

# Víctor Paz Estenssoro

## Historia Oral

Por

**James W. Wilkie y Edna Monzón Wilkie**

Editor: **Rafael Rodríguez Castañeda**

### **CONCEPTOS PRELIMINARES: Por Los Wilkie**

#### **I. PREFACIO UNO: por Rafael Rodríguez Castañeda**

**A. EL Estilo De Víctor Paz Estenssoro (VPE)**

**B. Paz Estenssoro y Su Teoría De Las Verdades**

#### **II. PREFACIO DOS: por James y Edna Wilkie**

#### **PARTES, POR LOS WILKIE:**

- 1. ENCUENTRO PERSONAL CON VPE EN 1966, EN LIMA, PERÚ, donde hablamos de su desempeño como Ministro de Finanzas de Bolivia durante los períodos (1936-1937, 1937-1939, y 1943-1945), todos ellos, antes que asumiera la Presidencia de Bolivia en 1952.**
- 2. JAMES Y EDNA EN LIMA Y LA PAZ, 1966 Y 1967: HISTORIAS ORALES A FAVOR Y CONTRA VPE Y ESTADÍSTICAS ECONÓMICAS.**

#### **III. Texto de la Historia Oral (*Page numbers in Italics*)**

=====

## Conceptos Preliminares

Por James y Edna Wilkie

**En 1966**, cuando comenzamos nuestras entrevistas con Víctor Paz Estenssoro (VPE) **lo que él y nosotros ignorábamos** es complejo, comparado con lo que sabíamos.

**Todos sabíamos que** en 1951-1952, después de derrocar a la oligarquía político-económica de la minería de estaño en Bolivia (llamada “La Rosca”) **VPE había detonado la Revolución Social y Económica de 1952-1964.**

En resumen, Paz proporcionó la legislación para que el Congreso:

- (1) nacionalizara las minas de estaño con el fin de utilizar las ganancias para modernizar la muy débil infraestructura boliviana, y de esta forma, acabar con el poder de La “Rosca” (los tres grandes propietarios de minas y sus simpatizantes aduladores en la banca y la exportación), quienes hicieron fortunas exportando minerales bolivianos como el estaño, que enviaban fuera Bolivia para ayudar a EE. UU. en la fabricación de armas, especialmente necesarias para conducir la Segunda Guerra Mundial;
- (2) otorgara amplios derechos de voto a los bolivianos, tanto rurales como urbanos;
- (3) cediera los títulos de propiedad de la tierra a la población indígena que había trabajado esclavizada bajo la oligarquía terrateniente;
- (4) permitiera que los trabajadores mineros e industriales organizaran sindicatos fuertes, mediante el otorgamiento, tanto a los sectores rurales como urbanos, del derecho de armarse como medio de autoprotección;
- (5) redujera el poder y tamaño del ejército, que se reorganizaría por completo;
- (6) ampliara la educación a los sectores populares rurales y urbanos;
- (7) rediseñara el código tributario y limitara la transferencia de capital privado como forma de favorecer la importación de capital para desarrollar nuevas industrias;

- (8) **trabajara directamente con el presidente John F. Kennedy para establecer en 1961 un “Plan Marshall para Bolivia”**, como compensación de los recursos minerales que fueron enviados al ejército de Estados Unidos durante la Segunda Guerra Mundial para respaldar su triunfo; compensación cuya necesidad Paz argumentó desde que representó a Bolivia como Ministro de Finanzas en la Conferencia de Chapultepec de 1945, patrocinada por el Departamento de Estado de EE. UU. en la Ciudad de México. Esta argumentación mostró buena voluntad hacia los estadounidenses. Posteriormente, el temor de Kennedy de que el *Che* Guevara invadiera Bolivia para lanzar una Segunda Revolución Cubana ayudó a ganar el largo reclamo de VPE de ayuda financiera masiva.

Por 1966, Paz planeaba ser reelecto a la presidencia en el decenio de 1970, con el permanente apoyo de su partido político, el Movimiento Nacional Revolucionario (MNR), establecido en 1942.

**Hasta el fin del decenio de 1970, lo que todos ignorábamos acerca de los asuntos bolivianos era que la sede mundial de la CIA en Washington, D.C. (en adelante CIA-DC) había “financiado” secretamente a dos espías. Uno, alemán, desde 1951, y otro, boliviano desde 1953,** para que informaran sobre toda “amenaza de izquierda” a las minas de estaño, provenientes de cualquier acción de “extrema izquierda”. Paz Estenssoro estaba por asumir la Presidencia (1950-1952), y para la CIA-DC era impredecible la forma en que se conduciría el nuevo gobierno, aunque desde 1942, el propio Paz había premeditado la revolución que iniciaría.

**El primer espía, Klaus Barbie, fue transferido por la CIA-DC desde Berlín con el objetivo de lanzar la CIA-Bolivia en 1951.** A Barbie lo había distinguido la infamia de sus atroces actos como capitán de las **SS-Gestapo en la región de Lyon** a partir del 8 de noviembre de 1942, donde comenzó la tortura masiva y el asesinato, especialmente de partisanos franceses, durante la Segunda Guerra Mundial.

De hecho, **el comienzo de la Guerra Fría en 1946 (oficialmente, de 1947 hasta 1991), indujo a la naciente CIA-DC a tomar varias decisiones:**

- (1) **Transfirió el Cuerpo de Contrainteligencia (CIC) que trabajó como “policía” con el Ejército EE. UU. (1943-1947) a otras posiciones en EE. UU., porque muy pocos de sus integrantes sabían el idioma ruso.**
- (2) **Estableció la CIA “Alemania Occidental” (en adelante, “CIA-AO”).**
- (3) **Designó como mando secreto de la CIA-AO a un ex-nazi, el general alemán Reinhard Gehlen.**
- (4) **Considerando su eficacia, Gehlen contrató al “ex-nazi” Klaus Barbie, cuya función había consistido en arrestar a los espías rusos y franceses que pasaban por AO para tratar de influir en las elecciones en Francia para elegir un gobierno pro Moscú.**

**El problema para Barbie y la incipiente CIA-DC fue que en 1950 el gobierno francés hizo el reclamo terminante de que Barbie fuera arrestado y entregado a París para ser juzgado como parte de la cúpula de criminales de guerra.**

La solución que los jefes de espías de CIA-DC y CIA-AO encontraron fue negar oficialmente que supieran algo sobre Barbie y, extraoficialmente, “recompensarlo” por haber contribuido valientemente para que en las elecciones de Francia ganaran los partidarios en cooperar con AO y no con Moscú.

Como era preciso esconder a Barbie, **la CIA-DC ordenó transferirlo y asignarle otra misión. Bajo un nuevo apellido: “Altmann”, Barbie y su familia zarparon en un barco de vapor en Génova. El 22 de marzo de 1951 salieron a Buenos Aires, y luego, vía ferrocarril, a La Paz, Bolivia. La nueva misión de Barbie fue establecer la CIA-Bolivia a partir de su llegada, el 23 de abril de 1951.** Su eficacia, como veremos,

mereció varias recompensas, entre ellas, Almann/Barbie “ganó” la ciudadanía boliviana en 1957.

**Por otro lado, secretamente, en 1946** el ejército estadounidense había ayudado a Gehlen financiar su “Organización Gehlen” como ejecutora del espionaje, oculta al público estadounidense, que exigía que todos los generales nazis fueran ahorcados. Después de que fue trasladado a EE. UU. para obtener la aprobación de su plan con financiamiento de los principales jefes del Ejército de los Estados Unidos, en Washington, DC, Gehlen regresó a Bonn a principios de ese año de 1946 para establecer la Organización Gehlen con fondos militares secretos de EE. UU., y el objetivo de construir la capacidad de espionaje bajo la CIA-AO).

Gehlen había sido el experto en Alemania sobre los movimientos rusos (7 de octubre de 1940 hasta el 9 de abril de 1945), cuando Hitler lo destituyó como jefe de los Ejércitos Extranjeros del Este. En 1942 Gehlen predijo el colapso de Alemania, ya que Hitler no comprendió que sus derrotas en Moscú (2 de octubre de 1941 hasta 7 de enero de 1942) y Stalingrado (23 de agosto de 1942 hasta 2 de febrero de 1943) significaban que Alemania sería abatida en toda Rusia. Hitler se suicidó el 30 de abril de 1945, hecho que dio fin a la Segunda Guerra Mundial.

Entonces el papel que correspondió a Gehlen fue utilizar su conocimiento sobre la Segunda Guerra Mundial y ser el vínculo secreto para renovar el pago a muchos de sus agentes que aún vivían en la URSS y en toda Europa. Afortunado por Gehlen, ni los EE. UU. **ni el nuevo gobierno alemán quisieron saber nada sobre las acciones de una nueva agencia de espionaje bajo “ex-nazis”**. Él nunca reveló secretos de CIA y en este proceso, la Organización Gehlen sentó las bases para la creación del Servicio Federal de Inteligencia de AO en 1956, que dirigió hasta su jubilación en 1968, cuando General Gerhard Wesell su mayor asistente (1942-1968), fue nombrado para suceder a Gehlen hasta 1978.

La CIA-DC no asumió el apoyo financiero del espionaje en Europa hasta 1949, pero en secreto autorizó el financiamiento para que Gehlen operara la CIA-AO bajo el nombre de **Gehlen**

**Organización;** se encargara de centralizar los intereses de la CIA-DC y CIA-AO las actividades en otros lugares del mundo.

**Por tanto, Gehlen controló las operaciones de espionaje de la CIA-DC en Europa, Rusia, y Sudamérica desde su base en Alemania, de 1946 a 1968: ¡22 años!** Mientras, en su carácter de responsable de la CIA-Bolivia, Barbie/Altmann comenzó a asesorar a la CIA-AO, la cual envió sus mensajes secretos a la CIA-DC, sobre el grado de las “amenazas de la extrema izquierda” capaces de interrumpir las exportaciones de las minas bolivianas que suministraban estaño, plomo, plata, bismuto y zinc a las Fuerzas Armadas estadounidenses; minerales necesarios para continuar la construcción y reparación de tanques, camiones, aviones de combate, barcos de guerra, cañones y ametralladoras rápidas.

Todos estos elementos fueron importantes para evitar que Corea del Sur fuera anexada a Corea del Norte entre 1950 y 1953, además otros aspectos de las necesidades estadounidenses en el mundo durante la aparentemente interminable Guerra Fría con Rusia.

Aun más importante, Barbie/Altmann trabajaría para distribuir armamento de Alemania Occidental a toda Sudamérica, especialmente al Cono Sur, para ayudar a los generales de orientación nazi a ganar y permanecer en el poder “matando a los comunistas”. Este período se denominaría ***Operación Cóndor***, el cual presidieron dos personas: **Henry A. Kissinger** como “jefe derechista de Relaciones Exteriores de EE. UU.” (1969-1977) y el asesino dictador boliviano, general **Hugo Bánzer**, quien secretamente recibió billones de dólares de la **CIA-DC** durante su período de control como retribución a sus actividades secretas en Sudamérica durante sus años como dictador de Bolivia, 1971-1978.

Entre las principales misiones oficiales de Barbie/Altmann también estuvieron la protección de la serie de generales bolivianos favorecidos por la CIA-DC para llevar a cabo las órdenes del gobierno de los Estados Unidos, incluso si eso significaba usar métodos de tortura y asesinato de la Gestapo para aplastar las protestas de los ciudadanos bolivianos.

En 1979 Barbie abandonó temporalmente el nombre de Altmann; **se identificó como Barbie y se desempeñó como “oficial ejecutivo” para llevar al brutal general Luis García Meza a la presidencia de Bolivia (1980-1981)**. Los dos se convirtieron en proveedores de cocaína, especialmente para exportarla a EE, UU., cuando EE. UU. rompió relaciones con Altmann/Barbie y Bolivia. **Para Bolivia, esta situación subsistió hasta 1981, cuando García Meza fue derrocado**. Finalmente, en 1983, Barbie, a quien legalmente identificaban como Klaus Barbie en Bolivia, fue deportado por el gobierno boliviano a Francia para que fuera juzgado como uno de los principales criminales de guerra alemanes. Fue Declarado culpable en Francia el 4 de julio de 1987.

**El segundo espía de la CIA-Bolivia fue René Barrientos**, quien, junto con Altmann/Barbie, en 1954 estableció” la **“Estrella Boliviana Shipping Company”**, empresa naviera fundada a nombre de “Altmann” con dinero secreto de Barrientos.

**René Barrientos** fue el joven “piloto” que condujo a VPE en el vuelo de regreso del exilio en Argentina para asumir la presidencia de Bolivia en 1952, hecho que lo convirtió en el piloto de confianza de Paz. Posteriormente, la CIA-DC encargó a Barrientos que espicara al Presidente, ya que en 1954 dedujo que él era la opción de Paz Estenssoro, quien requeriría un comandante de la Fuerza Aérea para modernizar las decrepitas operaciones aéreas bolivianas. Esta designación ocurrió en 1957.

Antes de convertirse en espía activo, Barrientos debió someterse al ritual de un entrenamiento en los EE. UU., donde se sumergiría en técnicas para prevenir el surgimiento del “comunismo”, junto con oficiales militares de otros países latinoamericanos. Esos cursos los impartieron conjuntamente oficiales de la CIA-DC y militares estadounidenses.

También se necesitaba tiempo para que alcanzara la altura de la habilidad de Barbie/Altmann en técnicas de espionaje. Esta maniobra implicó que Barrientos se ausentara dos años, probablemente bajo el pretexto de una falsa licencia por enfermedad para permanecer en la CIA-Panamá y en bases

militares estadounidenses, donde recibió entrenamiento sobre métodos de espionaje que utilizó contra el Gobierno de Bolivia.

VPE dijo y en conversaciones con nosotros, que solo supo que después del Entrenamiento con militares de EE. UU., Barrientos estuvo enfermo durante largo tiempo, lo que retrasó la colaboración con su gobierno.

Los dos espías al servicio de EE. UU. en Bolivia habían establecido contacto desde hacía tiempo y hacia en 1954 acordaron la “asociación secreta” que estableció “legalmente” la **Estrella Boliviana Shipping Company**, a nombre de Altmann para proteger el papel de Barrientos. Así podían vender cocaína y armas ligeras bolivianas, y, además, enviar armas pesadas desde Alemania Occidental al Cono Sur —en ocasiones llegaban a Colombia—. Por otra parte, vía aérea comercial, enviaban cocaína camuflada en medio de la chinin (corteza de madera con la cual se fabrica la quinina) a **una empresa farmacéutica en Mannheim, Alemania**. Este producto tuvo una gran demanda cuando los Estados Unidos participaban en la Guerra de Vietnam. Irónicamente, al mismo tiempo **Barrientos planeó los cimientos de la nueva Fuerza Aérea Boliviana que inauguraría en 1957**. Además, ambos agentes secretos de EE. UU. en Bolivia discretamente mantenían consultas con **Friedrich Schwend, el “agente nazi” en Lima que los ayudó a unirse a la empresa alemana Merex AG y a emprender el tráfico de armas en América del Sur**.

Además, **una vez que Barrientos llegó a ser comandante de la Fuerza Aérea Nacional de Bolivia, en 1957, nombró a su socio “Altmann” como Vice Director y Jefe de Seguridad**. De esta forma ambos utilizaron papeles oficiales para enviar por vía aérea y marítima mercancías ligeras de alto costo cuyas utilidades cubrían con creces los gastos. **Todos los embarques por mar y aire estaban exentos de registros aduaneros en todas partes**.

Mientras Barrientos ocupaba la presidencia y a partir de su cargo, en 1965-1966, Barbie y Barrientos utilizaron abiertamente la protección y los fondos de la marina boliviana para **fundar**



***Transmarítima Boliviana***<sup>1</sup>, su segunda empresa privada. Esta vez con recursos del Tesoro boliviano. Así rentaron barcos nuevos y más grandes para continuar enviando en secreto explosivos y mayores cantidades de armas alemanas, ligeras y pesadas, a los dictadores militares de América del Sur.

**Después que el vicepresidente Barrientos derrocó a Paz Estenssoro en 1964**, tal como lo habían planeado la CIA-DC y CIA-Bolivia, este traidor se convirtió en presidente. En 1966 los dos espías, Barrientos y Altmann/Barbie, propietarios de la compañía naviera *Transmarítima Boliviana*, siguieron vendiendo en secreto cocaína de Bolivia y armas de CIA-AO, asunto sobre el cual Gehlen nunca dijo ni media palabra en su libro: ***The Service: Memoirs of General Reinhard Gehlen***, 1972. <sup>2</sup>

Como mostramos en este libro, la CIA-DC se involucró cada vez más en la micro gestión del gobierno de Bolivia a través de sus espías Barbie/Altmann y Barrientos, quienes fueron financiados principalmente a través de la CIA-AO, a menudo “pagados” con el armamento que vendían en América del Sur. Así fue como disfrazaron los roles de la CIA-DC y la CIA-Bolivia para financiar el derrocamiento de Paz en 1964, quien vivió exiliado en Lima hasta 1970. **¿Por qué?**

La CIA-DC concluyó erróneamente que Paz era demasiado pasivo para derrotar la “inminente invasión” de las guerrillas del *Che*, quien llegaría a Bolivia dispuesto a lanzar la Segunda Revolución Cubana Revisada. Así fue como Barrientos se convirtió en presidente de Bolivia después de haber sido vicepresidente, y mantuvo consigo a Barbie/Altmann, su antiguo jefe de seguridad. Irónicamente, ambos integrantes de la CIA-Bolivia “autorizaron formalmente” al comandante estadounidense Ralph Shelton y a sus 15 *rangers* estadounidenses para que entrenaran a 400 soldados bolivianos como batallón de guardabosques en abril de 1967.

- 
1. Véase **Peter MacFarren y Fadrique Iglesias**, *The Devil's Agent: Life and Times of Klaus Barbie*, (USA: Exlibris, 1984, pp. 179, 204, 213, etc.).
  2. **Gehlen**, (World Publishing Company and Times Mirror, USA, 1972).

En octubre de 1967 los *rangers* “bolivianos” derrotaron a el *Che*, quien agonizaba lentamente desde que perdió su medicamento para el asma, y a su harapiento grupo de 22 guerrilleros del original equipo de 30 formado en 1966 y mermado después de sufrir ocho bajas. La pequeña fuerza de “invasión”, agotada y ajena a toda esperanza, deambulaba en el lugar equivocado en el momento equivocado. **Quizás Fidel Castro eligió ese lugar (Ñancahuazú) en Bolivia como base de operaciones del *Che* para vengar su enojo con él, pues Guevara había afirmado que en Bolivia (como anteriormente lo había intentado en África) se proponía revisar la famosa “Revolución Cubana de Fidel” con un metodología nueva.**

**Tras el asesinato de Barrientos a manos de “desconocidos”, cuando su helicóptero fue derribado en 1969, finalmente la dictadura del general Hugo Bánzer y su jefe de seguridad Barbie/Altmann dominaron el escenario secreto en Bolivia durante el período 1971-1978.** Por entonces Barbie reactivó los métodos de tortura y asesinato que practicó en Vichy, Francia. Tales recursos permitieron a Bánzer acabar con los mineros organizados, trabajadores industriales y estudiantes universitarios. Al mismo tiempo, Barbie administraba la fortuna que representó el enorme presupuesto de nuevos fondos que la CIA-DC destinó al control de Bolivia.

Mientras tanto, VPE salió de su residencia en Lima a EE. UU, para atender la invitación que James le hizo. Visitó UCLA en 1967, donde James y Edna continuaron la grabación de su historia oral, que habían comenzado en Lima, en 1966.

En 1970 VPE recibió una invitación del dictador Bánzer para que se trasladara de Lima a La Paz y lo ayudara a convocar a nuevas elecciones. Bánzer ofreció apoyar a Paz si se postulaba a la presidencia, pero hacia 1974, VPE se dio cuenta de que no habría elecciones y escapó a Lima, tras declarar que él y el MNR también se oponían a las numerosas violaciones de los derechos humanos que cometía la dictadura de Bánzer.

En este punto, Paz fue invitado nuevamente a UCLA en 1977 para coordinar con James un seminario en que participaron muchos

alumnos brillantes. Además, Paz Estenssoro impartió significativas conferencias a profesores invitados y a representantes de periódicos mundiales. Durante su semestre como profesor visitante en la UCLA, VPE dedicó tiempo para continuar su Historia Oral con nosotros.

El papel del dictador Bánzer (1971-1978) resultó importante para respaldar EE. UU. en su campaña de fortalecer los generales en Chile, Argentina, Perú, Uruguay, Paraguay y Brasil en la tarea de matar “comunistas” con armas enviadas, como de costumbre, desde Alemania Occidental, para que Barbie/Altmann las distribuyera.

Los generales corruptos de América Latina prosperaron durante el curso de los años de Bánzer en Bolivia y de Augusto Pinochet en Chile (1973-1981). Todos ellos se beneficiaron del respaldo de la CIA-DC para dialogar mediante mensajes secretos a través del centro de comunicaciones de la CIA-Panamá, que unía a los agentes de la CIA ubicados en cada país de América Latina con la CIA-DC y CIA-AO. De esta forma eludían las débiles e inseguras transmisiones telefónicas.

Mientras tanto, Paz regresó de su exilio final (1974-1978) para competir por la presidencia de Bolivia en 1979, 1980 y 1982 contra torpes generales, la mayoría de los cuales fungieron como ‘títeres’ de la CIA-DC.

**Finalmente, Paz ganó su cuarta y última presidencia, 1985-1989.** Durante este último mandato, **VPE reestableció el orden económico en su país.** La superación del caos económico se fundó en cuatro ejes establecidos con **el consejo de Jeffrey Sachs**, profesor de la Columbia University en Nueva York, quien viajó a La Paz con ese propósito:

- (1) Un sistema que eliminó la lucha de los generales por el control del dinero y de la política.
- (2) Una eficiente política económica para prevenir hiperinflaciones como las que Bolivia había sufrido bajo la presidencia de Hernán Siles Suazo, quien nunca tuvo ningún conocimiento de economía, pero desencadenó

“accidentalmente” dos revisiones de la legislación. La primera en el período 1956-1960 y la segunda, en 1982-1985. Para ser justos, conviene precisar que de 1980 a 1985 Siles enfrentó la peor crisis económica en la historia de Bolivia desde que las exportaciones de plata fueron eclipsadas por el estaño en 1900; y sufrió de 1980 a 1985 el peor colapso de precios internacionales del estaño en la historia mundial. Así fue como Siles renunció a la presidencia, ya que el papel moneda perdía su valor día a día, incluso cuando aún estaba en proceso de impresión, y más rápido de lo que las empresas mineras, endeudadas con el Gobierno, pudieron siquiera pensar en cerrar las minas frente a la imposibilidad de pagar a los mineros.

- (3) El nuevo Modelo de Acción Rápida de Paz enfrentó el problema de los ingresos tributarios de Bolivia como porcentaje del Producto Interno Bruto, que se muestra en una escala del 1% al 11% en los siguientes años:

9,5% en 1980,  
 9,5% en 1981,  
 4,5% en 1982,  
 3,5% en 1983, bajo Siles,  
 3.0% en 1984, bajo Siles,

**10.0% en 1985. Porcentaje que causó la renuncia de Siles, y una crisis que VPE resolvió al decretar “La Política Económica para Bolivia” el 29 de agosto de 1985, durante la tercera semana de su cuarta presidencia.**

Por fortuna, los precios mundiales del estaño comenzaron a recuperarse lentamente, lo que ayudó a asegurar el completo éxito de Paz al final de su mandato en 1989. Esta política implicó la desnacionalización de las minas de estaño que VPE nacionalizó en 1952 en circunstancias muy diferentes. Paz despidió a los mineros y puso en venta las minas. En la nueva era, los compradores privados comenzaron a contratar mineros desempleados.

También los mineros perdieron derechos que habían adquirido en 1952: dejó de ser posible que portaran su propio armamento, como medio de autoprotección y para hacer demandas al gobierno. A menudo luchaban entre sí por el poder, incluso con marchas a la Ciudad de La Paz para amenazar a varios presidentes, al partir de 1952.

- (4) Paz Reestableció la confianza en el sistema de elecciones democráticas.

**James y nuestra hija Michelle se reunieron con VPE en el Palacio Nacional de Bolivia el 27 de diciembre de 1987.** En ese encuentro accedió a llamarlos al día siguiente de que concluyera su último mandato, pero no dijo nada sobre su salud.

Al fin de su presidencia en 1989 se le recrudeció el [mal de Parkinson](#) a tal grado que debió ser sustituido por un colaborador en la lectura de su Informe final.

Paz no volvió a comunicarse con nosotros porque el resto de su vida sufrió [una alteración seria](#) del habla y los movimientos. Fue mediante la prensa que nos enteramos de que nunca podría volver a dar entrevistas y que lo trasladarían a su aislada ciudad natal de Tarija, donde murió el 7 de junio de 2001 a la edad de 93 años debido al mal de Parkinson.

---

## **APÉNDICE SOBRE EL MAL DE PARKINSON**

### **(Soluciones que Paz Estenssoro buscaba para Bolivia)**

Con frecuencia recordamos nuestros recorridos por las farmacias de Los Ángeles, en 1969 y 1977, para acompañar a Paz Estenssoro en pos de vitaminas que lo ayudaran a moderar y/o prevenir el mal de Parkinson. Buscaba fórmulas nuevas y sencillas, inconseguibles países distantes como Bolivia.

Desafortunadamente para VPE y para la gente en todo el mundo, **la Life Extension Foundation (LEF) no fue fundada hasta 1980. En 1983 comenzó a verbalizar las necesidades médicas de “las poblaciones modernas y envejecidas que buscan formas de revertir o ralentizar el avance de enfermedades como el mal de Parkinson.**

**LEF se dio cuenta de que el consumo de las nuevas vitaminas debía expandirse. La fórmula *CoQ10*, por ejemplo, se producía en Japón en pequeña escala y se vendía casi en secreto mediante prescripción médica. En EE. UU. los médicos también accedían a una distribución limitada mediante receta.**

**Para LEF ese enfoque estaba equivocado y “rescató” CoQ10 del ámbito de los laboratorios y médicos para venderlo en sus tiendas de vitaminas y en línea. Desde entonces el uso individual, sin necesidad de receta, fue seguro y sin restricciones, para satisfacción de la Universidad de California, Santa Bárbara, entidad que descubrió la vitamina CoQ10. Además, LEF puso al alcance de otras compañías de vitaminas competidoras de EE. UU. y del mundo la elaboración y venta de CoQ10.**

La solución al problema consistió en buscar la liberación del potencial de Co-Q-10 mediante la oferta en el mercado en EE. UU., recurso que ha ganado fuerza desde 1983, **y más aun a partir de 1996, cuando comenzó a divulgar en *Life Extension Magazine* progresivos artículos de médicos y científicos sobre el efecto de esta vitamina.**

**En consecuencia, en 1983, LEF liberó el control sobre “el mercado mundial de Co-Q-10” y se convirtió en líder en la lucha de forma segura contra el mal de Parkinson al ofrecerlo al público por una fracción del alto costo que tuvo en Japón (donde también se redujo el precio al eliminar el requisito de la prescripción médica).**

**LEF ganó fuerza, especialmente desde 2006 y 2010, cuando puso al alcance del público una fórmula altamente absorbible:**

**"Co-Q10-PQQ". Según datos de 2021, esta nueva fórmula y una gran variedad de nutrientes contra el mal de Parkinson han sido exitosas.**

**La lucha contra el mal de Parkinson ha continuado en un desarrollo constante, cuya más reciente actualización presentó en abril de 2021, mediante el siguiente artículo:**

## ***El mal de Parkinson***

Artículo de la MS **Debra Gordon** y de la PhD **Dr. Shayna Sandhaus**

**Life Extension**, última actualización en abril de 2021.

**Visible en Firefox o Google** (pero no en Safari):

<https://www.lifeextension.com/protocols/neurological/parkinsons-disease#>

**Contenido:** Última actualización en abril de 2021.

1. Visión general
2. Introducción
3. Breve historia, clasificaciones y factores de riesgo
4. Signos, síntomas y diagnóstico
5. Causas, mecanismos patológicos y lecciones de la biología
6. Tratamiento médico convencional
7. **Terapias alternativas y emergentes** PRESENTADAS A CONTINUACIÓN
8. **Dieta** PRESENTADA A CONTINUACIÓN
9. **Nutrientes** PRESENTADOS A CONTINUACIÓN
10. Referencias

## **7. Terapias alternativas y emergentes**

**Además del estándar de atención convencional, que depende en gran medida de la terapia con L-DOPA**, los médicos a veces pueden recurrir a otros agentes farmacéuticos que complementan los efectos de la terapia con L-DOPA o limitar sus efectos secundarios.

### **Amantadina**

La amantadina es un fármaco antiviral que ejerce una serie de acciones en el cerebro. Algunos estudios han demostrado **que la amantadina beneficia a los pacientes de Parkinson, principalmente al reducir los efectos secundarios de la L-DOPA**, o como

adyuvante durante los recesos en el uso del fármaco L-DOPA ... puede [ser útil para algunos](#) pacientes, **pero solo debe utilizarse bajo la supervisión de un médico.**

## Nicotina

Dentro del cerebro existe una gran diversidad de interacción y superposición de neurotransmisores. Una de esas relaciones, muy simbiótica en muchos sentidos, es la que existe entre los sistemas dopaminérgico y colinérgico. Por ejemplo, la acetilcolina modula la señalización dopaminérgica en el cuerpo estriado, un área considerablemente afectada en la enfermedad de Parkinson....

Muchos estudios epidemiológicos han confirmado que fumar tabaco confiere una reducción sustancial del riesgo de desarrollar el mal de Parkinson. Además, se ha demostrado que los parches de **nicotina transdérmicos mejoran el funcionamiento cognitivo en pacientes con mal de Parkinson.** Otra evidencia sugiere un efecto terapéutico de la nicotina en la reducción de L -Disquinesias inducidas por DOPA.

**La nicotina** parece tener el potencial de brindar beneficios clínicamente significativos en la enfermedad. Si padece mal **de Parkinson**, le **recomendamos que hable con su médico sobre la posibilidad de complementar su terapia antiparkinsoniana con nicotina transdérmica ...**

**Lea este artículo completo en el sitio web que se proporciona al principio con los nombres de los autores y consulte a su médico sobre los siguientes temas:**

- **Factor estimulante de colonias de granulocitos (G-CSF).**
- **Células madre y terapia de reemplazo celular.**
- **Cirugía ablativa y estimulación cerebral profunda.**
- **Terapia cognitivo-conductual.**

El mal de Parkinson suele ir acompañado de trastornos psicológicos comórbidos, como depresión y/o ansiedad, y psicosis (un efecto secundario potencial de los medicamentos antiparkinsonianos). El tratamiento de los trastornos psicológicos es limitado, hasta cierto punto, debido a las posibles interacciones entre los



fármacos que se utilicen para tratar el mal de Parkinson y los utilizados para tratar otras afecciones psicológicas.

**La terapia cognitivo-conductual ofrece una alternativa libre de fármacos muy eficaz para aliviar los trastornos psicológicos en los pacientes con mal de Parkinson.** En un estudio, los pacientes con depresión de Parkinson fueron monitoreados clínicamente o participaron en terapia cognitivo-conductual durante poco más de tres años. Si bien solo 8% de los pacientes sometidos a seguimiento clínico experimentaron mejoras en sus síntomas depresivos, se observó una mejora significativa en 56% de los que participaron en la terapia cognitivo-conductual.

Además de los beneficios psicológicos, la terapia cognitivo-conductual puede ser eficaz para el tratamiento de algunos síntomas físicos. Un estudio de 2011 encontró que, en pacientes mayores de 50 años, la terapia cognitivo-conductual condujo a una reducción significativa en la incidencia de incontinencia urinaria.<sup>117</sup>

Hay varios tipos diferentes de terapia cognitivo-conductual disponibles y diferentes estilos pueden ser apropiados en algunos casos e inapropiados en otros.

## **Fisioterapia y ejercicio físico**

Los pacientes de Parkinson son propensos a sufrir alteraciones motoras, como un equilibrio deficiente y una mayor probabilidad de caídas, lo que puede provocar una disminución de la movilidad. A medida que avanza la enfermedad, participar en fisioterapia estructurada o ejercicio puede ser una forma eficaz de mantener el equilibrio y evitar caídas.

Además, una serie de estudios ha demostrado que el ejercicio y la actividad física en general ejercen efectos de apoyo sustanciales sobre la estructura y función del cerebro. De hecho, la actividad física se asocia con una menor propensión de los adultos mayores a desarrollar demencia, problema común en el mal de Parkinson. Los modelos experimentales de la enfermedad de Parkinson demuestran que la actividad física proporciona neuroprotección y promueve la integridad mitocondrial.

### **8. DIETA: Dieta baja en proteínas / Redistribución de comidas proteicas**

**A la terapia con L-DOPA la estorban muchos obstáculos, uno de ellos es el exceso de proteínas (específicamente, aminoácidos aromáticos) que compiten con la L-DOPA por el transporte al cerebro.**

**Por lo tanto, algunos estudios han evaluado los efectos de consumir alimentos proteicos, ... redistribución, que implica comer proteínas de la dieta por separado de la dosis con L-DOPA ...**

## **Consumo de Café contra el mal de Parkinson**

**El café contiene multitud de compuestos farmacológicamente activos, y según se ha demostrado, algunos de ellos suprimen el estrés oxidativo y protegen contra la diabetes, el cáncer, el deterioro cognitivo, [etc.] Además, quienes consumen grandes cantidades de café son mucho menos propensos a desarrollar el mal de Parkinson ... El extracto de café verde contiene más compuestos antioxidantes activos que el café preparado.**

## **9. Nutrientes**

El tratamiento convencional del mal de Parkinson se basa en gran medida en la mejora de los *síntomas*, sin proporcionar neuroprotección contra la muerte celular continua en la sustancia negra. Por otro lado, se ha demostrado que una variedad de ingredientes naturales *respalda la salud neuronal y promueven la función mitocondrial* de diversas formas, *incluida la supresión del estrés oxidativo y la limitación de la inflamación.*

**La coenzima Q10 (CoQ10) parece retardar el deterioro progresivo de la función en el mal de Parkinson ...** [LEF lo vende como **CoQ10 con PQQ**, ver abajo.]

La **creatina** “es un importante compuesto similar a un aminoácido, vital para la gestión de la energía celular ...”

Los ácidos grasos **omega-3**, obtenidos principalmente del pescado y de algunas fuentes vegetales, ejercen una importante acción antiinflamatoria.

La **carnitina** es un nutriente vital que actúa como cofactor en el metabolismo de los ácidos grasos.

**Acetil-L-Carnitina y Ácido Lipoico [o mejor, R-Lipoico]** ... Útiles para prevenir cambios similares al mal de Parkinson en las células nerviosas humanas ...

**El ácido lipoico [o mejor, R-Lipoico]** se considera un antioxidante universal debido a su naturaleza anfipática (soluble tanto en grasa como en agua). Se produce naturalmente dentro del cuerpo y contribuye a la desintoxicación xenobiótica y la protección antioxidante. También contribuye a la producción de energía celular. Además de su capacidad para neutralizar directamente toxinas y radicales libres, el ácido lipoico refuerza los niveles de otros protectores celulares como el glutatión y la vitamina E.

El bajo peso molecular de este ácido proporciona neuroprotección dentro del sistema nervioso central y combate las reacciones inflamatorias.

El aumento del consumo de **té verde** se correlaciona con una menor incidencia de demencia, Alzheimer y Parkinson....

**Resveratrol ... para prolongar la vida.** [Vendido por LEF como “NAD+ Cell Rejuvenator y Resveratrol.”]

El **extracto de avena verde salvaje** ha demostrado la capacidad de inhibir la actividad de MAO-B. Como agente neuroprotector mejora la función cognitiva con tan solo una dosis, al tiempo que aumenta el flujo sanguíneo tanto sistémico como al cerebro hasta un 40%.

La **PQQ** (pirroloquinolina quinona) puede tratar el estrés oxidativo y la disfunción mitocondrial y se cree que es factor clave en el mal de Parkinson. Mediante el estímulo del flujo sanguíneo cerebral y el uso de oxígeno, la PQQ puede beneficiar a las personas con mal de Parkinson. Dos estudios que utilizaron espectrometría de infrarrojo cercano en adultos mayores sanos encontraron que la ingesta de **20 mg al día de PQQ durante 12 semanas, resultó en un aumento del flujo sanguíneo cerebral y en una mayor utilización de oxígeno. Las pruebas revelaron que el PQQ también se asoció con una mejor preservación de la función cognitiva** que el placebo. (LEF vende PQQ con CoQ10 y por si mismo).

### **Otros prometedores nutrientes:**

**La curcumina, un derivado de la cúrcuma.** A través de su potente modulación del sistema NF-kappa B, es un inhibidor natural de la inflamación. Previene cambios inducidos químicamente en modelos de laboratorio del mal de Parkinson y ejerce una neuroprotección significativa.

**Melatonina. La hormona antioxidante melatonina** (sintetizada y secretada por la glándula pineal) puede ayudar a reducir la acumulación de proteínas alfa-sinucleína mientras preserva la capacidad de la célula para producir dopamina. También es una ayuda invaluable para dormir para los pacientes de Parkinson. **[CUIDADO: Algunas personas son alérgicas a la melatonina y sufren pesadillas.]**

**La N-acetilcisteína (NAC) es un precursor del potente antioxidante celular glutación.** En modelos animales, NAC previno la neurotoxicidad inducida por la dopamina y protegió contra algunos de los efectos dañinos de las proteínas alfa-sinucleína.

**Probióticos. Debido a que la señalización dopaminérgica ejerce una influencia considerable**

sobre la función intestinal, el estreñimiento es un problema común en el mal de Parkinson.

En un ensayo clínico reciente, 40 pacientes de Parkinson que se quejaban de estreñimiento fueron tratados con probióticos durante cinco semanas. La terapia con probióticos aumentó significativamente el número de deposiciones normales y redujo la incidencia de hinchazón y dolor abdominal.

**Lipoico.** La corteza del árbol phellodendron (*Phellodendron amurense*), también conocido como alcornoque de Amur, la medicina tradicional china la ha utilizado durante siglos para tratar diversas afecciones inflamatorias. Un extracto de corteza de phellodendron reduce la producción de citocinas inflamatorias y óxido nítrico neurotóxico por microglia (células inmunes especializadas del cerebro), lo que indica su utilidad potencial para reducir la neuroinflamación y neurodegeneración subyacentes al mal de Parkinson. También ha demostrado ser un fuerte inhibidor de MAO-B, una enzima que degrada los neurotransmisores monoamínicos y la dopamina.

**Adenosilcobalamina.** La adenosilcobalamina es una de las dos formas biológicamente activas de vitamina B12, la otra es la metilcobalamina. Si bien la metilcobalamina es un cofactor de las enzimas que regulan las reacciones de metilación, incluida la degradación de la homocisteína, **la adenosilcobalamina es necesaria para las vías enzimáticas especializadas en las mitocondrias...** Debido a que las mutaciones de LRRK2 son una causa común del mal de Parkinson familiar y aumentan el riesgo de Parkinson esporádico, se están investigando inhibidores de LRRK2 como posibles agentes terapéuticos con acciones como las observadas con adenosilcobalamina.

***Descargo de responsabilidad e información de seguridad***

***Como la generalidad de los laboratorios que producen complementos alimenticios y vitaminas, Life Extension***

***concluye los artículos que publica con una advertencia de Descargo de responsabilidad e información de seguridad, en la cual advierte que la información que ofrece no pretende reemplazar la atención o el consejo de un médico u otro profesional de la salud calificado; que los protocolos descritos en el sitio web son solo para adultos, a menos que se especifique lo contrario; que la información del producto debe revisarse con cuidado antes de usarlo, para verificar la dosis, la administración y las contraindicaciones; que las leyes nacionales, estatales y locales pueden variar con respecto al uso y aplicación de muchas de las terapias que discute. Los lectores asumen el riesgo de usar los productos en cuestión y los autores y editores, sus afiliados y cesionarios no son responsables de ninguna lesión y/o daño consecuente. Por tanto, renuncian expresamente a responsabilizarse por cualquier efecto adverso que resulte del uso de la información que han leído.***