte de atrás del cráneo por lo que puede dejar sin pintar esa área ya que está oculta.



# CAUSAS DE ENVEJECIMIENTO DE LA PIEL Y DE LAS ENFERMEDADES DEGENERATIVAS DEL CUERPO

## Causa 1: La Inflamación

La piel es la ventana de lo que sucede internamente, los problemas son creados por la inflamación interna y agravados con los desbalances hormonales. Esto se debe tratar interna y externamente para aliviar el problema y prevenir la recurrencia.

La inflamación interna provoca la mayoría de condiciones de la piel:

HIPERPIGMENTACIÓN	ARRUGAS Y FLACIDE	POROS AGRANDADOS
MANCHAS DE LA EDAD	CÁNCER DE PIEL	PSORIASIS
ALERGIAS	PÉRDIDA DE CABELLO	MELASMA
CRECIMIENTOS, LUNARES	ROSÁCEA	ACNÉ

## Causa 2: La Inflamación acelera el adelgazamiento y envejecimiento de la piel

El factor de envejecimiento es el daño causado a la célula madre de la piel, se vuelve deficiente la reparación a nivel ADN resultando en degeneración de la misma.

Las investigaciones comprueban que la inflamación activa la cascada de enfermedades y las citoquinas.

Estudio de la función de las Citoquinas en la inflamación de la Piel (Climacteric 2013): La piel envejecida se caracteriza por la disminución del colágeno y el espesor de la piel, lo que resulta en una piel arrugada y seca que se lastima fácilmente y toma más tiempo en sanar.

Las citoquinas juegan un papel protagónico en la manifestación de estas características de la piel envejecida. Las citoquinas pro-inflamatorias el factor tumoral necrótico inhibe la síntesis del colágeno y aumenta su degradación a través del incremento en la producción del MMP-9.

También disminuye la inmunidad de la piel por lo que incrementa el riesgo de infecciones cutáneas con la edad.



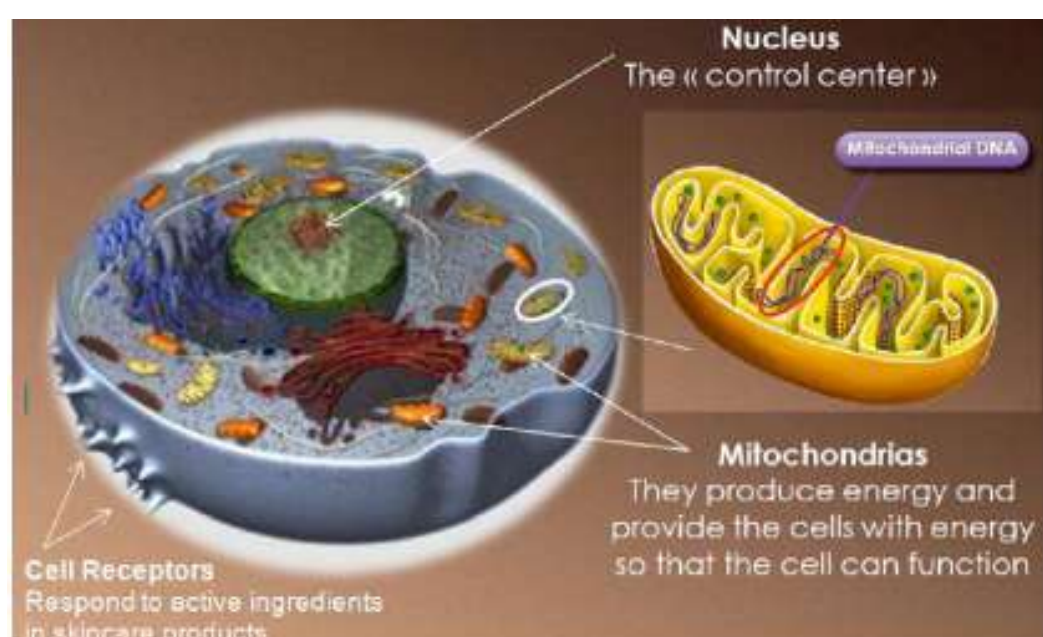
- 1 de cada 5 productos de belleza contienen químicos relacionados con el cáncer
- 80% contiene impurezas peligrosas
- 56% contiene aceleradores de la absorción
- Acorde al Environmental Working Group

### Causa 3: Promotores Tumorales, De químicos a proteínas inflamatorias

Fuente: J Cancer Res. Clin. Oncol June 2013

El desarrollo del cáncer humano involucra ambos cambios en la genética causados por cancerígenos y citoquinas pro-inflamatorias y simultáneamente la inflamación progresiva inducida por citoquinas y quimioquinas.

La mayoría de Cáncer y otras enfermedades crónicas son de naturaleza Epigenética, no Genética. Los antígenos Exógenos hay de gran variedad, introducidos al cuerpo por diferentes vías, ingeridos, inhalados, ingesta, inyección o por contacto con la piel (transdermal)



Los metales encontrados en productos para la piel crean una toxicidad sistémica que afecta a todos los órganos. Desodorantes por ejemplo.

## Causa 4: BPA Bisfenol A

Compuesto químico utilizado en la fabricación de plásticos, se encuentra en las cosas que tocamos, en empaques y hasta en la comida.

Este y otros pesticidas son partículas que se sueltan al aire constantemente o transferidos a la piel con el contacto. Estas se llegan a metabolizar por el hígado y los estudios demuestran que tienen un impacto a largo plazo en la salud reproductiva de hombres y mujeres, desórdenes hormonales, comportamientos neurológicos anormales y mayores riesgos de padecer obesidad ya que genera resistencia a la insulina y enfermedades cardíacas.

En el 2009 en estudios en ratas se encontraron niveles perturbadores de estrógenos de BPA en 9 de cada 10 cordones umbilicales. La exposición temprana a este químico incrementa la adipogénesis (acumulación de grasa) en ratas hembras.

En otros estudios se demostró que la maduración sexual prematura femenina son unos de los efectos secundarios de personas expuestas a BPA de forma prenatal. En los machos la exposición temprana dio como resultado próstata agrandada.



La mejor forma de buscar productos de uso humano es que no contengan químicos dañinos, colorantes, fragancias y preservantes. Opciones naturales y orgánicas.

Población en mayor riesgo:

- Fumadores, bebedores, adicciones
- Ciudades densas por las emisiones de gases
- Agricultores
- Trabajadores de industrias
- Viajeros regulares en avión
- Habitantes cercanos a torres de transmisiones, radio, plantas generadoras
- Ambientes húmedos con moho visible,
- Estilistas en contactos con tintes y químicos

# ¿QUE DEBEMOS EVITAR?

Trans fats, fumar, inflamación, eliminar infecciones, la exposición de toxinas,. Usar recipientes de vidrio en el microondas nunca plásticos:

✓ USAR



HDPE



LDPE



PP

✓ NO USAR



PET



PVC



PS



OTHER



# ¿CÓMO DESINTOXICAR EL CUERPO?

La idea es bajar la carga tóxica del cuerpo para que este sea capaz de desintoxicarse y sanarse.

## DESINTOXICACIÓN DE ÓRGANOS (Q500 4 BOTES PARA 15 DÍAS)

**Protocolo que inicia con AYUNO:** Este es el más potente desintoxicante del organismo, pasadas las 24 horas sin que el cuerpo esté en proceso de digestión, pasa a deshacerse de todas las proteínas defectuosas intracelulares, células zombi del organismo y metabólicamente empieza a usar la grasa acumulada como combustible.

Esta es una práctica milenaria que se encuentra presente en las principales religiones del mundo. Es solamente en este estilo de vida moderno donde carecemos de esta práctica, dándose todo lo contrario a ella y por eso es la causante de la mayoría de enfermedades.



La adicción a la azúcar y la programación comercial hace difícil la decisión, una vez empezado se sienten los beneficios, es un mito que sino como me da gastritis. Muchas veces la compulsión al comer nos ayuda a llenar vacíos emocionales, temas que deben de ser abordados en una terapia con un especialista.

Luego una dieta que incluye licuados, vegetales, carnes blancas, junto con cápsulas de herbolaria específicas para Hígado, Colon, Riñón y Estómago. Duración desde 15 días hasta 2 meses dependiendo del caso.

## SUEROS DE QUELACIÓN (Q750.00 UNIDAD)

Es un suero intravenoso que su principal ingrediente es un Aminoácido el EDTA y otros minerales para hacer efectiva su función.

Si tomamos en cuenta que la arteriosclerosis es uno de los procesos directamente relacionados con el envejecimiento, se entiende por qué la quelación previene el envejecimiento prematuro y promueve una mejor nutrición de los tejidos y órganos del paciente, logrando así mejores estados de bienestar y salud en general.

- 1.Reduce, por atrapamiento y posterior eliminación urinaria, los metales tóxicos bivalentes como el plomo, el mercurio, etc.
- 2.Es un eficaz «barredor» de radicales libres.
- 3.Reduce los depósitos patológicos de calcio en el interior de las arterias así como de otros lugares.
- 4.Restaura la actividad enzimática de la pared arterial afectada por la toxicidad de algunos metales. Y disminuye la agregación de las plaquetas, factor importante en la formación de coágulos y trombos intravasculares.

Las diferentes patologías a tratar con este suero:

- Elimina la toxicidad crónica de plomo y metales pesados
- Anula los efectos de intoxicación por medicamentos para el corazón (digitálica.)
- Reduce los niveles de colesterol en sangre.
- Previene el depósito de colesterol en el hígado
- Produce la baja y normalización de la tensión arterial
- Reduce la impotencia sexual.
- Reduce o relaja excesivas contracciones cardiacas
- Disuelve trombos arteriales.
- Ayuda a normalizar las arritmias cardiacas
- Previene y alivia la osteoartritis.



- Previene y alivia la osteoartritis.
- Mejora la sintomatología de la artritis reumatoide.
- Mejora la espondilitis anquilosante, devolviendo la posibilidad de mover las articulaciones.
- Propicia el aumento del potasio intracelular.
- Mejora la visión en retinopatía diabética.
- Detiene la demencia senil.
- Mejora la sintomatología del Parkinson.
- Mejora la función intelectual, poder de concentración, memoria, visión, libido y reflejos.
- Y muchas otras virtudes en función de su actividad bioquímica.





## DESINTOXICACIÓN IÓNICA (Q125 LA UNIDAD)

Es una técnica que está basada en la teoría de electrólisis, este proceso rompe las moléculas del agua en miles de iones, básicamente se genera un micro campo eléctrico en el agua.

### Funcionamiento:

La ionización rompe las moléculas del agua en que han sido sumergidos los pies, separándolas en miles de iones. Una gran cantidad de aniones penetran las diferentes membranas del cuerpo y al encontrarse con iones de carga positiva, generadores de toxinas adheridas a los diferentes tejidos corporales como piel, órganos, etc., los desintegran, quedando así neutralizada la carga positiva de las toxinas o cationes, estas se desprenden de los tejidos a los cuales estaban adheridas y son extraídos del cuerpo por Osmosis facilitada a través de los pies.

Al introducir los pies en agua con sal, el cuerpo comienza a depurarse en órganos excretorios como: vejiga, hígado, intestinos, etc. Además de lograr eliminar una gran cantidad de toxinas del cuerpo lo proveerá de aniones, haciéndonos sentir sanos, relajados y activos.



## DIETA Y SUPLEMENTOS

- Supplementarse con nutrientes apoyan y optimizan la función interna de los órganos.
- Incrementar la proteína, frutas y vegetales.
- Alimentos ricos en azufre: Ajo, Cebolla, Brocoli, Huevos
- Apoyo digestivo: probióticos, enzimas, Betaína con ácido gástrico.
- Cofactores: Magnesium, complejo B, CoQ
- Acido Alpha Lipoico, milk thistle (Cardo Mariano), taurina, ginkgo biloba, curcuma, whey protein
- Vitamina C y E, antioxidantes, selenio, zinc, bioflavonoides
- Kelp: para eliminar metales pesados
- Acido Alpha Lipoico:
  - Es uno de los más eficaces eliminadores de radicales libres, y el único ácido conocido que fácilmente llega a su cerebro por lo que disminuye el envejecimiento cerebral.
  - También tiene la habilidad de regenerar otros antioxidantes como la vitamina C, E y glutatión. Por lo tanto, cuando su cuerpo agota estos antioxidantes, si hay ALA, le ayuda a regenerarlos.
  - Cofactor enzimático para la producción de energía en la mitocondria.



- Un excelente modificador de expresión genética para reducir la inflamación
- Un quelante de metales pesados que muy potente
- Protege el colágeno en la piel evitando la flacidez y arrugas
- Los beneficios de ALA pueden ser milagrosos

## SAUNAS HÚMEDAS, SECAS O INFRARROJAS

El Dr. Joel Kanh cardiólogo, recomienda como una terapia para el corazón, en el sauna se libera el cuerpo de BPA, pesticidas y otras toxinas.

Sana y rejuvenece arterias, previene y mejora enfermedades cardiacas, mejora la supervivencia acorde a estudio de 2,000 pacientes entre más tomaron mejor la supervivencia. Se pueden tomar 3 por semana en sesiones de 20 minutos.





# SUPLEMENTOS PARA AYUDAR AL CUERPO A ELIMINAR TOXINAS

## ENZIMAS: BETAÍNA, PAPAÍNA, PEPSINA 500 MG

Aporta el ácido gástrico y enzimas digestivas necesarias para recuperar el ambiente natural del estómago. Apoyo digestivo combina la betaína y pepsina con la papaína y bromelina ayuda a digerir la proteína de manera más eficiente, absorbe los minerales, elimina la gastritis, el reflujo y es un sustituto de uso de antiácidos.



Precio: Q 190.00  
150 Cápsulas

## VITAMINA C 500 MG Y 1,000 MG

Poderoso anti-oxidante ayuda a prevenir resfríos, enfermedades oculares, asiste en la formación de colágeno y tejidos por lo que es beneficioso también para la piel. Estudios recientes han descubierto que combate el cáncer y sube defensas.



Precio: Q 105.00  
90 Cápsulas, 500 mg



Precio: Q 195.00  
90 cápsulas ,1,000 mg

## MILK THISTLE O CARDIO MARIANO 200 MG

Indicado para la hepatitis alcohólica, hígado graso alcohólico y no alcohólico, la cirrosis, la intoxicación del hígado y la hepatitis viral. Regula los niveles de azúcar en sangre. Tiene beneficios para los trastornos suprarrenales y el síndrome del intestino irritable. Protector celular de los riñones en casos de insuficiencia renal.



Precio: Q 190.00  
100 Cápsulas



## MAGNESIO CITRATO

Es de las principales fuentes de energía de la célula, previene la pérdida ósea, asiste en la función nerviosa, es relajante, induce al sueño, antioxidante cerebral, sintetiza ácidos grasos esenciales y proteínas, mantiene un ritmo cardíaco normal, necesario para la producción hormonal, aumenta el colesterol bueno (HDL).



Precio: Q165.00, 60  
cápsulas 400 mg



Precio: Q190.00, 60  
cápsulas 600 mg.

## ÁCIDO ALPHA LIPOICO 300 MG

Este es esencial para tener una salud mental en alerta y buena memoria, regula el azúcar en sangre, potente para el metabolismo de la glucosa, es un antioxidantes y propiedades rejuvenecedoras, previene cataratas, mejora el sistema inmune y ayuda a la irrigación sanguínea es útil en caso de disfunción eréctil, actúa como quelante de metales pesados, mejora el sistema inmune.



Precio: Q 300.00  
60 Cápsulas

## KELP 500 MG

Las algas marinas son un alimento natural muy completo que aporta muchos minerales. Su composición: es una gran fuente de yodo y contiene minerales como el azufre, potasio, sodio, magnesio, calcio, fósforo, zinc y hierro, entre otros.

Es rica en vitaminas A, C, E, B1, B2, B12 y K, ácido fólico, aminoácidos e hidratos de carbono.

Mejoran la digestión y el tránsito intestinal. Gracias a que tienen un alto contenido en fibra vegetal hace ir al baño. Estimula el crecimiento del cabello, capta los metales pesados del organismo. Activan el metabolismo.

La glándula de tiroides necesita yodo para fomentar un buen funcionamiento de diferentes sistemas orgánicos. Regula el colesterol. Estabiliza la presión arterial. Disminuye la flatulencia y las molestias intestinales por el movimiento del gas.



Precio: Q135.00  
100 Cápsulas

## ZINC PICOLINATO

Hay 100 procesos enzimáticos que necesitan del Zinc para funcionar en el cuerpo. El suplemento de este mineral está asociado al crecimiento y desarrollo en salud. Sube el sistema inmunológico, tiene la capacidad de ingresar a las células y eliminar las infecciones virales.

Apoya las funciones de la Vitamina D, es esencial para las funciones hormonales, efectos antiinflamatorios, es antioxidante, ayuda a balancear el azúcar en el cuerpo y metabolizar carbohidratos, Apoyo en el desarrollo de huesos sanos, entre otras funciones.



Precio: Q135.00, 60  
cápsulas 30 mg para mujer.



Precio: Q165.00, 60  
cápsulas 50 mg para hombre.



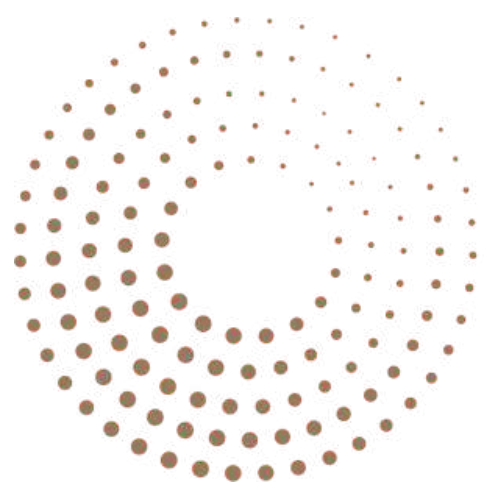
## COMPLEJO B SÚPER ESTRÉS

Ayuda al cuerpo a adaptarse al estrés, activa las glándulas adrenales, da la energía a la célula, apoya en la regeneración del glutatión, desintoxicante ayudar a deshacerse de toxinas ambientales y medicamentos.

Esencial para el sistema nervioso y metabolismo de neurotransmisores, necesaria para la salud de las mucosas, nivela colesterol, incrementa la sensibilidad a la insulina, es antidepresivo y además contiene vitamina C como poderoso antioxidante.



Precio: Q245.00  
60 cápsulas



**ELÁN**  
Anti-aging Med

Contáctanos

[www.elan.com.gt](http://www.elan.com.gt)

[info@elan.com.gt](mailto:info@elan.com.gt)

Teléfonos: 2296-5986 y 7

16 calle 6-17 Zona 10 Edificio Pialé

Nivel 6 Of 604