

*Jesús Torres*

## **Mercurio en la boca**

**Lo que nadie le dijo de sus empastes metálicos**

Título: Mercurio en la boca.

Subtítulo: Lo que nadie le dijo de sus empastes metálicos

Autor: Jesús Torres.

Primera edición: 2010

Reservados todos los derechos. El contenido de esta obra está protegido por la Ley, que establece penas de prisión y/o multas, además de las correspondientes indemnizaciones por daños y perjuicios, para quienes reprodujeren, plagiaren, distribuyeren o comunicaren públicamente, en todo o en parte, una obra literaria, artística o científica, o su transformación, interpretación o ejecución artística fijada en cualquier tipo de soporte o comunicada a través de cualquier medio, sin la preceptiva autorización.

© Copyright 2010

Safe Creative 2010

Ediciones Observatorio

[www.mercurioenlaboca.org](http://www.mercurioenlaboca.org)

**Nota personal del autor.**

Este libro ha sido autofinanciado íntegramente haciendo un gran sacrificio y es el resultado de 3 años de investigación y trabajo.

Se ruega no hacer copias ilegales del mismo. **Gracias.**





# Índice

<b>Prólogo</b> .....	15
Una historia personal.....	16
<b>Capítulo 1</b>	
<b>Empastes de amalgama metálica</b> .....	21
Historia y acontecimientos.....	22
Composición de los empastes metálicos .....	25
Propiedades del metal mercurio.....	25
Oxidación y evaporación de sus empastes .....	26
Vías de entrada del mercurio .....	27
Sintomatología del envenenamiento por mercurio .....	28
Otras fuentes de envenenamiento de mercurio.....	33
<b>Capítulo 2</b>	
<b>Evitar el envenenamiento</b> .....	35
Reducir de la oxidación de sus empastes.....	36
Evite las comidas y bebidas muy calientes .....	37
Evite comidas ácidas o cítricas.....	37
Evite bebidas alcohólicas, tabaco o drogas.....	38
Evite mascar chicle .....	38
Evite usar flúor en sus colutorios o pastas dentales.	39
Corrija el bruxismo si lo padece.....	39
Evite campos electromagnéticos.....	40
Lave sus dientes después de cada comida .....	41
Evitar tener más empastes .....	41
Otras fuentes de intoxicación por mercurio .....	42
Rotura de bombillas de bajo consumo CFL.....	42
La ingesta de pescado.....	46
Agua contaminada .....	47

Aire contaminado por industrias y automóviles.....	49
Tatuajes .....	49
Vacunas con Timerosal.....	50
Manipulación termómetros de mercurio rotos .....	51

### Capítulo 3

<b>Pruebas y análisis.....</b>	<b>53</b>
¿Cómo sé si estoy intoxicado?.....	54
Pruebas y análisis.....	56
El análisis de sangre, orina o heces .....	56
Test de metales pesados en fluidos portátil.....	57
El test de pelo.....	58
La prueba de hidrargiria provocada o Challenge.....	58
Otras pruebas o tests relacionados.....	59
El test del chicle ( <i>test de saliva</i> ) .....	59
El análisis de piezas extraídas .....	60
El test de alergia a metales ( <i>Test Melisa</i> ) .....	60
Demandar al Estado o solicitar una baja laboral .....	61

### Capítulo 4

<b>Retirada segura de los empastes de metal .....</b>	<b>63</b>
No precipitarse eligiendo odontólogo.....	64
Protocolo de extracción segura.....	66
Protección del paciente .....	67
Descripción del material.....	67
Adecuación de la sala.....	71
El proceso de extracción de amalgamas.....	72
Suplementación inmediata antes de la extracción....	72
Durante la extracción de amalgamas .....	73
¿Qué hacer inmediatamente después? .....	73
Cantidad de piezas a extraer por sesión .....	75
¿Qué piezas extraer primero?.....	76

Tiempo de descanso entre extracciones .....	76
Postoperatorio .....	77
Listado de odontólogos concienciados .....	78

## **Capítulo 5**

### **Alternativas a los empastes de metal..... 81**

Cementos dentales .....	83
Óxido de zinc / Eugenol.....	83
Hidróxido de calcio.....	84
Otras formulaciones de marca .....	86
Fosfato de zinc.....	87
Ionómero de Vidrio .....	89
Materiales restaurativos definitivos .....	91
Oro .....	91
Cerámica.....	92
Composites.....	96
Policerámica .....	98
Conclusiones .....	100

## **Capítulo 6**

### **Desintoxicación de mercurio..... 103**

Limpiezas orgánicas .....	105
Limpieza renal.....	106
Evitando formar cálculos renales .....	106
Disolviendo cálculos renales .....	107
Desinfección del sistema digestivo .....	109
Limpieza hepática.....	112
A tener en cuenta antes de la limpieza hepática .....	113
Ingredientes.....	114
Material.....	114
Haciendo la limpieza hepática.....	115
Complicaciones que pueden surgir .....	119

Desintoxicación, primera fase.....	121
Sacar el mercurio de su cuerpo.....	121
Forma de aplicación.....	122
Las dosis.....	123
Preparar la dosis.....	123
Comenzando la ronda.....	126
Suplementos adicionales.....	127
Suplementación adicional interesante.....	128
Otros suplementos menos convenientes.....	129
Acciones adicionales.....	131
Desintoxicación, segunda fase.....	134
Sacar el mercurio del cerebro.....	134
Poniendo en práctica la segunda fase.....	136
Los efectos secundarios de la quelación.....	137
Finalizando el proceso.....	138
Otros quelantes.....	139

## Capítulo 7

<b>Hágase cargo de usted mismo.....</b>	<b>143</b>
Evite caer en nuevas trampas.....	144
Fuentes adicionales de mercurio.....	145
Implantes dentales.....	145
Prótesis completas o dentaduras postizas.....	146
Cepillo de dientes.....	147
Recetas seguras.....	147
Haga su propia pasta de dientes.....	147
Pasta dental casera.....	148
Polvo dental casero.....	149
Haga su propio enjuague bucal o colutorio.....	150
Algunas esencias recomendadas.....	152
Otros consejos en la alimentación.....	152
A sus dulces, azúcar integral, nunca refinado.....	152
Elimine la sal común de su dieta.....	153
No beba agua del grifo.....	155

Obtener suplementos de la naturaleza .....	155
Mantenga a toda costa una actitud positiva.....	157
Anexo 1.....	159
Anexo 2.....	163
Anexo 3.....	168
Bibliografía .....	170
Fuentes .....	172
Contactar con el autor .....	174
Agradecimientos .....	174



**Aviso importante:** La información redactada en esta publicación corresponde a las conjeturas basadas en mi experiencia e investigación personal y no pretende prevenir ni curar ninguna enfermedad.

Antes de emprender ninguna acción, por favor lea con detenimiento el libro completo para conocer la información de una forma global.

Si usted se encuentra en tratamientos médicos y/o farmacológicos y pretende emprender cualquiera de los protocolos o acciones incluidas en este libro, deberá consultar primero con su médico oficialmente titulado.

En las recomendaciones para la desintoxicación de los últimos capítulos se recomiendan remedios naturales que pueden adquirirse legalmente en herboristerías sin receta médica. Por favor, no use ninguna sustancia a la que usted tenga alergia o que conozca que de antemano puede sentarle mal. Si nunca ha tomado alguna de las sustancias descritas, por favor, hágalo la primera vez en una cantidad pequeña para asegurar su inocuidad en usted.

Cualquier accidente o percance producto de la mala práctica de la información en este libro contenida será responsabilidad del lector siempre y en cualquier caso.

En las últimas páginas del libro usted podrá encontrar un pequeño glosario, bibliografía y un listado de fuentes.



## Prólogo

Bienvenido a esta obra. Antes de nada quiero darle mi más sincera enhorabuena por haber llegado a esta información sea cual fuera el motivo que le trajo hasta aquí. Puede usted considerarse un ganador y cuando termine de leerla entenderá por qué.

Quizá usted solo ha adquirido este libro por mera curiosidad o afán informativo o quizá ha estado años enfermo dando palos de ciego buscando un motivo para sus malestares o enfermedad sin buenos resultados, visitando varios especialistas médicos que tan solo le recetaban fármacos o volcaban la culpa de sus males en usted, calificándole de enfermo psicosomático que tan solo debe ir al psicólogo, o visitando terapeutas de la «nueva era», que a modo de conjuros y pases mágicos de igual forma achacaban todo a un desequilibrio energético que podría solventarse con una simple aromaterapia. Pues bien, es hora de descubrir qué ocurre realmente, cuál es la fuente del mal funcionamiento de su organismo, de entender el problema, evitar lo que lo provoca y actuar inteligentemente para recuperarse.

Le animo a que lea completamente este libro, investigue por sí mismo para encontrar la fuente de sus problemas e inmediatamente actúe para recuperar su salud con las instrucciones que fácilmente expongo. Antes he de avisarle que en su camino de formación e investigación encontrará mucha desinformación, sobre todo en internet. Le recomiendo sea cauteloso y utilice el sentido común en todo momento para evitar pasos en falso y retrocesos innecesarios.

Tampoco haga caso a los que personalmente le dicen que su mal es genético y es imposible la mejoría, solo

tenga en su mente el éxito, visualícese a usted mismo disfrutando otra vez de la vida y no podrá fracasar, ya que este pensamiento le dará la fuerza suficiente para actuar, esta vez en la dirección correcta. Puede que usted haya sido diagnosticado como crónico, puede que le hayan dado por perdido, no obstante, póngase manos a la obra, no hay nada que perder y sí mucho que ganar. Es más, si ha llegado a este punto donde se ha encontrado con esta información usted ya está predestinado a recuperarse y yo estoy totalmente convencido de ello.

## Una historia personal

**Nota:** si es usted una persona sensible y aprensiva, por favor salte este capítulo y pase directamente al capítulo 2.

Fue a principios de 1999 cuando mi vida se convirtió en un auténtico infierno. Era un joven veinteañero entonces cuando, sin entender qué me estaba pasando, mi salud comenzó a deteriorarse a una velocidad vertiginosa y mi percepción del mundo cambió, era como si viviera una larga pesadilla, aún despertando, a la mañana siguiente seguía estando ahí, y comenzó entonces mi andanza médica por más de seis tipos distintos de especialidades alópatas, ninguna de las cuales siquiera se acercó ni por casualidad a lo que verdaderamente me ocurría.

Si mi sintomatología eran mareos y vértigos, mi médico de cabecera me enviaba al neurólogo; si sentía ahogos, concertaban cita con el neumólogo o el alergólogo; si tenía problemas gástricos, al gastroenterólogo; dolor torácico, cardiólogo; dolor articular, traumatólogo;

problemas cutáneos, dermatólogo, y un largo etc., y claro está, cada uno de ellos me recetó un lote distinto de medicamentos que lejos de mejorarme de alguna forma me empeoraban. (Aún recuerdo cuando me diagnosticaron asma bronquial y tuve que dejar de usar los inhaladores porque me provocaban ataques más fuertes).

Pero lo más aterrador para mí, en esos momentos y ahora al recordarlo, era recibir la noticia por parte de los que veían frustradas sus consultas, de que mis males eran provocados por mí mismo, en concreto por mi mente, y su nombre técnico era psicopatización. Increíble, yo sentía que me estaba muriendo y ellos me mandaban a terapias psicológicas o me recetaban fármacos psiquiátricos que, por suerte, no volví a tomar después del primer ansiolítico que me dejó con la sensación de ser un simple muñeco de trapo.

Así pasé seis largos años, creyendo que mi sensación de que de un momento a otro yo podría fallecer no era más que la no aceptación de que mis padres se hubieran separado ni me acordaba cuándo. Pero mi salud no mejoraba, al contrario, y como los especialistas no tenían más salidas excepto la de prepotentemente indicarme que mi caso era crónico y debía aprender a convivir con él, yo me revelé y ahí radicó el secreto de mi éxito, a no aceptar la enfermedad de por vida o incluso mi muerte prematura.

No podrá ni imaginar la cantidad de libros e información que leí, buscando a toda costa una solución. ¿Cómo era posible que con 26 años yo tuviera que haber dejado de hacer deporte suave? No podía aceptarlo, aun así, a mediados de 2006, cuando mi salud se demacró tanto

que hasta andar de mi cuarto al baño me parecía como correr una maratón (al parecer cosas de la fatiga crónica), o respirar el más mínimo y natural perfume me desencadenaba un ataque grave de asma (al parecer cosas del síndrome químico múltiple) una mañana yo opté por no levantarme ya de la cama y escribir mi testamento porque tenía 100% seguro que de un momento a otro todo se acabaría, eso sí, con una alta dosis de sufrimiento. Sé que suena trágico, pero es que lo es, y muchos de ustedes que están leyendo este libro se sentirán identificados, y expongo esta historia para que usted, que puede que se encuentre en ese punto, tenga una referencia positiva y sea capaz de agarrarse a ella para salir del agujero.

Fue a finales de 2006 cuando contacté con una mujer encantadora, se llamaba Ana y practicaba la medicina ayurvédica. No puedo decir que directamente me ayudara, tan solo me vendió unas hierbas relajantes, tipo valeriana (*Ashwagandha si no recuerdo mal*), para que el día se me hiciera más llevadero, pero sí me ayudó mucho indirectamente pues, después de dedicarme una hora de conversación, ésta me dio la pista que me salvó la vida y a la cual agradezco que hoy yo sea un hombre nuevo, sano y recuperado, y con una vida totalmente saludable, tan solo unos pocos años después de este auténtico drama.

Pero, ¿cuál fue la pista?, se preguntará. Sencillo. Ya que yo me sentía mucho peor después de las comidas, Ana me recomendó dejar de tomar leche y alimentos con gluten por si tuviera algún tipo de intolerancia o alergia, no lo va a creer, pero ningún médico alópata, ni siquiera uno de los alergólogos más famosos de España cayó en

esto, y tan solo se dedicó a hacerme test de pólenes y frutas.

Al dejar esos productos, sentí una ligera mejoría por lo que comencé a investigar sobre las alergias. En una clínica privada me sometí a un test o examen de alergias e intolerancias alimenticias, el resultado fue positivo a una cantidad importante de alimentos. A partir de ahí mi nutrición se convirtió en una odisea ya que prácticamente no podía comer nada y, a pesar de ello, no obtuve mejorías significativas.

Investigué más a fondo el tema de las alergias, pues tenía mucho sentido, y con ello llegué a un documento web en el que se hacía alusión a alergias a metales, la verdad no le di importancia, y a punto estuve de cerrar la página y pasar de largo mientras leía posibilidades de afección: piercings, tatuajes, bisutería, implantes de operaciones... No obstante algo me hizo continuar leyendo: empastes metálicos...

¿Cómo? ¿He leído bien? ¿Empastes metálicos? Pero, ¡si tengo nada más y nada menos que 8 en mi boca!. Contraté este test de alergia a metales y algunos como el mercurio, el aluminio, el cobre y el estaño resultaron positivos, según la técnico de laboratorio que me atendió, las alergias realmente surgen por una saturación de ese metal en el organismo debido a un rechazo por el sistema hepático e inmune, ambos colapsados, los cuales mandan una señal alérgica como signo de saturación con la esperanza de que no entre en el organismo más de este veneno. Sinceramente, es una de las teorías más razonables que he podido escuchar sobre las intolerancias y alergias.

Sin saberlo había estado ingiriendo e inhalando cantidades ingentes de metales peligrosos como el mercurio, principal componente de mis empastes metálicos, y no solo en el proceso de puesta y sustitución de empastes sino en el día a día de exposición a estos dentro de mi boca.

Este fue el final de una etapa de sufrimiento y oscuridad absoluta y el comienzo del proceso de formación, estudio e investigación personal que me llevaron a recuperar mi salud, ayudar a cientos de personas a recuperar la suya y a estar escribiendo estas líneas cuya información, espero, sea igualmente fructífera para usted

## Capítulo 1

# Empastes de amalgama metálica