

1 Resumen del síntoma que manifiestas

Alergias - respuesta del organismo frente a sustancias que, para la mayoría de la gente, son inocuas.

•

2 Explicación principal según la biodescodificación

Entrada ALERGIA (en general)

Campo	Contenido (resumen)
Definición	Reacción exagerada del sistema defensivo frente a un agente normalmente inofensivo.
Técnico	Conflicto de protección exagerada contra un "invasor" (alérgeno) y conflicto de Separación .
Sentido biológico	El cuerpo, a raíz de una experiencia previa, identifica el alérgeno como una amenaza y lo marca como "dañino".

- **Fase silenciosa**: el organismo supera su Límite Superior Tolerable (LST) y categoriza el entorno como "malo". - **Fase ruidosa**: ante una situación similar reaparece la reacción alérgica contra el agente ya etiquetado. | | **Conflicto** | - $\approx 90\%$ son **coyunturales**: hay un punto conflictivo reciente que dispara la hipersensibilidad. - $\approx 10\%$ son **estructurales**: presentes desde el nacimiento, vinculadas a conflictos transgeneracionales o a un proyecto sentido muy fuerte de la madre. |

¿Qué nos dice esto?

- **Protección exagerada**: tu cuerpo está intentando protegerte de lo que percibe como una agresión.
- **Marcado previo**: alguna experiencia (real o simbólica) hizo que el alérgeno se etiquetara como peligroso.
- **Dos tipos de origen**:
- **Coyuntural** - conflicto reciente (p.ej., una situación de vida-muerte, una fuerte separación, un trauma asociado a la sustancia).
- **Estructural** - conflicto heredado o ligado al proyecto de vida de la madre, presente desde la infancia.
-

3 Otros matices o temas relacionados

Aunque la única entrada directa es la anterior, podemos distinguir los siguientes **sub-temas** que amplían la comprensión:

- **Fase silenciosa vs fase ruidosa** - identificar cuándo el conflicto está "dormido" y cuándo se manifiesta como síntoma.
- **Límite Superior Tolerable (LST)** - concepto que ayuda a localizar el punto en que el cuerpo "corta" la tolerancia y se dispara la alergia.
- **Conflictos de separación** - a menudo las alergias aparecen cuando hay un sentimiento de pérdida, abandono o separación (real o simbólica).
-

4 Referencias cruzadas para seguir investigando

1. **Conflictos de separación**
2. **Programas transgeneracionales**
3. **Proyecto sentido de la madre**
4. **Límite Superior Tolerable (LST)**

Puedes profundizar en cada uno de estos temas si deseas ampliar la mirada biodescódica de tus alergias.

•

5 Interpretación integrada

Tus alergias pueden estar indicando que, en algún momento de tu vida, tu organismo recibió la señal de que una sustancia -quizá por una experiencia concreta, una situación de estrés intenso o una herencia familiar- representaba una amenaza real. - Si el origen es **coyuntural**, la clave está en localizar la experiencia conflictiva reciente y trabajar la percepción de amenaza que quedó “marcada”. - Si el origen es **estructural**, el trabajo se orienta a explorar la historia familiar, los posibles programas heredados y el vínculo con el proyecto sentido de la madre.

En ambos casos, el objetivo terapéutico es **des-marcar** el alérgeno, reduciendo la necesidad de una protección exagerada y restableciendo la tolerancia del cuerpo.

•

6 Sugerencia de abordaje terapéutico (no sustituto de un profesional)

1. Identificación del conflicto

- Lleva un registro de cuándo aparecen los brotes y qué alimentos, ambientes o situaciones los preceden.
- Reflexiona sobre eventos emocionales significativos (pérdidas, separaciones, cambios bruscos) que coincidieran temporalmente con la aparición o empeoramiento de la alergia.

2. Trabajo emocional

- Técnicas de **liberación emocional** (p.ej., EFT, terapia de la voz, escritura terapéutica) enfocadas en la experiencia marcada.
- Si sospechas de un componente estructural, la **terapia transgeneracional** o el **trabajo con la figura materna** pueden ser útiles.

3. Reconexión con la tolerancia corporal

- Prácticas que favorezcan la **regulación del sistema nervioso** (respiración consciente, mindfulness, movimiento suave).
- Exposición gradual y segura al alérgeno bajo supervisión médica, acompañada de acompañamiento emocional.

Importante: antes de iniciar cualquier proceso terapéutico, consulta con un profesional de la salud (alergólogo, médico de familia) y con un terapeuta especializado en biodescodificación o terapia emocional.

•

7 Aviso de responsabilidad

La información proporcionada es una **interpretación biodescódica** basada en el diccionario de biodescodificación y no sustituye en ningún caso el diagnóstico, la evaluación ni el tratamiento médico profesional. Si tus alergias son graves o afectan tu calidad de vida, acude a un médico y a un terapeuta cualificado para recibir la atención adecuada.