

"El hobby del segle XXI és tenir temps per cuidar-se"

La Doctora Conchita Mir, és considerada un referent clau de la medicina preventiva i natural. Des de fa sis anys utilitza el Quantum Xrroid Conscious Interface (QXCI) per estudiar a fons els seus pacients. Aquest sofisticat aparell més conegut per la seva aportació al projecte Apolo de la NASA, permet detectar alteracions energètiques dels pacients a més a més de ser una excel·lent eina de treball per testar els remeis homeopàtics i nutricionals en general. Es basa en la medicina quàntica.



Explica'ns en què es basa el Quantum?

Aquest aparell produeix una retroalimentació, un "feedback", és a dir, et dona una informació de com et capta a nivell cel·lular. Et proporciona allò que tens memoritzat a dins teu, i et permet treballar d'una manera més eficient amb el teu pacient, coneixent amb exactitud el que necessita en aquell moment. La Quàntica és una bona tècnica a nivell de prevenció. **Des de quan i per què vas començar a treballar la medicina natural?** De petita vaig tenir la gran sort de rebre una educació enfocada en la prevenció de la salut. La meua àvia ens donava homeopatia i herbes medicinals. La meua família sempre han tingut un gran respecte als medicaments, sempre els ha utilitzat en cas d'extrema necessitat. **Quan tenia febre, la meua mare em feia banyar amb aigua freda per que em baixés la temperatura; i res de donar-me fàrmacs!**

Quan vaig acabar Medicina, vaig començar a treballar en la consulta d'un hospital. Allà em vaig adonar que no era la trajectòria que buscava. Vaig començar a moure'm i a estudiar fitoteràpia i homeopatia viatjant entre Madrid, França i a Alemanya per ampliar els meus coneixements en el camp de la medicina biològica.

Quins casos veus habitualment a la teua consulta?

En els últims anys m'han vingut molts pacients amb malalties autoimmunes, càncers i patologies del dolor (artritis, artrosi). Recentment també he tingut molts casos de candidiàsi.

També veig moltes persones amb problemes de tiroides. Aquesta zona està molt relacionada amb el cinquè chakra, el de la comunicació. Moltes vegades, l'agent causal dels problemes de tiroides acostuma a no expressar allò que la persona vol realment. **Quins passos segueixes per tractar**

els teus pacients?

M'he especialitzat en nutrició i en cada patologia tinc un protocol alimentari. Primer de tot modifico la dieta, per que la nutrició ja és, en sí, un medicament molt potent. He vist casos que han millorat molt amb una simple modificació alimentària. Per exemple, moltes persones milloren si només els hi treus el blat i els làctics.

També veus molts nens, veritat? Quins són els tres principals motius de consulta d'aquest col·lectiu?

Al·lèrgies alimentàries
Trastorn del Dèficit de l'atenció (TDA)
Depressió i estrès

Els consells nutricionals pels nens amb TDA

Menjar poc i sovint (cada 3-4 hores). D'aquesta manera es manté la corba de la glicèmia normal.

Eliminar els tòxics i els sucres d'absorció ràpida (pastisseria, sucre refinat, cereals refinats -blat, arròs blanc, pa-). Està demostrat que els nens que mengen molts cereals pel matí produeixen hiperinsulinèmia, amb una posterior baixada de sucre quedant-se molt desorientats i mala concentració. Els glúcids que entren poc a poc a la sang (hidrats de carboni complexos) no fan aquests pics tant elevats.

Incloure en cada àpat hidrats de carboni complexos, proteïna i greixos.

a. Hidrats de carboni complexos: arròs integral, mill, quinoa.
b. Proteïna: peix, ous biològics, tofu.
c. Greixos saludables: oli d'oliva, fruits secs.

Prendre un suplement d'àcids grassos Omega-3

Has d'anar donant substàncies nutritives per millorar el sistema cognitiu.

Molts nens que et venen a la consulta estan prenent medicació per tractar el TDA. Com expliques als pares que simplement amb un canvi de dieta i una suplementació de Omega-3

La Doctora Conxita Mir es va llicenciar en Medicina en Barcelona Anys més tard va començar a treballar sota una visió més integradora i holística de la medicina. Actualment, en la seva consulta del barri de Sarrià-Sant Gervasi de Barcelona utilitza el Quantum Xrroid Conscious InteApolo una excel·lent eina de medicina quàntica.

milloraran? És difícil fer entendre a la gent aquesta visió de la medicina?

Senzillament els informo dels efectes secundaris que té la medicació per tractar el TDA: nivells elevats de colesterol en sang, insomni, efecte anorexígen (falta de gana)....Els hi proposo fer una modificació del tractament amb suplementació i dieta. Només cal veure els resultats!

Quins són els aspectes que tens més en compte a l'hora de tractar el teu pacient?

El intestí prim i el pàncrees. I sobretot si la persona està intoxicada.

Intestí prim: Actualment hi ha molts casos de intestí permeable. Hi ha al·lèrgies alimentàries que només coregint el problema de la permeabilitat del intestí prim els mateixos aliments deixen de produir reaccions adverses. Quan era petita, tenia molts problemes de rinitis al·lèrgica. Em van portar a tots els al·lèrgòlegs i no va ser fins que vaig començar-me a tractar el meu intestí prim que no vaig millorar.

El intestí prim (en el ileon) es considera el nostre segon cervell. I és on es sintetitza el 80% de serotonina.

Pàncrees: A nivell de pàncrees és important evitar les hiperinsulinèmies.

Problemes d'intoxicació: Amb el

Quantum puc observar el grau d'intoxicació de molts pacients. Les persones amb càncer que segueixen un tractament de radioteràpia i quimioteràpia acostumen a presentar un alt nivell d'intoxicació.

Prems suplementes?

Sí, ara m'estic prenent dos antioxidants:

-Cúrcuma

-Carnosina.

I sempre, abans de setmana santa i després de vacances fa un drenatge hepàtic

Quina dieta segueixes?

No pren làctics per que no em senten bé i em treuen energia. Em vaig fer fa poc una densitometria i em va donar uns resultat 30% superior a la mitjana. El calci l'obtingo de les algues i les llavors de sèsam. Hi ha molt mite entorn als làctics.

Tampoc prenc blat, blat de moro

Prenc llet de soja.

No menjo carn, però sí peix i ous biològics.

Els meus fills mengen carn i productes biològics.

És molt important saber escoltar el nostre cos.

Quines activitats realitzes per cuidar-te?

Faig ioga, jugo a tennis i un dia a la setmana em faig un shiat-su. Sempre que puc camino.

El hobby del segle XXI és tenir temps per cuidar-se. Antigament els balnearis no hi havia gent jove i ara n'està ple.

Els consells de la Dra. Conxita Mir per tenir salut:

- 1- Actitud mental positiva
- 2- Alimentació biològica i sense tòxics
- 3- Suplementació natural
- 4- Esport
- 5- Entorn saludable i sense estrès

Dra. Conchita Mir Rodon
Tel. 93 202 12 11
C/ Balmes, 299, 4^a 1^a
08006 Barcelona