



# PREGUNTAS Y RESPUESTAS SOBRE EL CORONAVIRUS

Con el Dr. César Núñez Experto Oncólogo Inmunólogo y  
Karen Berrios paciente vencedora de cancer



*Karen Berrios*<sup>®</sup>



### **DR. CÉSAR NÚÑEZ**

Médico Cirujano egresado de la Universidad Peruana Cayetano Heredia. Realizó estudios de Post-Grado en Inmunología en la misma casa de estudios.

28 años de experiencia en el campo de Inmunoterapia Pasiva respaldan su trabajo y éxito en sus investigaciones. Es, además, CEO de EMINDES Cáncer, Empresa de Investigación y Desarrollo en Cáncer- Lima- Perú.

Entre sus publicaciones en colaboración para la “Revista Peruana de Medicina Experimental”, se encuentran:

“Inmunoterapia en melanoma: vacunas de células dendríticas” y “Poblaciones linfocitarias, células dendríticas y perfil de citoquinas en ratones con melanoma tratados con *Uncaria tomentosa*”.



### **KAREN BERRIOS**

Triunfadora sobre el Cáncer de Tiroides, del cual fue diagnosticada hace seis años; que la llevó a decidir vivir nuevamente, cambiar su estilo de vida; y compartir sus conocimientos y experiencia con otros.

Es, además, Consultora Certificada de Salud Natural con estudios en Medicina Naturopática, CEO de Kareliz Wellness, LLC; y dueña de un blog que lleva su nombre, donde publica artículos de su autoría orientados a la salud integral; además, cuenta con presencia en redes sociales, como Facebook, Instagram y YouTube; y publicaciones en páginas de salud como “Medium” y “Natural News”.

Entre sus publicaciones se encuentran:

“10 Consejos para Fortalecer Tu Sistema Inmune”; y “10 Preguntas que todos los Pacientes con Cáncer deben hacer a sus Oncólogos”.



# PREGUNTAS Y RESPUESTAS SOBRE EL CORONAVIRUS

## 1. ¿QUÉ ES EL CORONAVIRUS?

Es un virus zoonótico (que reside en animales) respiratorio perteneciente a una familia de virus llamados coronavirus de los cuales se conocen los que han llegado a humanos 7 tipos (4 que causan infecciones leves a moderadas) y 3 más que son emergentes

MERS-COV (Middle East Respiratory Syndrome)

Arabia Saudita 2012

SARS-COV1 (Severe Acute Respiratory Syndrome)

China 2003

SARS-COV 2 (También llamado COVID-19)

China 2019

## 2. ¿CUÁL ES LA DIFERENCIA DE ESTE VIRUS EN COMPARACIÓN A LOS OTROS?

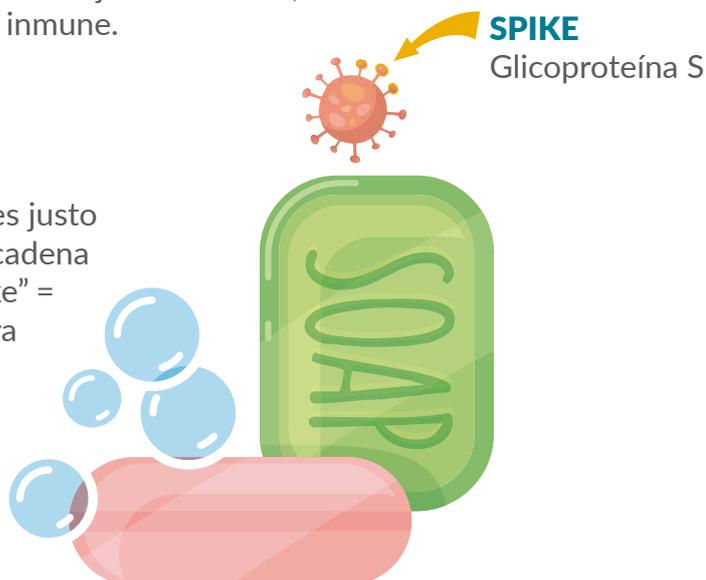
El COVID-19 es altamente transmisible, se contagia a un gran número de personas rápidamente.

## 3. ¿QUÉ MATA AL VIRUS?

Primero, aclarar que el virus no es un organismo vivo porque necesita de la estructura celular del huésped que infecta para dividirse pero, cuando ya se contrajo la infección, los virus son eliminados por el sistema inmune.

## 4. ¿POR QUÉ LOS ESPECIALISTAS RECOMIENDAN LAVARSE LAS MANOS CON JABÓN?

El jabón es un antiséptico; y es justo esta función la que hace que la cadena externa del virus (la proteína "spike" = glicoproteína S)- que se encuentra en su superficie; y que logra que el virus se fije a su huésped- se rompa. También logra esto el alcohol, pero el jabón, en un lavado correcto, logra lo mismo a menor costo.



## 5. ¿POR QUÉ ESTE VIRUS ES TAN CONTAGIOSO?

Todos los gérmenes (virus, bacterias, parásitos y hongos) son transmisibles por diferentes mecanismos, pero el COVID-19 es altamente transmisible (la razón exacta aun no se conoce).

## 6. ¿ESTE VIRUS ES MUY MORTAL?

No, para entenderlo mejor.

Virus	Casos	Mortalidad
MERS-COV	2,494	34%
SARS-COV1	8,096	9,6%
SARS-COV2 (COVID 19)	934,825 Abril 1, 2020	3,5%

## 7. ¿CUÁNTO TIEMPO DEMORA EL COVID-19 DESDE QUE ENTRA AL CUERPO Y SE DESARROLLA LA ENFERMEDAD, ES DECIR, EL PROCESO DE INCUBACIÓN?

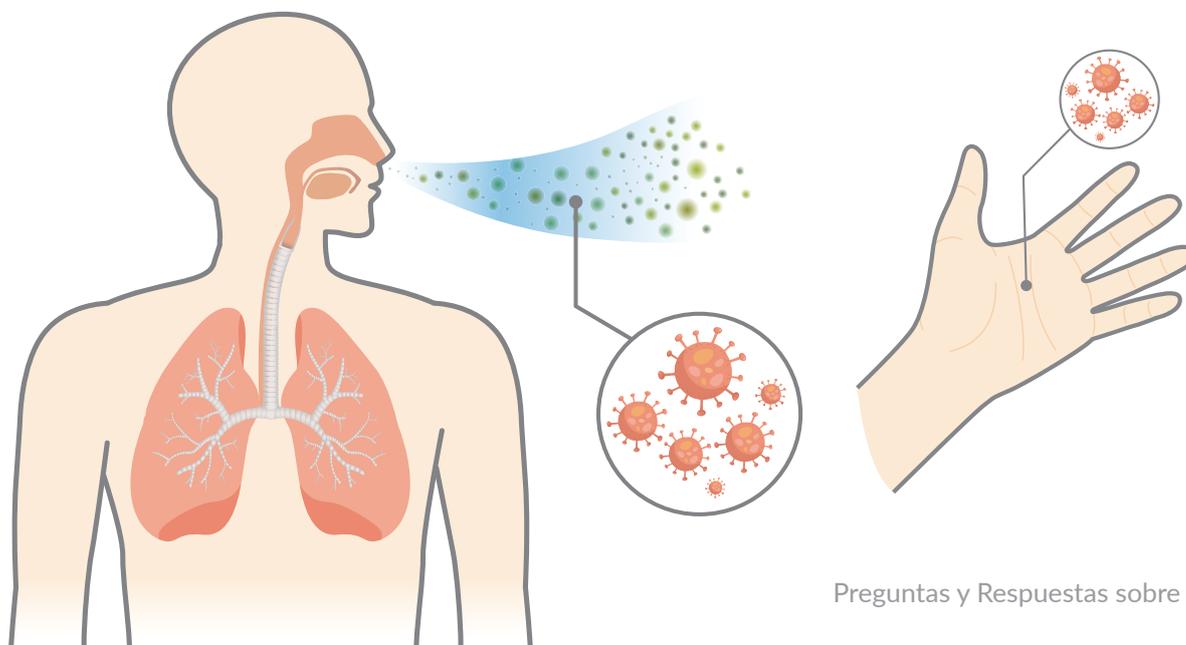
Los tiempos van entre 2 a 14 días, con un promedio de 5 días.

## 8. ¿CUÁLES SON LAS VÍAS DE TRANSMISIÓN?

Por secreciones respiratorias, ósea mediante la expulsión de secreciones directas (gotículas) de una persona infectada hacia la boca, nariz u ojos.

Cuando una persona estornuda sobre su mano y mediante el contacto de estas manos a superficies que tengan secreciones que luego son llevadas a la boca, nariz u ojos para iniciar el contagio.

Otra vía de transmisión a tomar en cuenta es por transmisión indirecta por aerosol (microgotículas): cuando una persona estornuda, las microgotículas que no son tan afectadas por la gravedad (por su tamaño) pueden quedarse en el ambiente por 2 a 3 horas (esto solo puede darse y suceder en espacios cerrados con pobre ventilación para generar riesgo de contagio).



## **9. ¿CÓMO ACTÚA EL COVID-19?**

El virus al no ser organismo vivo usa las células de las vías respiratorias para replicarse (dividirse y multiplicarse) y así proliferar.

## **10. ¿CÓMO EVADE ESTE VIRUS NUESTRAS DEFENSAS?**

Lo usual es que cualquier infección se dé en personas predispuestas (personas mayores con enfermedades pre existentes), pero también hay que considerar que el COVID-19 haga enfermedad según su carga viral (cantidad de virus que ingresan a la persona infectada) y es la capacidad del sistema inmune y la velocidad de su respuesta lo que define que actualmente el 95% de los pacientes infectados se encuentren en condición leve y solo el 5% en condición crítica.

## **11. ¿LA ESTRUCTURA DE ESTE VIRUS INVADE NUESTRAS CÉLULAS PULMONARES?**

De inicio no.

Cuando nos exponemos al contagio, la primera estructura comprometida son las mucosas de la boca, nariz y ojos y es aquí en donde el virus empieza su multiplicación.

Dado que la evidencia de comportamiento clínico de las personas infectadas es común que entre los 5 a los 10 días pueda darse compromiso al pulmón (porque el virus llega a la célula pulmonar) una vez en el pulmón puede producir neumonía y/o falla respiratoria.

## **12. A. ¿BASTA SALIR DE CASA PARA CONTRAER EL CORONAVIRUS 2019, ES DECIR, SE ENCUENTRA EN EL AIRE QUE RESPIRAMOS?**

No se encuentra en el aire (sino en las personas enfermas y superficies contaminadas por las personas enfermas) y no basta con salir a la calle para contraerlo.

## **B. ¿ES POR ESO QUE PRODUCEN SÍNTOMAS GRAVES Y COMPLICACIONES EN LOS PULMONES, CAUSANDO QUE LAS CÉLULAS PULMONARES MUERAN?**

Los síntomas severos están relacionados a la división acelerada del virus y expansión a las diferentes células del pulmón (alveolos) en donde no solo se da la neumonía (infección de las células del pulmón sino además se forma una membrana hialina (reacción inflamatoria severa) en todo el alveolo antes de generar una respuesta inmune efectiva contra el virus. Y las células del pulmón no mueren, se muere la persona enferma por falla respiratoria (porque el oxígeno no puede pasar del pulmón a la sangre).

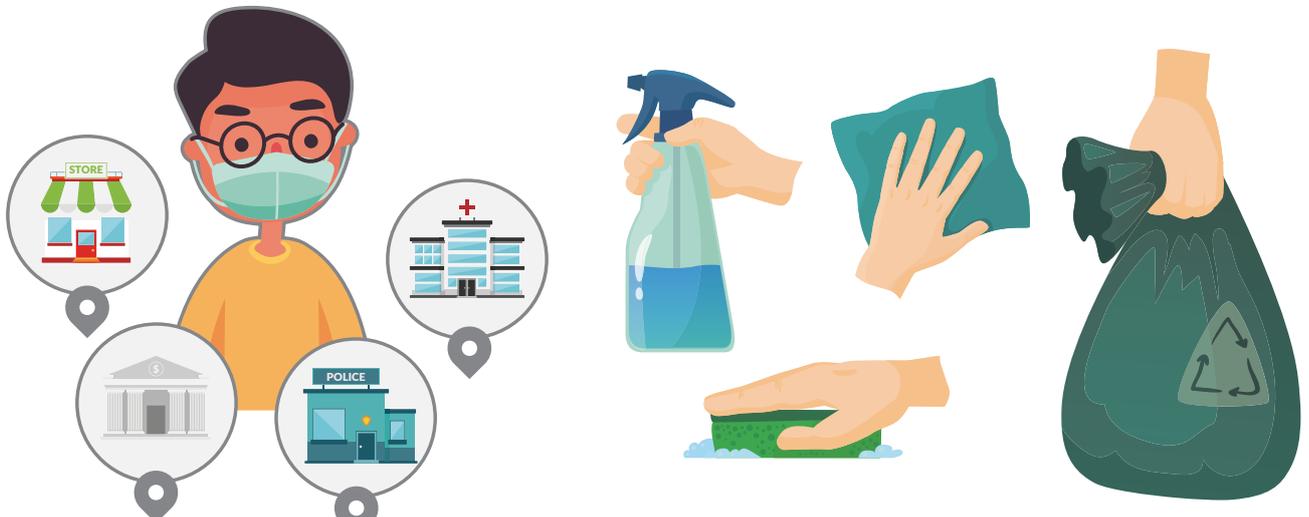


### C. ¿PRODUCE APOPTOSIS?

No.

### 13. ¿CÓMO PODEMOS PREVENIR Y PROTEGERNOS DE ESTE VIRUS?

- Distanciamiento social (2 metros mínimo) porque las secreciones que son las que contaminan no pueden trasladarse más de 2 metros por el peso del virus.
- Lavado de manos correcto, por 20 segundos (las dos superficies, anterior posterior, interfalanges y punta de los dedos) cada vez que se llega del exterior o se ingresa o se sale de algún espacio público.
- Uso de mascarillas al transitar por áreas concurridas (supermercados, bancos, hospitales, etc.).
- Limpiar las superficies con desinfectante (sobre todo aquellas que puedan ser de contacto común y frecuente).



#### **14. ¿QUÉ PAPEL JUEGA NUESTRO SISTEMA INMUNOLÓGICO EN EL COVID-19?**

Para entender una pregunta tan amplia cabe explicar que nuestro sistema inmune es un universo que naturalmente es óptimo (funciona bien) con 2 funciones generales:

Una externa que se encarga de eliminar virus, bacterias, parásitos y hongos.

Una interna que se encarga de eliminar células anormales por ejemplo células tumorales.

Sin embargo en ciertas condiciones de estrés, ansiedad persistente, depresión, malnutrición y enfermedades pre existentes puede perder su equilibrio y estar proclive a contraer ciertas enfermedades.

En esta enfermedad la evidencia muestra que el 95% de pacientes hace una expresión leve de enfermedad con una respuesta inmune más eficiente y que un 5% que son los pacientes críticos tienen una respuesta inmune lenta y menos eficiente.

Detalles más específicos no están al alcance del conocimiento dado el corto tiempo que se conoce esta enfermedad.

#### **15. ¿ESTE VIRUS TIENE UN COMPORTAMIENTO DIFERENTE QUE OTROS TIPOS DE VIRUS?**

Si, tiene una alta tasa de transmisión (se contagia rápidamente) por causas aún no conocidas.

#### **16. ¿ES VERDAD QUE ESTE VIRUS VIVE EN EL AMBIENTE Y ES NECESARIO CAMBIAR NUESTRA ROPA Y ZAPATOS AL REGRESAR A CASA?**

No, este virus no vive en el ambiente sino en las personas pero se mantiene en superficies contaminadas por periodos de tiempo variables entre horas hasta 3 días, así que sería suficiente lavarse las manos al llegar a casa. Si no tomamos contacto con personas con sospecha de enfermedad y no trabajamos en lugares de riesgo de contaminación alto no es necesario cambiarse la ropa y los zapatos pero si somos personal de salud y tomamos contacto con muchas personas de riesgo en ese caso si va a ser importante.

#### **17. ¿PUEDE HABER CONTAGIO POR MEDIO DE NUESTRAS MASCOTAS?**

No hay evidencia de contagio por mascotas

Los coronavirus provienen de animales silvestres y se sospecha que el COVID-19 provenga inicialmente del murciélago y que este haya transmitido al pangolín y/o serpiente para luego llegar a los humanos.



## 18. ¿QUIÉNES SON MÁS PROPENSOS A HACER COVID-19?

Las personas mayores de 60 años.

Personas con enfermedades preexistentes (enfermedad cardiovascular, diabetes, enfermedad respiratoria crónica, hipertensión, cáncer, obesidad).

Personas que toman tratamientos que bajan las defensas (corticoides, quimioterapia, radioterapia).

## 19. ¿QUIÉNES SON PORTADORES DE ESTE VIRUS?

Los coronavirus son virus zoonóticos, vienen de animales y a veces pueden llegar a transmitirse al hombre. Se sospecha que el virus ha venido de algún animal silvestre (aún no determinado) pero no hay portadores porque los virus ARN (Ácido Ribonucleico) no son crónicos a diferencia de los Virus de ADN (como VIH y el Herpes que sí son crónicos) en donde sí hay portadores.

## 20. ¿EL SER HUMANO ESTÁ SUJETO A COMBATIR TANTOS VIRUS, BACTERIAS, E INVASIONES DE TANTOS ELEMENTOS NOCIVOS POR QUÉ ESTE VIRUS ES DIFERENTE?

Hay enfermedades que se llaman enfermedades emergentes (entre ellas está este virus) que se dan en ciertas condiciones que lo hacen propensos a adquirirlos en algunas de sus formas de mutación que es más patogénica que otra (más dañina). En realidad, este virus no es tan mortal y lo vemos porque su tasa de mortalidad no es tan alta (3,5% de mortalidad) a diferencia de otras ya mencionadas; la característica de este virus es su alta tasa de transmisión que produce una gran cantidad de personas infectadas en un corto tiempo lo que hace claudicar los sistemas de salud que no están preparados para soportar esto.

## 21. SABEMOS QUE YA EXISTE ESCASEZ DE MASCARILLAS ENTRE OTROS ELEMENTOS ESENCIALES. ¿QUÉ MITOS PODRÍA USTED COMPARTIR CON NOSOTROS QUE NOS AYUDEN A NO CREER EN COSAS QUE NO SON VERDAD, BASADAS EN ESPECULACIONES Y MENTIRAS?

Las mascarillas deben usarlas principalmente las personas infectadas (para evitar contagiar), las personas que se encuentren en contacto con otras personas de riesgo (médicos, enfermeras, personal de salud), el personal de contingencia que tiene contacto permanente (policías, vendedores de supermercados, etc.) y la población general solo cuando va a espacios en donde haya muchas personas o en lugares de pobre ventilación.

Mitos o especulaciones:

- No es un virus letal, su tasa de mortalidad es relativamente baja (3,5% actual).
- No se encuentra en el aire o en el ambiente.
- No hay que cambiarse de ropa y de zapatos todo el tiempo si no somos personas de pocos contactos de riesgo.



## **22. ¿CÓMO EL ESTRÉS Y EL MIEDO AFECTAN A NUESTRA SALUD AL ENFRENTAR ESTA PANDEMIA?**

El miedo exacerbado como estado y el estrés crónico restan las defensas naturales (barrera mecánica y barrera inmune) y nos pondrían más proclives a contraer la enfermedad.

## **23. ¿ES VERDAD QUE HAY MÁS GENTE MURIENDO DE OTRAS CONDICIONES EN COMPARACIÓN AL CORONAVIRUS?**

Definitivamente si, pero sería hacer un juicio apresurado con una nueva enfermedad como el COVID-19 que si está matando personas y que aun no conocemos su alcance real, el minimizar las medidas o el mediatizar su manejo a teorías conspirativas (que por un lado más alimentan el miedo y por el otro minimizarían los cuidados de control de la enfermedad y pondrían en riesgo el aumento y su propagación).

## **24. ¿QUÉ SUPLEMENTOS USTED RECOMIENDA COMO HERRAMIENTAS DE PREVENCIÓN Y COMBATE?**

Frente a una enfermedad nueva, hablar de suplementos no sería correcto, pero se podría recomendar como en cualquier enfermedad que afecta vías respiratorias el usar Vitamina A que juega un papel en la acción de las mucosas (barrera mecánica) y vitamina C (aunque controvertida) podría disminuir el riesgo de hacer cuadros severos.

Aunque quisiera acotar que siendo la Vitamina C una vitamina hidrosoluble, esta no se acumula en el cuerpo y su excedente se elimina por orina, y la necesidad fisiológica diaria en mujeres es de 75mg /día y en hombres de 90mg /día entonces hacer uso de mega dosis no lo considero recomendable.

## **25. ¿EL AGUA AYUDA A COMBATIR EL VIRUS?**

En cualquier infección respiratoria es conveniente estar hidratado.

Sin embargo, en COVID-19 no hay evidencia de que el agua juegue un papel protector.

## **26. ¿ES VERDAD QUE ES MEJOR TOMAR BEBIDAS TIBIAS VS FRÍAS PARA PREVENIR EL VIRUS?**

Se ha descrito que el virus no resiste temperaturas mayores de 26 a 28 grados Celsius EN EL AMBIENTE, dicho esto, al ingresar el virus en la mucosa respiratoria e invadirla no hay evidencia que la diferencia de temperatura juegue un papel preventivo.



## 27. ¿ES POSIBLE QUE UN VIRUS SE PUEDA MANIPULAR EN UN LABORATORIO?

Así es, es posible.



## 28. ¿ES CIERTO QUE EL VIRUS COVID-19 NO RESISTE LOS RAYOS UV, O, ALTAS TEMPERATURAS?

Cuando aún no ha infectado a la persona (cuando se encuentra en el ambiente) efectivamente no resiste las altas temperaturas ni los rayos UV.

## 29. ¿EL COVID-19 TAMBIÉN ALCANZA LOS ALIMENTOS QUE CONSUMIMOS, ES DECIR, SI CONSUMO VERDURAS CRUDAS MAL LAVADAS, ES POSIBLE QUE LO PUEDA CONTRAER?

Si las secreciones respiratorias de un paciente infectado alcanzan las verduras y frutas, sí.

## 30. EL CLIMA, POR EJEMPLO, EL TEMPLADO Y HÚMEDO ¿PUEDE CONTRIBUIR A LA PROPAGACIÓN DEL COVID-19?

Aún no se sabe.

## 31. ¿CUÁL ES EL RECORRIDO DE UN VIRUS A TRAVÉS DEL SER HUMANO?

Ingresa por nariz o boca, pasa a la faringe, tráquea, bronquios y puede llegar a los pulmones en los pacientes que hacen neumonía.

También hay evidencia que ingresa por la mucosa de los ojos.



### **32. ¿DE QUÉ MANERA AFECTA EL COVID-19 A UNA PERSONA HIPERTENSA?**

Cualquier persona con enfermedad pre existente puede tener mayor riesgo de peor pronóstico o de hacer un cuadro crítico también las personas con hipertensión.

El mecanismo exacto aún no se conoce.

### **33. ¿ES CIERTO QUE SE DEBE TENER COMO ALIADO A LA LEJÍA PARA LIMPIAR LOS PISOS, LA SUELA DE LOS ZAPATOS, LA MESA, NUESTRA CARTERA Y/O BILLETERA, LA CORREA DE NUESTRA MASCOTA, COMO MEDIDA DE PREVENCIÓN CONTRA EL COVID-19?**

Si, usar desinfectantes para limpiar superficies de contacto disminuye el riesgo de contagio y sirve para prevenir.

La lejía doméstica es muy efectiva para la desinfección de superficies donde pueda haber virus. Para que la lejía sea eficaz hay que limpiar previamente las superficies con bayetas húmedas, para recoger el polvo.

Después limpiar esas mismas superficies con otra bayeta humedecida en una disolución de lejía al 1:50.

¿Cómo preparar la lejía al 1:50?

- 1 Coger 20 ml de lejía casera, no importa la marca.
- 2 Echarlo dentro de una botella de 1 litro.
- 3 Rellenar la botella con agua del grifo hasta completar.
- 4 Cerrar y mezclarlo bien.

### **34. ¿EXISTE ALGUNA MANERA DE FORTALECER NUESTRO SISTEMA INMUNE DE UNA MANERA RÁPIDA Y EFICAZ?**

No, los sistemas funcionan en equilibrio (equilibrio emocional, equilibrio nutricional, equilibrio motor / actividad física) y no es necesario fortalecerlos solo hay que mantenerlos para que hagan lo que están determinados a hacer, actuar ante cualquier eventualidad de daño (externo o interno).

### **35. SABEMOS QUE EL JABÓN ES PARA MATAR LAS BACTERIAS, PERO, ENTONCES, ¿CÓMO ES QUE EL JABÓN MATA AL COVID-19?**

El jabón antibacterial mata bacterias.

El jabón es un antiséptico y no mata al virus solo no permite que pueda fijarse en la mucosa respiratoria (destruyendo una parte de su estructura) para ingresar a la célula y generar enfermedad.



### 36. ¿EL ESTILO DE VIDA, VALE DECIR, ALIMENTACIÓN, SEDENTARISMO Y OTROS FACTORES DE UNA PERSONA, APARENTEMENTE SANA, PUEDEN INCREMENTAR LA PROBABILIDAD DE CONTRAER UN COMPLICADO CUADRO DE COVID-19?

El estilo de vida saludable aleja la posibilidad de contraer un cuadro complicado de coronavirus.

### 37. ¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS Y ETAPAS PROGRESIVAS CUANDO SE ADQUIERE EL COVID-19?

- Fiebre entre el 83% y 98% como síntoma inicial.
- Tos entre el 76% a 82% de los casos.
- Mialgias o fatiga entre el 11% a 44%.
- Disnea (dificultad respiratoria) entre el 30% a 40% de los casos.
- Pérdida del olor y el gusto (anosmia y disgeusia).
- Más raro cefalea y diarrea.



### **38. ¿LAS PERSONAS QUE SE ESTÁN RECUPERANDO DE UNA CIRUGÍA TAMBIÉN ESTÁN DENTRO DEL GRUPO EN RIESGO DE CONTRAER EL COVID-19?**

No necesariamente. No hay evidencia, pero hay que tomar en cuenta la edad del paciente, el tipo de cirugía (mayor o menor) y si tiene enfermedades preexistentes.

### **39. ¿POR QUÉ EL IBUPROFENO Y LOS DEMÁS ANTIINFLAMATORIOS AGRAVAN Y COMPLICAN EL CUADRO SI LA PERSONA CONTRAJO EL COVID-19?,¿EN QUÉ FORMA ACTÚA U OBSTACULIZA LA RECUPERACIÓN DEL PACIENTE?**

No está claro si los AINES (anti inflamatorios no esteroideos) perjudican al paciente porque se sabe que muchos tipos de anti inflamatorios producen daño o aumento de la presión en pacientes con hipertensión (Sobre todo los de última generación) y es justo este grupo de pacientes (los hipertensos) los que más se ven afectados por el COVID-19 entonces esto podría ser un sesgo. Hay un artículo que muestra que el ibuprofeno (AINE) no aumenta el riesgo a los pacientes con COVID-19 por ello está en el protocolo de manejo en España actualmente.

### **40. ¿CÓMO EL VIRUS PUEDE AFECTAR A UNA PERSONA QUE TIENE CÁNCER?**

Una persona que tenga cáncer en general va a tener más riesgo de complicaciones en coronavirus.

Pero hay que considerar que el hecho de estar en quimioterapia, radioterapia, estar desnutrido, estar con deterioro por la enfermedad propia aumenta ese riesgo entonces en términos poblacionales (estadísticos) el cáncer, es una enfermedad de riesgo para complicaciones, pero en términos individuales (personalización) esa no es toda la verdad porque un paciente joven, sin otras enfermedades pre existentes, que no ha hecho quimio o radio nunca o en el último año su riesgo va a ser similar al de la población general.



## COMENTARIOS FINALES

Tomando en consideración los muchos, si no miles de opiniones vertidas por diversos profesionales de diferente rubro -a modo de epílogo- recalco lo siguiente:

El Coronavirus (COVID-19) es una pandemia.

Todos los años tenemos pandemias estacionales con tasas de mortalidad que bordean el 1%, la diferencia de ésta (COVID-19) es su alta tasa de transmisión.

Probablemente, debido a una alta tasa de división del virus en vías respiratorias superiores.

La alta tasa de transmisión hace que los sistemas de salud colapsen (como lo estamos viendo).

Entonces, no es el miedo y el pánico lo que va ayudar a combatir el COVID-19, sino los cuidados necesarios (normas y protocolos establecidos) los que va a disminuir la curva exponencial de casos y que no quiebren nuestros sistemas de salud.

Las medidas de cuarentena estrictas con cierre de fronteras e inmovilización no pueden ser duraderas (de meses y menos hasta esperar una vacuna que bien podría tardar hasta un año a más) no solo por el impacto económico sino por el daño colateral de salud (al concentrar todo el sistema de salud a una sola enfermedad, vamos a perder muchos pacientes crónicos y vulnerables con otras enfermedades).

Que esta experiencia con COVID-19 no sea un llamado al pánico para cualquier "gripe estacional nueva" que luego se convierta en un llamado a la cuarentena, cierre de comercios y fronteras; sino en la oportunidad de estar alertas las autoridades de salud para mitigar las curvas exponenciales; y poniendo a buen recaudo a las poblaciones vulnerables, sin detener las economías ni los sistemas de salud en todas las otras enfermedades que nos aquejan. Y así, evitar el aprovechamiento económico de algunas industrias que se vean favorecidas por un fenómeno cíclico de esta naturaleza.

*Dr. César Núñez*



Un agradecimiento especial al Dr. César Núñez por su dedicada colaboración y dedicación en la creación de este libro electrónico, así como, por su convicción y compromiso para ayudar a sus pacientes y a muchas personas que padecen cáncer y otras dolencias. Agradezco a mi equipo por su leal apoyo en la creación de este libro electrónico y por creer en mi visión de traer la verdad, la luz y el bien al mundo.

Gracias a mis lectores por confiar en mí para ofrecerles las mejores fuentes de información y su aliento continuo al recorrer el camino de la sanación conmigo. Les envío muchas bendiciones, mucho amor y paz en medio de estos momentos difíciles. Confío en que venceremos y saldremos de esto mejor, más fuertes y llenos de esperanza para que el mundo sea un mejor lugar mejor más que nunca. Manténganse con bien y salud.

¡Dios los bendiga!

*Karen Berrios*





© Copyright 2020 por Karen Berrios

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta guía electrónica se puede reproducir o redistribuir de ninguna forma ni por medios electrónicos o mecánicos, incluidos los sistemas de almacenamiento y recuperación de información, sin el permiso por escrito del editor.

Publicado en los Estados Unidos por:  
Kareliz Wellness, LLC, 41593 Winchester Rd, Suite 200, Temecula, CA 92590

[karenberrios.com](http://karenberrios.com)  
[shopkarenberrios.com](http://shopkarenberrios.com)

Descargo de responsabilidad: La información contenida en esta guía electrónica está destinada a ayudar a los lectores a tomar decisiones informadas sobre su salud. No debe usarse como un sustituto de tratamientos o similares. Consulte a su médico para mayor información.

Aunque el autor y el editor se han esforzado por garantizar que la información proporcionada aquí sea completa y precisa, no se hacen responsables de la pérdida o daño de cualquier naturaleza sufrida como resultado de confiar en cualquiera de los contenidos de esta guía electrónica; o cualquier error u omisión en este documento.

