

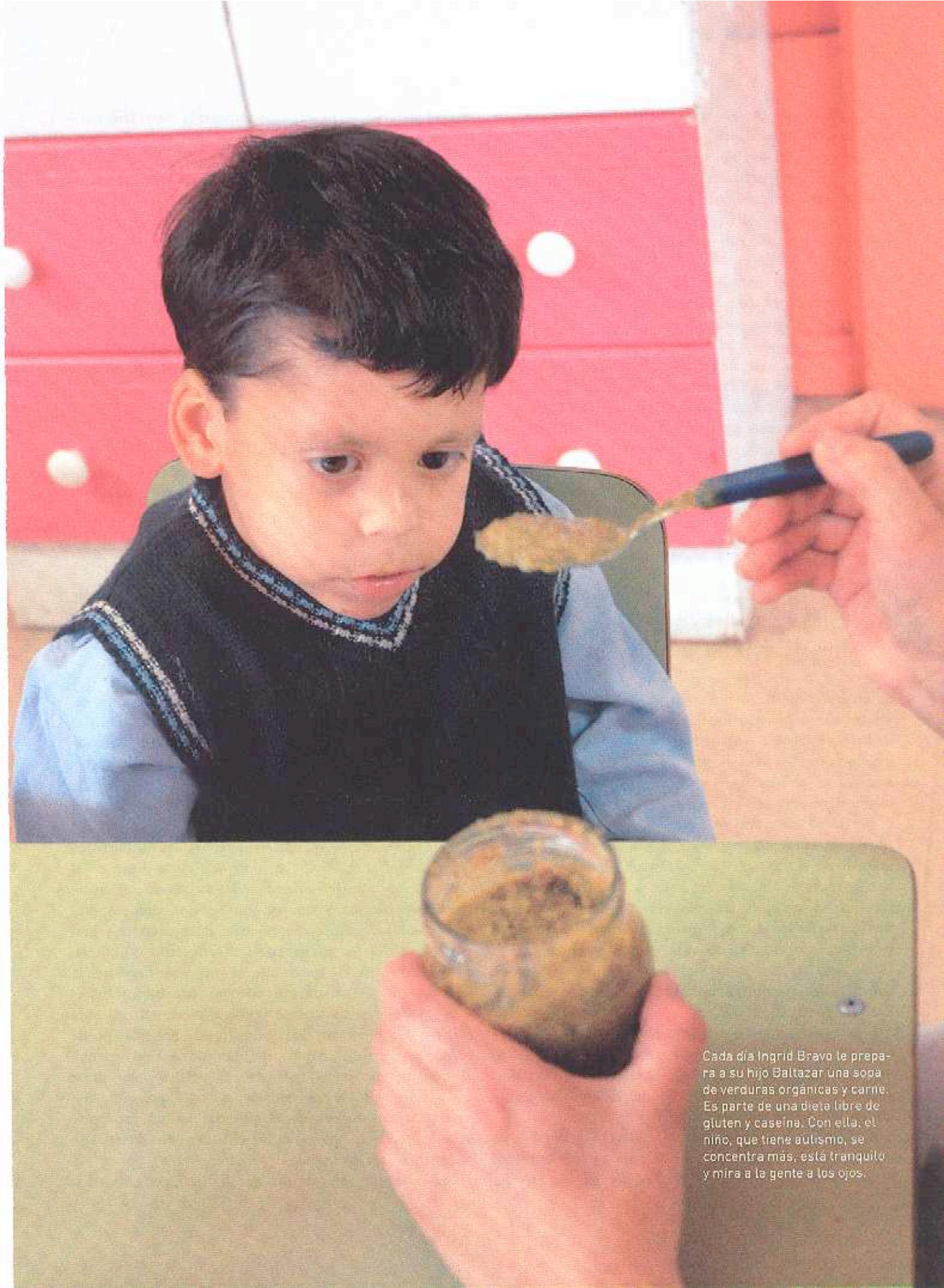
la dieta del AUTISMO

Ingrid Bravo, cirujano infantil de Antofagasta, no pierde la esperanza de que su hijo se cure del autismo. Con una dieta y una terapia de desintoxicación de metales pesados, Baltazar, de 4 años, parece despertar. También otros 13 niños. No hay estudios que validen científicamente este tratamiento, pero los padres –y algunos médicos– han decidido probar.

POR MARCELA RECABARREN FOTOGRAFÍA: CAROLINA VARGAS

En una verdulería antofagastina que trae sus productos de los oasis del norte, Ingrid Bravo elige lechugas con insectos, acelgas chicas y frutillas deformes. Así se asegura de que las frutas y verduras no tengan pesticidas ni fertilizantes. Luego las cocina en ollas de acero quirúrgico, las únicas que no traspasan metales a la comida que le prepara a su hijo menor, Baltazar Canahuate, de 4 años. A Baltazar le diagnosticaron autismo hace 11 meses. Ingrid, cirujano infantil de 39 años, cree que su hijo nació sano y que algo en el camino afectó su salud. Algo que tiene que ver con los metales. "Al año, Baltazar caminaba. Se reía, jugaba con sus dos hermanos mayores. Decía 'papá', 'tata', 'jugo', 'ya'. Me dijo 'mamá' una vez. Fue como si me saludara y se despidiera, porque después de eso no volvió a hablar. Dejó de caminar. No nos miró más a los ojos. Fue justo después de ponerle la vacuna del año, que le produjo fiebre altísima y diarrea por una semana", dice Ingrid.

Preocupada por el cambio en el comportamiento de Baltazar, Ingrid lo llevó a varios pediatras. Le dijeron que el único problema de su hijo era que lo habían criado dema-



Cada día Ingrid Bravo le prepara a su hijo Baltazar una sopa de verduras orgánicas y carne. Es parte de una dieta libre de gluten y caseína. Con ella, el niño, que tiene autismo, se concentra más, está tranquilo y mira a la gente a los ojos.

stado regalón. Al año y 8 meses Baltazar volvió a caminar, pero no era capaz de encajar figuras, subir escaleras ni correr. Perdía el equilibrio fácilmente. Dormía poco. No se reía. En vez de jugar, rotaba objetos eternamente en sus manos. Hacía movimientos repetitivos. Seguía sin mirar a las personas a los ojos. Las ignoraba. O les tiraba el pelo. No respondía a su nombre ni entendía órdenes. Podía quedarse pegado mirando un rayo de luz. Botaba la ropa del clóset, rompía la loza y tiraba las sillas al suelo. Se golpeaba la cabeza. Abría y cerraba puertas sin parar.

En marzo pasado un neurólogo le dijo a Ingrid que su hijo, que había cumplido 3 años, estaba en el espectro autista. "Primero caí en la negación. Después no dejaba de preguntarme por qué mi hijo estaba así", dice Ingrid. Lo inscribió en la escuela Raíces, la única en Antofagasta que recibe a niños con trastornos graves del desarrollo que incluyen el autismo. "Allí vi a otros niños autistas y me di cuenta de que mi hijo era como ellos. El primer día me fui llorando. Aceptarlo fue un calvario. Una noche me metí a internet a investigar. Como médico había estudiado el autismo pero

Ingrid anotó en un papel cómo empezar la dieta. Debía eliminar el gluten (una proteína del trigo), la caseína (una proteína de la leche), el azúcar, los colorantes, preservantes y saborizantes. También alejar a Baltazar de pesticidas, fertilizantes y cualquier metal que pudiera absorber del ambiente. Esa misma mañana, en mayo, Baltazar cambió de alimentación. Al día siguiente respondió a su nombre. No lo había hecho en los últimos dos años. Un mes después empezó a mirar a la gente a los ojos. A medida que continuaba la dieta, Ingrid siguió asombrándose con los cambios en la conducta de Baltazar: se alegraba cuando su papá llegaba del trabajo y cuando sus hermanos volvían del colegio. A fines de noviembre, después de siete meses de tratamiento, Baltazar abrazó a Ingrid y le dijo mamá.

Un tratamiento cuestionado

En julio, Ingrid le hizo a Baltazar los exámenes sugeridos por el ARI, que no se realizan —o son menos detallados— en Chile. Ingrid mandó muestras de orina, deposiciones,

"AL AÑO, BALTAZAR CAMINABA. ME DIJO 'MAMÁ' UNA VEZ. JUSTO DESPUÉS DE PONERLE LA VACUNA DEL AÑO, QUE LE PRODUJO FIEBRE ALTÍSIMA Y DIARREA POR UNA SEMANA, NO VOLVIÓ A HABLAR. DEJÓ DE CAMINAR. NO NOS MIRÓ MÁS A LOS OJOS", DICE INGRID.

no en profundidad. No era mi especialidad. Revisé los síntomas de los niños que tienen este síndrome y las conductas de Baltazar calzaban con las descritas. Leí que las causas del autismo no están claras y que los tratamientos que existen alivian los síntomas, pero ninguno logra la cura. No podía conformarme con eso", dice.

Esa noche, Ingrid encontró la página web de ARI, el Instituto para la Investigación del Autismo, una fundación estadounidense sin fines de lucro. Allí plantean que el autismo puede ser causado, entre otros factores, por una intoxicación con metales pesados. Entre ellos el mercurio, que está en la mayoría de las vacunas en forma de timerosal. "El timerosal es un preservante que protege a las vacunas de hongos y bacterias. No afecta a la mayoría de los niños, pero se supone que algunos tienen problemas para eliminarlo, por predisposición genética", dice Ingrid.

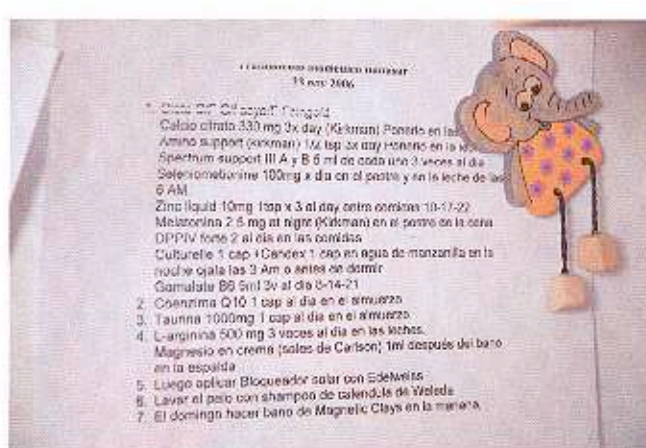
La intoxicación con mercurio puede producir falta de concentración, ausencia de contacto visual, pérdida del habla, movimientos repetitivos, posturas anormales y dificultades para caminar, oír y mantener el equilibrio, entre otros síntomas. Todo eso le pasaba a Baltazar.

El mismo sitio de ARI propone una dieta y una limpieza de metales pesados llamada quelación, para tratar el autismo. Llena de esperanza y con los ojos rojos por la noche en vela,

sangre, plasma y pelo de su hijo a un laboratorio estadounidense especializado en autismo. Un mes después recibió los resultados. Baltazar no sólo presentaba niveles anormalmente altos de mercurio, plomo, arsénico y aluminio. También tenía colapsada la metalotioneína, la enzima encargada de botar los metales pesados del cuerpo. "Eso reforzó mi idea de que la dieta de Baltazar tenía sentido", dice Ingrid.

Pero ésta es sólo una parte del tratamiento, conocido como intervención biomédica. Ingrid explica: "Los niños en el espectro autista suelen tener déficits de algunos nutrientes, como aminoácidos, vitaminas y minerales. Con los exámenes uno sabe exactamente qué les falta y qué les sobra, y puede darles los suplementos que necesitan. También tienen una alteración inmunológica que puede hacer que la candida, un hongo altamente tóxico que habita en el intestino, crezca desmedidamente y envíe al cerebro toxinas que aumentan la hiperactividad. Además, este hongo se puede organizar en grupos que perforan el intestino. Esto hace que el intestino no absorba nutrientes esenciales y deje pasar a la sangre péptidos derivados del gluten y la caseína, que generan el mismo efecto que el opio en el cerebro. Eso explicaría, por ejemplo, que los niños autistas se desconecten de su entorno", agrega Ingrid.

Los exámenes demostraron que Baltazar tenía altos los



En la puerta del refrigerador, Ingrid Bravo tiene la lista de 19 suplementos que completan la dieta de su hijo Baltazar. En frío, guarda vitaminas, enzimas y minerales que importa desde Estados Unidos, porque no existen en Chile. Llegaron a su casa después de interminables trámites aduaneros.



niveles de cándida. Cuando Ingrid eliminó el hongo con nistatina, su hijo empezó a dormir de corrido. También dejó de botar la loza y de abrir puertas y ventanas una y otra vez.

Anulada la cándida y estabilizados los nutrientes de Baltazar, Ingrid inició la última fase del tratamiento: la quelación. Desde hace un mes deja caer en el antebrazo de su hijo gotas de TD-DMPS, un químico que elimina los metales pesados del cuerpo. Baltazar bota grandes cantidades de plomo en la orina. "Espero que pronto bote el mercurio, el metal más tóxico, que tarda más en eliminarse", dice Ingrid.

La página web de ARI muestra videos de niños antes y después de la dieta y la quelación. Niños visiblemente autistas parecen recuperados. Sin embargo, la comunidad científica de Estados Unidos y el resto del mundo considera que no hay estudios concluyentes, con muestras representativas ni metodologías adecuadas, que demuestren que la intervención biomédica ayuda, y menos que cura a niños autistas.

"Esos videos presentan casos anecdóticos. Incluso uno podría cuestionar si los niños filmados eran realmente autistas en un principio", dice Carmen Quijada, neuróloga del Servicio de Neuropsiquiatría Infantil del Hospital San Borja Arriarán, donde se atienden 600 niños con autismo de todo el país. "El autismo no se puede sanar. Está determinado genéticamente. El cerebro de estos niños está dañado y eso no se puede modificar con una dieta", dice la neuróloga. "Sin embargo, algunos pacientes mejoran su conducta al eliminarles el gluten y la caseína. Se vuelven menos hiperactivos e irritables, duermen mejor, interactúan más", agrega.

Diez niños que se atienden en el San Borja han hecho la dieta con buenos resultados. "Es un gran avance para ellos y su familia, porque la vida se les hace más llevadera. Pero esto no significa que hayan dejado de ser autistas", advierte la neuróloga. "Yo les digo a los padres que prueben. La dieta no va a dañar a su hijo, pero es cara y difícil de mantener, sobre todo si el niño es grande y abre solo el refrigerador. Además, hay que esperar por lo menos seis meses para evaluar si la dieta tiene efecto en el paciente. Mi experiencia me dice que la mayoría de las familias no aguanta tanto tiempo y deja la dieta antes de los dos meses", dice.

Con la quelación es más cautelosa: "Este tratamiento no sólo bota los metales pesados, sino también otros minerales que el organismo necesita. Se debe hacer bajo estricta supervisión médica, con exámenes periódicos y suplementos específicos. Los exámenes sólo los hacen en Estados Unidos y muchos suplementos se venden allá. Además, no está científicamente probado que la quelación sirva ni que el autismo esté relacionado con una intoxicación por metales como el mercurio. Creo que es mejor que la familia concentre sus recursos en psicopedagogía, kinesiología y terapia ocupacional, que está comprobado que funcionan. Como médico no puedo darles falsas esperanzas a los padres", dice la doctora.

La despensa de Ingrid

Ingrid empujaba su carro por un pasillo del supermercado cuando sintió un tirón de pelo. Fue en junio pasado.



Carolina Varas, de 4 años, diagnosticada en el espectro autista, hablaba, pero sólo decía palabras fuera de contexto. Después de dos meses de dieta entró a su sala y le dice "hola" a la tía. Jeenker Godoy, de 6 años, empezó a obedecer órdenes y a mirar a los ojos a su mamá, Fabiola Gutiérrez. "Son los primeros avances comunicativos que veo en mi hijo en cinco años", dice ella.

"Perdone, mi hijo es autista", se disculpó Patricia Castillo, la madre del niño. "No se preocupe, tengo un hijo igual", le contestó Ingrid. Se pusieron a conversar. Ingrid, entusiasmada por los avances de Baltazar en sus dos primeros meses de dieta, le contó a Patricia sobre la intervención biomédica y le dijo que la llamara. Al mismo tiempo, en la escuela Raíces otras madres vieron los progresos de Baltazar y supieron de la dieta. Fue tanto el interés, que Ingrid improvisó un taller sobre el tema en su consulta. Patricia y otras seis madres asistieron. Ese mismo día sus hijos empezaron la dieta libre de gluten y caseína. El siguiente paso era enviar los exámenes a Estados Unidos.

En octubre, Ingrid llevó a su consulta a un tecnólogo médico que tomó muestras de orina, pelo, plasma, sangre y deposiciones de los siete niños con autismo. Ingrid metió las muestras en un cooler y las llevó en avión hasta Santiago, donde las despachó por courier. Era necesario porque tenían que llegar a Estados Unidos antes de 48 horas. Ingrid corrió con los gastos —820 dólares por niño— y acordó con las otras mamás que le devolvieran la plata en cuotas. Un mes después envió los exámenes de otros tres niños.

"Cuando Ingrid nos planteó esta posibilidad la tomé sin dudarlo. Sabía que existía el tratamiento, pero me faltaba alguien que me guiara, que supiera qué exámenes hacer y cómo interpretarlos", dice Patricia. A su hijo menor, Fabián Berríos, de nueve años, le diagnosticaron autismo a los dos. "Los médicos me dijeron que me resignara. Pero cómo, si hasta el año y medio Fabián decía 'mamá', 'papá', 'hola' y 'chao'. Contestaba el teléfono, jugaba a la pelota con su hermano, ponía un cd de Los Prisioneros y bailaba. Al año y siete meses dejó de hablar, de jugar y de mirar a los ojos. Todo el día saltaba, aleteaba y hacía ruidos con la boca. Se arrancaba y le tiraba el pelo a la gente", dice Patricia. Fabián lleva dos meses de dieta. Mientras su mamá conversa con

Paula en un café, Fabián, sentado en su silla, juega con un collar y toma agua mineral sin gas.

Las otras madres de Antofagasta también describen avances en sus hijos con la dieta. Dicen que están más concentrados, menos inquietos, miran a los ojos. Carolina Varas, de 4 años, compañera de curso de Baltazar, hablaba usando las palabras fuera de contexto. Repetía "hello, hello, gracias, gracias, amarillo, rojo, azul, verde, 1,2,3,4,5,6". Ahora, cuando entra a la sala le dice "hola" a su profesora. Y a veces acusa a una compañera de mesa. "Tía, la Camila está botando los papeles", dice totalmente conectada con el ambiente.

Una de las partes más difíciles de la dieta ha sido eliminar el pan, la leche y el azúcar, que estimula a la candida. Jeenker Godoy, de 6 años, se tiraba al suelo, lloraba y pateaba cuando su mamá, Fabiola Gutiérrez, le quitó el azúcar. "Si me descuidaba, Jeenker sacaba el azucarero, le echaba agua y se lo tomaba como un almíbar", dice. Antes de la dieta, Jeenker se arrancaba de la casa por los techos vecinos. Todavía se escapa si ve una puerta abierta, pero está más tranquilo y obedece órdenes. Mientras Fabiola muestra los exámenes que indican que su hijo tiene altos niveles de plomo, Jeenker observa la foto de un caballo en el diario mural del colegio. Se apoya en un pie y luego en otro, en un suave balanceo. "Jeenker, nos vamos", le dice Fabiola. Él se da vuelta y se le acerca. La mira a los ojos. La abraza. "Esto es un detalle para alguien que mira de afuera, pero son los primeros avances comunicativos de mi hijo en cinco años", dice Fabiola.

Ninguno de estos niños ha empezado la quelación. Cuando llegue el momento, necesitarán el medicamento que se importa de Estados Unidos. Ingrid guarda varias dosis en frío. La puerta de su refrigerador está llena de varios tipos de quelantes. También de vitaminas, sales minerales, enzimas, aminoácidos, desintoxicantes. Su despensa contiene kilos de galletas, cereales, harina, leche y fideos que importa en

su mayoría de un laboratorio de Seattle. Todo está libre de gluten, caseína, azúcar, colorantes y saborizantes. En un clóset guarda docenas de suplementos que su hijo aún no usa. La última importación le costó dos millones y medio de pesos. A eso sumó 700 mil pesos en impuestos de aduana y 300 mil por el agente aduanero. Ingrid calcula que esta compra le durará cuatro meses. Los suplementos que no usa su hijo se los regala a las demás mamás. Ingrid tiene una carpeta con la ficha de cada uno de los niños que siguen la dieta. Estudia los exámenes y aconseja qué suplementos deben tomar y en qué cantidad. Este trabajo ad honores le cuesta tardes y noches de estudio. "Es cansador, pero cuando una mamá me cuenta que su hijo la miró a los ojos por primera vez en años siento que vale la pena", dice Ingrid.

Catalina sabe leer

Hace cinco meses Ingrid Bravo conoció a Francisco Mignieles, un ingeniero de Concepción, a través de un grupo de Yahoo donde padres de niños con autismo intercambian

de su hija a un laboratorio de Estados Unidos para monitorear qué nutrientes y minerales le sobran o le faltan. "Catalina ha bajado su hiperactividad y ha mejorado su contacto con las personas", asegura la doctora Olivos. La niña asiste a un colegio integrado. Hace un mes leyó una disertación sobre los patos frente al curso. Sus compañeros la aplaudieron. No sabían que Catalina había aprendido a leer. "Como ha aumentado su concentración y su contacto visual se le ha abierto la puerta para adquirir conocimientos", dice Cecilia Riveros, profesora de Educación Diferencial del colegio.

Catalina está eliminando grandes cantidades de plomo por la orina. "Una vez que comience a botar el mercurio espero que dé un salto grande. Que despierte. Que se sane", dice su padre.

Hace un mes Francisco se contactó por internet con Miguel Ángel Soto, un ingeniero de Santiago que está esperando el diagnóstico que dirá si su hijo de un año y meses está en el espectro autista. Por precaución, Miguel Ángel inició a su hijo en la dieta. También lo hizo Marcela Castillo, médico y madre de Benjamín, un niño de 3 años que tuvo

DIEZ NIÑOS QUE SE ATIENDEN EN EL HOSPITAL SAN BORJA HAN HECHO LA DIETA CON BUENOS RESULTADOS. "PERO NO SIGNIFICA QUE HAYAN DEJADO DE SER AUTISTAS", DICE LA NEURÓLOGA CARMEN QUIJADA.

información. Francisco tiene una hija de 7 años llamada Catalina. A los 3 años, la niña recibió el diagnóstico definitivo: estaba en el espectro autista. Su padre se volcó a estudiar el síndrome en internet. "Así supe que existía la intervención biomédica. Pasé años intentando que algún médico la validara para probarla con la Catalina, pero ninguno quiso. Hasta que Adriana Olivos, una neuróloga infantil de Concepción, aceptó guiarme para hacer la dieta", dice Francisco.

En noviembre de 2005 Catalina empezó la dieta bajo la supervisión de la doctora Olivos. La neuróloga explica por qué aceptó llevar adelante esta terapia: "No se conoce científicamente la causa del autismo y no existe hasta hoy ningún tratamiento específico que lo cure. El espectro autista es muy amplio. Los niños que presentan este síndrome no tienen las mismas alteraciones y en algunos de ellos la causa podría ser una intoxicación. Hasta cierto punto esta intoxicación podría ser reversible, sobre todo si el tratamiento se hace en forma precoz, cuando el cerebro es altamente proactivo. Faltan estudios definitivos, pero no desearía la dieta para nadie".

Bajo su supervisión otros cuatro pacientes del centro Despertares, de Concepción, están haciendo la dieta. "El cambio más notable es que disminuyen las pataletas, mejora el sueño y baja la irritabilidad de los niños", dice la doctora.

Catalina va un paso más adelante. Está en quelación, al igual de Baltazar. Cada tres meses Francisco envía muestras

de su evolución normal hasta el año 7 meses, cuando dejó de hablar y de mirar a los ojos. Benjamín ha estado en terapia ocupacional, fonoaudiología y psicopedagogía. Acompañado de una parvularia que sus padres contrataron va a un jardín infantil común y corriente, para fomentar su integración. "Ahora mira a los ojos y responde a su nombre, pero no sé si su progreso se debe a la dieta o a las otras terapias. No sé cuánto le sirve la dieta, pero no me atrevo a quitársela. Aunque entiendo sus limitaciones, pienso que hay que probarla. Para algunos niños podría ser beneficiosa. Pero no puedo desdoblarme de mi formación científica. No creo que cure el autismo", dice Marcela.

Ingrid Bravo prefiere no pensar en límites para el avance de su hijo. "La falta de estudios científicos definitivos no va a hacer que pierda la esperanza de que Baltazar se sane. Veo su progreso todos los días. Es cariñoso, reconoce a la gente, entiende lo que digo, juega. Cuando logre hablar va poder insertarse en la sociedad. Y si aprende a valerse por sí mismo, da igual que le quede algún movimiento repetitivo. Para mí, va a estar curado" ☒

Más información en:

www.bioautismo.cl

www.autismwebsite.com/ari/index.htm

www.generationrescue.org/