

Cartilha da Saúde - “A NATUREZA É QUE CURA”

A Saúde ao alcance de todos



**DOCTRINA TÉRMICA
DA SAÚDE
A MEDICINA DO FUTURO**

CORAÇÃO

sem fins lucrativos

DOCTRINA TÉRMICA DA SAÚDE

Propagá-la ao máximo é a meta

ÍNDICE

| | |
|--------------------------------------|----|
| CORAÇÃO..... | 4 |
| TENSÃO ALTA E TENSÃO BAIXA..... | 12 |
| SANGUE - ARTÉRIAS..... | 14 |
| AORTA..... | 15 |
| ARTERIOSCLEROSE..... | 17 |
| GANGRENA..... | 19 |
| ENFERIDADES DO SANGUE..... | 25 |
| UREMIA..... | 28 |
| LEUCEMIA - SEPTICEMIA..... | 33 |
| VEIAS - SUAS DOENÇAS..... | 35 |
| VARIZES..... | 37 |
| FLEBITE OU INFLAMAÇÃO DAS VEIAS..... | 41 |

CORAÇÃO

Dilatação - Hipertrofia - Lesões Valvulares Taquicardia -
Miocardite - Enfarte - Pericardite
Nefrite - Angina de Peito

Ninguém morre do coração...
morre-se por mau sangue

Padre Tadeo

Chama-se coração ao órgão central da circulação do sangue. Este órgão entre em função ao iniciar-se a vida e é também o último que nos abandona. O sangue, para circular em todo o corpo e através dos seus tecidos, necessita de ser impulsionado continuamente por uma força que, ao mesmo tempo que o leva às extremidades e retira dali, para novamente lançá-lo às partes mais afastadas do interior. Este maravilhoso trabalho é feito pelo coração que tem o mecanismo de uma bomba aspirante e impelente, em

combinação com os pulmões, sendo tão importante a função desempenhada por este órgão no corpo, que foi dotado pelo Criador de uma resistência a toda a prova, não existindo doenças próprias destas vísceras, devendo-se as suas alterações a má qualidade do sangue que deve mobilizar. Assim como uma bondade boa construção, trabalhando com água pura não se altera com o uso e tem duração indefinida, sucedendo o contrário quando a água está carregada de substâncias estranhas, o coração que trabalha com sangue livre de impurezas nunca adoece. Podemos dizer que ninguém adoece nem morre do coração, mas sim por sangue intoxicado, herdado ou proveniente de crônicos desarranjos digestivos e deficiente eliminação da sua pele. Também soros, injeções e vacinas alteram o fluído vital.

A doença do coração não tem "remédio", porque todas elas, em grau variável, são consequência de intoxicação do sangue e este não pode purificar-se com recursos farmacêuticos.

Daqui se deduz que todas as doenças do coração

desaparecem purificando o sangue por meio de boas digestões e ativa eliminação da pele do doente.

O que mais fadiga o coração é a febre interna. Esta manifesta-se por agitação do pulso, maior trabalho que debilita o músculo cardíaco, congestionando-o.

Esta agitação circulatória congestiona progressivamente os pulmões diminuindo a sua capacidade respiratória, com o que o coração fica duplamente atingido: por um lado, excesso de trabalho e, por outro, falta de cooperação da função respiratória da qual depende a normal circulação do sangue em todo o corpo.

Sabido é que as respirações profundas aliviam o coração. Assim, emoções, sustos, desgostos, esforço físico violento etc., exigem respiração profunda para o indivíduo sentir alívio. As respirações profundas favorecem a normalidade funcional do coração e devem ser praticadas com frequência durante o dia e, melhor, ao ar livre.

À medida que o coração acelera o seu ritmo, torna-se mais curta a onda sanguínea no corpo. Com 70 pulsações

num adulto, o sangue mobiliza-se facilmente desde o couro cabeludo á planta dos pés do indivíduo. Com 120 ou 140 pulsações o sangue congestiona-se no peito e ventre, faltando na pele e extremidades. Assim, a pele cadavérica, o frio nas extremidades e a inchação das pernas e dos pés são sintomas de doenças do coração.

O excessivo trabalho do coração, como efeito da febre interna, congestiona as suas paredes e aumenta-lhe o volume, degenerando a sua vitalidade.

Emoções repentinas ou prolongadas, comer e beber demasiado, respirar ar viciado, abusos nos desportos, excessos sexuais e falta de repouso noturno são causa de debilitamento do coração. Como venenos atuam nestes órgãos os medicamentos em geral e especialmente vacinas, soros e injeções. Efeito parecido produz o abuso do tabaco, álcool, café, chá e todo o excitante. O sangue impuro também irrita as mucosas do coração e congestiona os seus tecidos.

A obesidade, cobrindo mais ou menos de gordura o músculo cardíaco, obriga o coração a um maior esforço que

debilita e atrofia. Efeito análogo se produz por falta de elasticidade das artérias e veias endurecidas e esclerosada por acumulação de matérias estranhas nos seus tecidos.

Os desarranjos digestivos e dum modo mais grave a prisão de ventre, repercutem-se sempre no coração. A pressão dos gases estomacais sufoca a atividade cardíaca e chega a produzir alterações no pulso. Assim, as pessoas que sofrem achaques cardíaco devem ser metódicas, sóbrias e prudentes nas suas comidas.

Pelo contrário, como já se disse, as respirações fundas, como os profundos suspiros, acalmam o coração porque favorece a circulação do sangue. Na realidade são os pulmões os órgãos que matem os fluxos e refluxos da onda sanguínea através do corpo, ficando ao coração o papel de regularizador deste processo.

Sendo a intoxicação do sangue causa de toda a doença do coração, é necessário purificar o fluido vital para restabelecer a Saúde deste órgão. Para isso é preciso normalizar a digestão do doente e ativar as suas eliminações pela pele, rins e intestinos. Para obter este

resultado, colocar-se-á o corpo em Equilíbrio Térmico, refrescando o interior do ventre e congestionando a superfície da pele e das extremidades.

Tratamento - Se o doente estiver de cama, seguirá as indicações "Primeiros Auxílios".

No caso de crise ou a gerais com urtigas ou taque, convém derivar o sangue para a pele e, especialmente, para as extremidades, por meio de fricções gerais com urtigas ou enfeixamentos húmidos.

Para as intermitências e sufocações, recomenda-se, como aplicação local, cataplasma de coalhada de leite sobre a região cardíaca, renovando está cada vez que aqueça. O seu efeito é descongestionante.

Estando o doente de pé, seguirá com perseverança o Regime de Saúde, sendo especialmente recomendada a Lavagem do Sangue de Lezaeta feita diariamente.

Uma chávena diária do cozimento de cavalinha, em jejum ao acordar, alivia as afecções do sistema circulatório.

CASOS DE CURA

Caso: D. A. H., de 42 anos, Chefe de Departamento da Caixa de EE. PP., sofreu do coração durante quatro anos, chegando a suportar dois ataques anginosos que o tiveram às portas da morte. Tão lamentável chegou a ser o seu estado que não podia sair à rua porque sufocava ao andar alguns passos. Os médicos desenganaram-no por tratar-se de lesões nas artérias coronárias, que são as que nutrem o músculo cardíaco.

Desde que se iniciou no Regime de Saúde que Lezaeta lhe prescreveu, por meio de sua Lavagem do Sangue feita diariamente, dois banhos genitais de 30 minutos cada um, barro sobre o ventre durante a noite e alimentação crua ao pequeno almoço e jantar, viu desaparecer os seus achaques ao fim de poucos dias de ter seguido o seu sistema. Sem cansaço, fazia a viagem a pé desde sua casa, situada em Bela Vista, em frente da Ponte do Arcebispo, até a Praça das Armas, da capital, mais de 20 Km.

Três anos depois não voltou a sentir a sua grave doença, sem abandonar por certo, o Regime de Saúde

prescrito.

Outro: D. E. N., industrial de Cisterna, de 55 anos, sofreu no transcurso de doze dias, oito ataques de angina que foram combatidos de cada vez ativando a pele com fricções de urtigas a todo o corpo, seguidos de fricções de água fria de hora a hora. Durante a noite mantinha-se cataplasma de barro sobre todo o, somente fruta crua e, por vezes, coalhada de leite sobre o coração. O ventre mantinha-se limpo por meio de clister diário com água fria. Como alimentos somente fruta crua em pequenas quantidades, e seguidas. Ao 7.º ataque parecia que já o corpo não obedecia ao tratamento praticado. Então, fizeram-se lhe aplicações quentes de sementes de *pasto miel* desde os cotovelos às mãos e dos joelhos aos pés, combinadas com fricções precedidas de picadas de urtigas de cada vez que se mudávamos saquinhos, ou seja, de meia em meia hora. Assim se salvou este doente, após sete ataques, quando com injeções os doentes morrem ao segundo ou terceiro ataque de angina de peito.

O pulso, irregular e débil ao princípio, acima de 110

pulsações por minuto, depois de três dias do último ataque tinha-se normalizado e chegado a 72 por minuto.

É de advertir que este mesmo doente dois anos antes foi vítima de paralisia de todo o lado esquerdo do corpo, restabelecendo-se totalmente dessa doença com o Regime de Saúde de Lezaeta.

TENSÃO ALTA E TENSÃO BAIXA

A alta pressão do sangue é hoje uma doença da moda entre as pessoas ricas. Carregados de matérias estranhas o sangue altera-se, perde a fluidez e torna-se viscoso. Para mobilizar este sangue espesso o coração e as artérias têm de forçar o seu trabalho, donde resulta aumento da pressão arterial. Fenómeno análogo ocorre a nossa vista: necessita-se de maior pressão para mobilizar alcatrão pelos canos do que para mobilizar água pura.

Este fenómeno constitui, pois, defesa orgânica que se deve respeitar nas suas causas, as quais radicam na

impurificasse do sangue alterado por desarranjos digestivos crônicos e deficiente atividade eliminadora da pele do doente.

A baixa pressão arterial revela débil defesa orgânica por debilitamento do sistema nervoso, mais ou menos intoxicado.

Podemos dizer que a pressão alta revela estado agudo de impurificasse do fluido vital e a pressão baixa denuncia estado crônico.

Em ambos os casos, o tratamento será orientado no sentido de normalizar a composição do sangue mediante boas digestões e ativa eliminação da pele, dos rins e intestinos

Tratamento - As crises agudas tratar-se-ão como se indica em "Primeiros Auxílios ". Estando o doente de pé, siga-se com constância o "Regime de Saúde".

Lezaeta afirma que, normalizando a digestão por meio de dieta crua de frutas ou saladas sem sal e Lavagem do Sangue feita diariamente, ao fim de poucos dias desaparece

a alta pressão arterial.

SANGUE - ARTÉRIAS

Chama-se artéria aos vasos muito resistentes, encarregados de levar o sangue do coração a todos os órgãos do corpo. As suas paredes, no estado normal, são elásticas e contraem-se e dilatam-se seguindo os movimentos do coração, o que ajusta a circulação do sangue e constitui o pulsar. As alterações do pulso revelam anomalias do coração ou das artérias e a sua frequência está em relação com a temperatura interna do corpo.

As artérias só podem alterar-se por efeito de sangue viciado por crónicas e graves desarranjos digestivos e deficiente atividade eliminadora da pele. Também injeções, soros e vacinas, são causa da degenerescência do sistema circulatório.

Tratamento -- Procurar regenerar o sangue mediante boas digestões e atividade eliminadora da pele do doente.

Assim se elaborará sangue puro e se expulsará o inútil e prejudicial à economia do organismo. Esta nobre finalidade conseguir-se-á refrescando todos os dias as vísceras e tornando febril a superfície do corpo, mediante o Regime de Saúde.

AORTA

Com este nome designa-se a grande artéria que sai do coração. A dilatação da aorta é consequência de grave e crónica intoxicação do sangue por prolongados desarranjos digestivos e deficiente atividade da pele do doente. O tratamento medicamentoso também produz e agrava esta doença.

Tratamento -- O Regime de Saúde de Lezaeta, seguido com persistência, restabelece a normalidade nesta afecção, incurável com drogas e injeções.

CASO DE CURA

Caso: D. Luís M. Rodrigues, advogado, Rua Rosas, Santiago, foi desenganado com uma dilatação da aorta. Sentia fortes dores no peito, sufocação, dificuldade em caminhar e fazer qualquer esforço. Tratado durante mês e meio com medicação iodada não obteve resultado. A 8 de outubro de 1935, iniciou-se no sistema de Lezaeta por meio de Lavagem do Sangue feita diariamente, e outras prescrições deste Regime de Saúde. Ao décimo dia de ter seguido este tratamento, tinham desaparecido os sintomas da sua afecção. Depois, após dezessete anos, gozava bem-estar, sem abandonar o Regime de Saúde.

ARTERIOSCLEROSE

Com este nome designa-se a doença mais comum das artérias e esta afecção consiste no endurecimento e engrossamento das suas paredes em consequência da acumulação de matérias estranhas nos seus tecidos.

Assim se perde a sua elasticidade e resistência, com o que se dificulta a circulação do sangue e a boa nutrição dos órgãos, que por esta causa tendem a degenerar.

As circunstâncias que favorece o desenvolvimento desta afecção são: Alimentação antinatural e em excesso; falta de exercício físico e atividade cutânea; excesso de trabalho intelectual e, especialmente, abusos sexuais. Todo o desgaste físico, intelectual, moral ou sexual acumula no sangue impurezas provenientes do consumo de energias e substâncias orgânicas. Sem lugar a dúvidas são o debilitamento da pele e a alimentação refinada e em excesso as causas principais deste mal crónico, hoje tão espalhado nas cidades e especialmente entre as pessoas ricas.

Tratamento -- Regime de alimentação vegetariana na base de frutas, dando preferência a laranjas, uvas, morangos e tomates.

Além disso, tem que se ativar a eliminação cutânea por meio de Lavagem do Sangue de Lezaeta feita diariamente ao sol ou pelo vapor. Os banhos genitais são excelentes também como derivativos, podendo tomar-se um ou dois por dia, de 20 a 40 minutos, conforme seja verão ou inverno. As pessoas que não tenham facilidade para fazer a Lavagem do Sangue, podem aplicar enfeixamentos húmidos, dois ou três por semana, alternando o local com o geral. Impõe-se sobre tudo Vida higiênica e moderada, com exercícios ao ar livre, boa digestão e ativa eliminação da pele. Seguindo com perseverança o Regime de Saúde de Lezaeta, desaparece esta grave doença.

GANGRENA

Chama-se assim à morte dos tecidos por falta de circulação do sangue ou por causa de intoxicações medicamentosas. Também a má nutrição e deficientes eliminações muito crónica, desvitalizam os tecidos e são causa de morte.

A gangrena é processo destrutivo que geralmente faz as suas vítimas em organismos degenerados por males crónicos como nos casos de alcoólicos, sífilíticos e diabéticos. Também é resultado de intoxicação medicamentosa com injeções, especialmente na base de arsénico.

Nos velhos pode apresentar-se a gangrena senil devido à sobrecarga de substâncias estranhas e vida antinatural, especialmente falta de exercício físico e inatividade da pele.

A gangrena apresenta-se de preferência nas extremidades, onde a circulação sanguínea se torna mais

difícil. Começa com dor e calor na parte afetada; mais tarde esta esfria-se e vai perdendo a sensibilidade. A coloração muda desde a cor de presunto ao negro. Este processo pode ser húmido e brando, ou seco e apergaminhado.

Esta doença - para a qual a alopatia não tem outro "remédio" senão a mutilação, sem outro resultado senão mudar de sítio o mal e inutilizar o doente - é, no seu começo, curável pela Medicina Natural. Mas, é necessário que a decomposição ou os remédios farmacêuticos não tenha esgotado ainda a vitalidade do organismo. Lezaeta teve oportunidade de tratar casos de gangrena que reagiram em poucos dias, especialmente em feridas ou chagas.

Tratamento -- Procurar-se-á normalizar as funções do aparelho digestivo e da pele, para o que é preciso produzir febre curativa na superfície do corpo e combater a febre destrutiva dos órgãos internos. Para este fim seguir o Regime de Saúde de Lezaeta combinado com a Lavagem do Sangue feita diariamente. Dieta exclusivamente crua, de frutas da estação, alternando com saladas, é indispensável que seja seguida por estes doentes.

Como tratamento local da gangrena, diariamente - duas ou três vezes durante as 24 horas - aplicar na parte afetada o vapor de cavalinha com flores de arnica, durante 10 a 20 minutos, lavando em seguida a região com água desse cozimento bem quente, o qual se deixará cair em forma de jorro por uma chaleira, aplicando em seguida sobre o sítio lesado as ervas do cozimento e sobre tudo isto cataplasma de feno grego. Cada vez que se faça este tratamento é conveniente introduzir na água fervente, por alguns segundos, a extremidade doente, pois assim se desperta a reação das células vivas, inflamando-se os tecidos sãos, dos quais se separam os já mortos.

O tratamento geral que recomendamos é indispensável segui-lo durante umas quatro semanas antes de praticar a cirurgia, para assegurar bom resultado à operação, se esta for inevitável.

CASOS DE CURA

Caso: D. Miguel Lopes, espanhol, de 72 anos, de Santiago, com data de 6 de março de 1942, declara: "Há quatro anos fui chorado por me considerarem morto. Sofria dos pés gelados e dores artroses dos dedos. Os médicos diagnosticaram esclerose dos vasos sanguíneos das extremidades devido a pressão anormal de gânglios inchados aderentes à espinha dorsal.

“Como recurso salvador, submeti-me a terrível intervenção cirúrgica, sendo-me aberto o ventre em tal extensão que permitiu ao operador introduzir as mãos até a espinha dorsal de meu corpo, doente me arrancaram vários gânglios que se supunha dificultarem a circulação do sangue nos pés”.

“Esta operação deu lugar a um esfriamento que me produziu forte bronquite com tosse contínua e violenta. Em consequência desta crise abriu-se-me a ferida do ventre, saindo por aí os intestinos com mortais fadigas. Foi preciso

proceder a nova intervenção cirúrgica e, para poder resistir às dores da nova sutura dos tecidos, aplicaram-me repetidas injeções locais de cocaína. Como consequência desta intoxicação, paralisou sê-me o intestino e também o rim; o coração falhava de forma alarmante e o estômago vomitava tudo quanto eu ingeria. Então a minha família foi informada pelos médicos de que o caso era desesperado e que a "ciência" tinha esgotado todos os recursos para me salvar a vida. Devido a minha boa constituição orgânica e ao fato de nunca haver sofrido afecções graves, libertei-me da morte, mas apareceu-me a gangrena nos pés. Quando os médicos tinham concordado em amputação das minhas extremidades como única salvação, submeti-me ao Regime de Saúde do sr. Lezaeta Acharan e agora posso andar normalmente e desfrutar bem-estar geral". As urticacões das minhas extremidades, feitas diariamente ao levantar e ao deitar, as Lavagens do Sangue diárias e os banhos genitais ativaram a circulação do sangue que se pretendeu conseguir por meio de bisturi e milhares de injeções cujo efeito prejudicial verifico todos os dias.

Outro: O Presb. Monteiro, cura de Mungai, foi hospitalizado na Clínica da Universidade Católica, tratado de falta de circulação sanguínea na perna direita. Depois foi informado de que havia necessidade de amputar-lhe o pé que começava a gangrenar. Então, por conselho de um colega, saiu do hospital e foi à consulta de Lezaeta em princípios de novembro de 1948. A perna estava inchada, gelada, insensível e dava-lhe a impressão de pesada como chumbo, como quando adormece uma extremidade. Mal podia dar passos com auxílio de bengalas. Seguindo o Regime de Saúde, em 20 dias tinha abandonado as bengalas. Um ano depois voltou a Santiago sem rastros de sua antiga doença.

ENFERIDADES DO SANGUE

Sabemos que o sangue é a vida do corpo; elabora-se no aparelho digestivo e purifica-se através dos pulmões, rins e pele. A normalidade destas funções mantém sangue puro em todo o organismo.

O sangue impurifica-se respirando ar corrompido, com más digestões e deficiente atividade eliminadora da pele e dos rins. Além disso, drogas e, pior, vacinas e soros são agentes de impurificação do fluido vital, obrigando as defesas naturais a um trabalho esgotante para se libertar de sua nojenta presença no corpo. Transfusões de sangue conservado nos chamados banco de sangue, conduzem à impurificação deste.

A íris ocular acusa o erro de introduzir na corrente sanguínea substâncias estranhas como as mencionadas e especialmente no baço manifesta-se a ação irritante e corrosivas de injeções, drogas, soros, vacinas e antibióticos.

À luz da Doutrina Térmica de Lezaeta, a íris de todo o

enfermo crónico revela sempre impurificação e má circulação do sangue em grau variável. Esta anormalidade escapa às investigações nos laboratórios, raios X e reações químicas. Apesar disto, a medicina medicamentosa fala de anomalias do fluido vital do homem, como alteração da circulação, aumento anormal dos glóbulos brancos, que denomina leucemia, cancro do sangue e anemia perniciosa. Com o nome de septicemia designa-se uma alteração do fluido vital causada por matérias pútridas. Finalmente denomina uremia a acumulação no sangue de matérias que normalmente são eliminadas com a urina.

Ora, qualquer que seja o nome, a impurificação e má circulação do sangue só pode desaparecer formando sangue puro e eliminando as suas impurezas, mediante boas digestões, respirando ar puro e ativa eliminação cutânea do enfermo. Esta normalidade funcional exige Equilíbrio Térmico do corpo, para o que se deve refrescar as entranhas e aquecer a superfície. Compreende-se então que a ação de injeções, drogas, soros, vacinas e transfusões de sangue, não só é incapaz de purificar, mas atua em sentido oposto,

aumentando a impurificação sanguínea, com o que estas afecções são incuráveis pela medicina facultativa.

Ao contrário, procurando a normalidade respiratória, digestiva e eliminatória destes doentes, regenera-se lhes o sangue, sempre que estejam livres de remédios, cirurgias, raios X, rádio ou transfusões, contando naturalmente com que o organismo mantenha ainda energia vital suficiente para reagir favoravelmente.

Como regime salvador impõe-se ar puro a toda a hora, dieta crua de frutas, Lavagem do Sangue diária, dois ou três banhos genitais diários aos adultos e durante a noite cataplasma de barro sobre todo o ventre do enfermo vigiando a reação. Clister se não há evacuações. Para assegurar a reação cutânea urticar-se todo o corpo a seco para em seguida se fazer fricção de água fria, do pescoço às plantas dos pés, pelo menos ao despertar e ao deitar-se o enfermo na cama sem secar-se.

O tratamento indicado é para adultos a pé. Se o doente está de cama, todos os dias aplicar-se-ão 4 a 6 fricções de água fria a todo o corpo, prévia urticção geral. Sempre ar

puro dia e noite e clister de água natural, se for necessário. Dieta crua de frutas, e argila sobre o ventre, à noite. Este tratamento repete-se todos os dias até o doente se restabelecer. Mais tarde, seguir indefinidamente o Regime de Saúde.

Por fim, deve ter-se a consciência de que com drogas, soros, vacinas e injeções, em lugar de se purificar o sangue o envenena, agrava-se essa anormalidade.

UREMIA

Por este nome conhece-se o envenenamento do sangue por substâncias tóxicas que, devendo ser expulsas pela urina e pelos poros, ficam retidas no sangue por incapacidade dos rins e da pele, intoxicando o organismo e debilitando a sua vitalidade.

A uremia não é, pois, uma doença inicial, mas sim o efeito produzido quase sempre como consequência doutras afecções que, tratadas erradamente por meio de drogas,

injeções, soros ou vacinas, longe de favorecerem a tendência curativa do organismo, abafam está nos seus sintomas defensivos, deixando o mal sem saída e as substâncias estranhas confinadas no sangue.

Tratamento -- Esta afecção é incurável por meio de injeções ou transfusões de sangue e pode desaparecer desintoxicando o organismo. Para combater a uremia, tem de se favorecer a eliminação das substâncias tóxicas por meio de prolongadas transpirações, para o que, senão for possível, a Lavagem do Sangue de Lezaeta, aplicar-se-ão ao doente, na cama, fricções de água fria de hora a hora até seis por dia.

Os enfeixamentos ou envolvimentos provocam também uma enérgica eliminação apenas pela reação da pele, sem necessidade de transpirar, podendo-se fazer das 10 às 11 horas de cada dia, alternando o envolvimento geral com o médio. Estando o doente de pé, aplicar-se-á banho genital durante 15 a 30 minutos, com o que se ativará a função dos rins, favorecendo a produção de urina. Durante a noite, cataplasma de barro sobre todo o ventre e rins.

A Lavagem do Sangue de Lezaeta pode-se tomar uma hora pela manhã, outra ao meio-dia e ainda outra ao deitar. Com esta prática, Lezaeta obteve os melhores êxitos.

A alimentação será crua somente e de preferência ácida. Clister, se não houver evacuação durante o dia.

As indicações expostas seguir-se-ão com constância, todos os dias, até obter a recuperação da Saúde, a qual, nos casos mais graves, demorará dois a três meses.

Escusado será dizer que, uma vez restabelecida a Saúde do doente, este deverá conservá-la seguindo toda a sua vida o Regime de Saúde de Lezaeta.

CASOS DE CURA

Exemplo: O advogado de Santiago D. S. M. C., de 38 anos de idade, após três meses de tratamento por meios soros e injeções, foi desenganado de uremia, dando-se-lhe apenas alguns dias de vida. Estava quase cego e prostrado na cama quando Lezaeta o viu, no dia de Santa Rosa, em 1935. Com a sua Lavagem do Sangue feita diariamente, três banhos genitais de 20 a 30 minutos cada dia, barro no ventre durante a noite e alimentação exclusiva de frutas cruas, após oito dias estava a pé e pôde assistir a um casamento com surpresa de quantos conheciam o seu desesperado estado. Após seis semanas, já com alta, defendia uma causa no Tribunal.

O menino Alexandre Diaz Vogt, de 10 anos, foi atendido em setembro de 1937 pelo Dr. R. E., distinto especialista com estudos na Universidade de Harvard, Boston, E. U. A. Depois de demorados exames disse tratar-se de leucemia ou cancro do sangue e deu-lhe 6 meses de vida, com os medicamentos para o caso. Esta

opinião foi confirmada pelo Dr. Taylor, chefe de Hematologia da Universidade de Chicago.

Em novembro desse ano, seus pais levaram a Lezaeta o doente. Ao examinar-lhe a íris, ele opinou que, apesar da grande alteração do sangue, restabeleceria a sua Saúde com o Regime que ele lhe prescreveu. Aos 15 dias deste tratamento desapareceram do seu fluido vital as células, ou imaturas, conforme as designa a técnica médica. Sete meses depois se os exames feitos no Hospital J. J. Joaquim Aguirre, da capital, não acusavam células imaturas e verificou-se a descongestão do baço que se tinha apresentado inflamado.

Deve-se advertir que o Dr. E. dissera que se, lhe suprimisse o medicamento prescrito morreria num mês!... O menino já tinha vivido mais de oito meses sem remédios, recuperou a cor e cada dia que passava tinha mais ânimo e alegria de viver.

São estes os dados proporcionados por D. Sergio Diaz, pai do referido doentinho.

LEUCEMIA - SEPTICEMIA

Esta grave doença constitui um envenenamento do sangue por se introduzirem nele substâncias tóxicas. As vacinas, soros e injeções também podem produzir este resultado.

O doente é vítima de grande prostração. Há febre alta no interior do corpo, embora não seja acusada pelo termômetro.

Tratamento -- O tratamento terá por fim ativar as eliminações da pele, rins e intestinos. Para se conseguir este resultado, como sempre, tem que se colocar em Equilíbrio Térmico, produzindo febre na sua pele e refrescando os órgãos internos.

Antes de mais nada, aplicar um clister com água natural. Depois, se estiver a pé, far-se-á transpirar o doente por meio da Lavagem do Sangue de Lezaeta. Na cama, tanto para adulto como para crianças, além da fricção ao acordar, aplicar-se-á enfeixamento geral desde as axilas aos

pés, das 10 às 11 da manhã. Pela tarde far-se-ão as seis fricções, uma de hora a hora. Se houver pouca reação na pele, antes de cada aplicação esfregar-se-á com urtigas todo o corpo em seco. Durante a noite dormir-se-á com enfeixamento de barro em volta de todo o ventre e rins, tendo o cuidado de fazer boa reação.

Como alimentação, o regime será exclusivamente de frutas cruas ou saladas sem sal até que volte a Saúde.

As aplicações repetir-se-ão até que o doente se sinta bem.

Este mesmo tratamento se aplicará no caso de mordedura de cão raivoso (hidrofobia).

VEIAS - SUAS DOENÇAS

(Varizes, flebites, embolias)

As veias e as artérias são vasos que conduzem o sangue através do corpo. As veias mobilizam sangue venoso, carregado de produtos mais ou menos tóxicos e estão mais expostas a adoecer do que as artérias que transportam fluido mais puro, sangue arterial. As suas doenças são: inflamação das veias ou flebite, dilatação das veias ou varizes. Também pode considerar-se como afecções desta natureza as embolias, provocadas pela intervenção de trombos ou coágulos.

As causas destas afecções estão sempre no sangue tóxico motivado por desarranjos digestivos crônicos, vacinas, soros, injeções e deficientes eliminação da pele.

Tratamento -- Tem que se purificar o fluido vital, favorecendo a eliminação de substâncias mórbidas pela pele, por meio da Lavagem do Sangue de Lezaeta feita diariamente, bem como um ou dois banhos genitais. Além

disso, tem que se formar sangue puro por meio de boas digestões, o que conseguirá com dieta de frutas ou saladas. Ar puro a toda a hora é elemento indispensável para regenerar o sangue viciado. Como aplicação local, a cataplasma de barro é calmante, desinflamam-te e purificadora. Também o barro sobre o ventre e rins para evitar putrefações intestinais, pelo menos durante a noite, é de aconselhar. Nos casos agudos, que obrigam a ficar de cama, seguir-se-ão as instruções de "Primeiros Auxílios", sem prejuízo das recomendações anteriores. Os doentes crónicos seguirão com constância o Regime de Saúde.

CASO DE CURA

Exemplo: A cura de Jungay, Sr. Montero, foi Hospitalizado na Clínica da Universidade Católica, por deficiente debilidade circulatória na perna direita. Chegou-se a falar da necessidade de imputar-lhe o pé com receio de gangrena.

Por conselho de um colega resolveu abandonar o Hospital e foi a consulta de Lezaeta em princípios de novembro de 1948.

A perna seta inchada, gelada e inútil dando a impressão de que era chumbo, como quando adormece uma extremidade por má posição.

Seguindo o Regime de Saúde de Lezaeta, em vinte dias o doente abandonou a bengala.

Um ano depois voltou a Santiago sem vestígios da sua antiga doença.

Convém acentuar que as urticações repetidas várias vezes por dia foram decisivas para normalizar a circulação sanguínea e nervosa na perna e no pé doente.

VARIZES

Com este nome designa-se a dilatação das veias em geral, denominando-se **varicocele** a dilatação das veias que

partem dos testículos.

Esta doença é consequência de impurificação e má circulação do sangue e, transmitindo-se por herança a qualidade deste, a afecção ou predisposição é também hereditária. As roupas apertadas, faixas, espartilhos, ligas, cinturões e toda a pressão contínua e prolongada sobre o corpo, dificultando a circulação do fluido vital, obrigam o sangue a manter em maior quantidade numa parte determinada. Assim aumenta a pressão circulatória, com o que se favorece a dilatação dos vasos sanguíneos. Também por esta causa aumenta a impurificação do sangue que tarda mais tempo a renovar-se nos rins, pulmões e pele.

A posição contínua e prolongada de pé favorece a dilatação das veias das pernas, porque a imobilidade contraria a subida do sangue, assim como o andar e o exercício o facilitam; daqui se deduz que as varizes são mais frequentes nas profissões que obrigam todo o dia a estar de pé. No entanto esta circunstância não é suficiente causa de varizes, pois, um sangue livre de impurezas é bastante fluido para mobilizar com facilidade em qualquer

posição. Mas o sangue impuro, além de estar carregado de substâncias estranhas, é espesso e viscoso, mobilizando-se com mais dificuldades. Temos então que as varizes são sempre indícios de sangue impuro e má circulação do mesmo.

Como se disse, as hemorroidas são varizes do reto e a sua frequência é mais comum nos homens do que nas mulheres. As varizes das pernas, pelo contrário, são mais frequentes nas mulheres devido principalmente à pressão do feto durante a gravidez, que dificulta a mobilização sanguínea nas pernas quando o fluido vital está impuro.

Tratamento -- Para curar varizes tem que se evitar tudo quanto dificulte a circulação do sangue, como ligas, faixas, cinturões, sapatos apertados, espartilhos, etc. Evitar a imobilidade, especialmente de pé, fazer diariamente exercício físico ou ginástica.

A fricção de água fria diariamente ao acordar, ao mesmo tempo que regulariza a circulação, purifica o sangue. Efeitos análogos e mais eficazes produz o duche de agulheta, que pode ser diário, principalmente no verão. Os

banhos genitais, além de purificarem o sangue, favorece a sua circulação. A Lavagem do Sangue de Lezaeta feita diariamente faz desaparecer esta anormalidade. Durante a noite convém dormir com as pernas envolvidas num pano húmido frio, molhado no cozimento de cavalinha, flores de arnica e casca de carvalho. Melhor ainda é cataplasma de barro, como desinflamam-te e purificador, pelo menos durante a noite sobre a região afetada, sempre que esteja quente.

Melhorar a digestão é condição indispensável para o doente se ver livre das varizes, pois sendo a causa principal desta doença a impurificação sanguínea e, sendo o fluido vital produto da digestão, não haverá bom sangue enquanto não haja boa digestão. Para este fim, além de equilibrar as temperaturas do seu corpo, o doente submeter-se-á a uma dieta na base de frutas cruas e saladas. Além disso, dormirá diariamente com cataplasma de barro sobre todo o ventre. Complemento duma dieta vegetariana é o ar puro, que deve respirar-se dia e noite.

O Regime de Saúde e Lezaeta é meio seguro para

evitar esta doença e para voltar à normalidade seguindo-o indefinidamente.

CASOS DE CURA

Exemplo: A Sra. Mrgarida de Llambias, Puente, nº 840. Durante mais de quinze anos sofreu de varizes nas pernas, algumas das quais estiveram a ponto de rebentar.

Antes de dois meses de praticar o Sistema Lezaeta por meio da diária Lavagem do Sangue, dois banhos genitais por dia e regime na base de frutas, viu-se livre das suas doenças. Em 18 de abril de 1935, um ano depois, não apresentava nem vestígios das antigas varizes.

FLEBITE OU INFLAMAÇÃO DAS VEIAS

A inflamação das veias produz-se por irritações das suas paredes, devido à presença de substâncias tóxicas no

sangue. Estas impurezas são provenientes de fermentações pútridas de algum processo de decomposição, como sucede às vezes num aborto ou parto em que não se expulsam a tempo os tecidos e humores a desaparecer do interior. Por causa de feridas, como as causadas por operações cirúrgicas, podem alguma vez introduzir-se do exterior para o sangue substâncias estranhas que produzem a inflamação das veias, originando a flebite. Esta inflamação provoca a formação de um coágulo ou tampão de substâncias estranhas que se denomina trombo. Se se desprende algum pedaço do trombo e circula com o sangue, pode produzir-se uma embolia.

A flebite, como toda a doença, revela sempre febre interna. Quando este estado febril é agudo, pode ir acompanhado de calafrios e produz dores na parte correspondente à veia doente. A inflamação da veia altera a circulação sanguínea, originando inchaço de pernas e pés.

Tratamento -- Esta afecção requer repouso absoluto na cama, para evitar que se desprenda parte do trombo, o qual é muito perigoso, porque poderia ir para o coração ou

para o cérebro, produzindo transtornos gravíssimo e até a morte. Convém manter algo elevado o membro afetado e envolvido em cataplasma de barro que se renovará se se aquece demasiado. Se as dores não cederem com o frio, recorrer-se-á a cataplasma quente de linhaça, ou de sementes de *pasto miel* (flores de feno). Aplicar também cataplasma de barro sobre todo o ventre, de dia e de noite, para evitar fermentações pútrida.

Lezaeta comprovou a eficácia verdadeiramente prodigiosa dos banhos genitais na cura de flebite, no caso de uma senhora que, vítima desta doença, após dois meses de tratamento médico sem resultado, pôde levantar-se depois de dez dias de prática diária de dois ou três banhos genitais, à beira da cama, com as pernas horizontalmente, descansadas sobre cadeiras e recebendo a ablução de água fria às partes genitais ajudada por uma enfermeira, por espaço de 30 a 40 minutos de cada vez. Este tratamento foi combinado com ar puro dia e noite e dieta crua de frutas e saladas, exclusivamente.

Em todos os casos vigiar o ventre, de forma que

evacue cada oito horas ou pelo menos cada doze horas, aplicando clister se for necessário.

Estando o doente de pé, seguirá o Regime de Saúde de Lezaeta.

CASOS DE CURA

Exemplo: D. Jaime Archavala, Santiago, de 31 anos. Durante 104 dias esteve prostrado na cama, vítima de flebite na perna esquerda. Estava tão inchada que o seu diâmetro igualava quase o da cintura do corpo do doente. Durante todo o tempo indicado foi tratado com injeções de toda a espécie e mantinha a perna dentro duma espécie de concavidade com três lâmpadas de 1.000 velas cada uma, cujo consumo de energia chegou num só mês a \$700.

Nestas condições, desesperado pelas dores e mal-estar geral, o doente conheceu a obra A Medicina Natural ao Alcance de Todos do naturista chileno Manuel Lezaeta Acharan e, seguindo o tratamento aí indicado, após três

dias de ter aplicado o barro na perna, abandonou o leito.

Outro: D. Ramón Garcés, de 45 anos, Oficial Civil de Santiago, quando Lezaeta o visitou, havia nove meses que estava de cama imobilizado, tratado de blebite e edema generalizado a todo o corpo.

Seu chefe, D. Filipe Laso, manifestou-lhe que o doente estava desenganado e pediu-lhe que intervisse para salvá-lo.

Observando o caso, ele prescreveu alimentação crua de frutas ou saladas, quatro urtigações por dia a todo o corpo, seguidas de fricções de água fira, barro sobre todo o ventre e peito durante a noite e também enfeixamento de barro à perna inflamada, dia e noite.

Em três semanas de seguindo este tratamento, o doente abandonou o leito, restabelecendo-se sua saúde progressivamente até poder retornar as suas funções.

Naturalmente teve o cuidado de vigiar diariamente o intestino, a fim de o desocupar diariamente, aplicando algum clister sendo necessário.