



# TERAPIA DE CORRECCIÓN METABÓLICA PARA UNA MEJOR SALUD MENTAL

por Dr. Héctor B. Crespo-Bujosa, Psy.D., Ph.D.,  
Michael J. González, D.Sc., Ph.D., FACN,  
Jorge R. Miranda-Massari, Pharm.D.

En un mundo en el cual se ha promovido una visión fragmentada del ser humano, se hace evidente la necesidad de abordar los problemas de salud desde una perspectiva profunda e integral. Además, es preciso ir más allá de reducir signos y síntomas del padecimiento para focalizar las causas de esta, incluyendo las enfermedades mentales.

**P**or otro lado, aunque mucho se habla del metabolismo y su importancia, poco se hace por explicar lo que es y sus implicaciones en la salud y la enfermedad. Según establecido en el Diccionario Mosby, el metabolismo se refiere a la suma de los procesos químicos que tienen lugar dentro de los organismos vivos y que resulta en el crecimiento, generación de energía, eliminación de desperdicios y otras funciones corporales relacionadas con la distribución de los nutrientes luego de la digestión. Por consiguiente, es justo admitir que existe una estrecha relación entre la nutrición y la salud, tanto física como mental. A estos efectos, el concepto de corrección metabólica se hace imprescindible como un marco



***La corrección metabólica es un concepto acuñado por los doctores Michael J. González y Jorge Miranda-Massari para explicar el mecanismo mediante el cual los nutrientes son capaces de corregir problemas bioquímicos que promueven un estado de enfermedad.***

para entender y abordar diversas condiciones a nivel terapéutico.

La corrección metabólica es un concepto acuñado por los doctores Michael J. González y Jorge Miranda-Massari para explicar el mecanismo mediante el cual los nutrientes son capaces de corregir problemas bioquímicos que promueven un estado de enfermedad. Sus autores indican que esta modalidad cuenta con las siguientes características: a) es preventiva, b) coordinada, c) basada en evidencia, d) optimiza el proceso de decisión de tratamiento médico, e) es una modalidad proactiva y participativa en la cual se incluye al paciente en las decisiones de estilo de vida y f) es una forma activa de mantenimiento de la salud que compensa las susceptibilidades genéticas de la persona. Además, añaden que dicho concepto apoya el mantenimiento de la salud y promueve los procesos de sanación eficazmente mediante el mejoramiento de los mecanismos bioquímicos y fisiológicos del cuerpo. Explican que esto se logra al ayudar a activar las enzimas metabólicas necesarias para facilitar los mecanismos fisiológicos.

Mediante exámenes especializados e individualizados se identifican las causas subyacentes de la enfermedad crónica y a través de la corrección metabólica se proveen las coenzimas y cofactores necesarios para balancear el metabolismo y neutralizar y eliminar los factores que afectan el sistema, mientras se mejora la función fisiológica.

En el caso de las enfermedades mentales, la línea de tratamiento es utilizar psicofármacos y psicoterapia. Aunque ambas cuentan con evidencia científica que avala su eficacia, la primera trabaja con los síntomas desde una perspectiva química,

mientras que la psicoterapia procura abordar las causas emocionales subyacentes y al mismo tiempo desarrollar estrategias para el manejo de los síntomas. No obstante, a estos tratamientos, se debe añadir la perspectiva energética de la corrección metabólica que identificará los déficits nutricionales que aportan al trastorno y la forma de restaurar el equilibrio nutricional para un funcionamiento óptimo.

Para ser más concretos, presentamos el ejemplo de las vitaminas B. Estas, junto a otras vitaminas, son esenciales para un funcionamiento psicológico adecuado. Según el doctor Art Presser, son necesarias para el funcionamiento normal del sistema nervioso y pueden considerarse uno de los más importantes factores para la salud de los nervios. Una deficiencia de una o varias de estas vitaminas puede ser crucial para el desarrollo de enfermedades mentales. Por su parte, los doctores Ramsey y Muskin señalan que existe un creciente caudal de literatura científica que asocia las selecciones dietéticas con la salud del cerebro y el riesgo de afecciones psiquiátricas, indicando que las deficiencias vitamínicas pueden afectar a los pacientes con enfermedades psiquiátricas de las siguientes formas: a) pueden causar o exacerbar los síntomas, b) los síntomas pueden ser el resultado de una pobre nutrición y c) la insuficiencia vitamínica puede comprometer la recuperación del paciente.

A estos efectos, es necesario promover visiones más completas e integradoras que aporten a la salud humana. Consecuentemente, la terapia de corrección metabólica es el eslabón que puede ayudar a trabajar con las deficiencias nutricionales subyacentes que afectan la salud mental, ayudando a corregirlas y promover una mejor calidad de vida.

