

Agosto 2022 | Número 1

# Boletín MAI



Información sobre salud y terapias alternativas

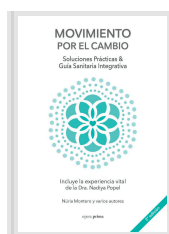


## Nadiya Popel: "Ahora estamos despertando"

POR SANTI BIRI

La doctora Nadiya Popel tiene clara su misión: "Mi intención es dar información a la gente para que no se inyecte una vacuna experimental. He visto muchos efectos secundarios y, por este motivo, empecé a divulgar mi experiencia".

**Pág. 7** BOTIQUÍN DE  
SUPLEMENTOS Y  
TRATAMIENTOS



**MOVIMIENTO POR EL CAMBIO, UN LIBRO  
CON TERAPIAS ALTERNATIVAS A LA  
INDUSTRIA FARMACÉUTICA**

**Pág.5**

# SUMARIO

## ➔ Pág 3: entrevista con Nadiya Popel



"Espero que el proyecto de **Asistencia integral** pueda ayudar a curar las enfermedades"



## ➔ Pág 5: Movimiento por el cambio



**3a edición** de un libro que ofrece 40 terapias alternativas en beneficio de nuestro bienestar y nuestra salud.

## ➔ Pág 7: propuestas para tratamientos



Prepara tu botiquín para cuidar de ti y de los tuyos con **tratamientos** para fortalecer tu sistema inmunológico.

# Sembrando semillas



By Maria Llompart

*Empezar un proyecto nuevo es siempre un desafío emocionante. A partir de este mes de agosto nace el **boletín informativo MAI**, una publicación en formato digital a través de la web de Diario16 y, ahora también en papel, para difundir noticias, artículos de opinión e información diversa sobre salud y terapias alternativas.*

*Nuestra misión es dar voz a profesionales silenciados y ofrecerte otro punto de vista del momento que vivimos con información que no vas a ver ni leer en los medios oficiales. Nuestro propósito es que tú te empoderes, te responsabilices de tu salud, de tu cuerpo, de tu mente y de tu vida.*

*La doctora **Nadiya Popel** ha impulsado un movimiento humano que pretende desmontar el circo sanitario de estos últimos años y crear alternativas que den apoyo y respuestas integrales a los problemas de salud.*

*Esta pequeña publicación es solo una gota en un gran océano, pero no hay que subestimar nunca el poder de **sembrar una semilla**. Desde estas páginas intentaremos sembrar semillas para el despertar de la humanidad. Nos mueve la búsqueda de la verdad, actuamos desde el corazón, con ganas de servir y de ayudar a que más almas puedan unirse al movimiento de los "leones de familia". Somos un **movimiento por el cambio**.*

*Pasen, lean y sean bienvenidos.*



## CONTACTO

Correo electrónico: [boletinMAI@proton.me](mailto:boletinMAI@proton.me)

Sitio web: [www.movimiento-asistencia-integral.com](http://www.movimiento-asistencia-integral.com)

Telegram: [t.me/movimiento\\_asistencia\\_integral](https://t.me/movimiento_asistencia_integral)

Instagram: [@movimientoasistenciaintegral](https://www.instagram.com/movimientoasistenciaintegral)



## EQUIPO HUMANO

Fundadora: Nadiya Popel

Coordinación de edición en papel, maquetación y diseño: Maria Llompart

Coordinación de edición digital: Bea Talegon  
<https://diario16.com/category/opinion/boletin-mai/>

Colaboradores:  
Núria Montero y Santi Biri.

Corrección: José Llamas

# Nadiya Popel: "Ahora estamos despertando"



ENTREVISTA DE  
SANTI BIRI

*Nací en Sevilla, pero soy del lugar donde vivo, así que desde hace 20 años Menorca se convirtió en mi paraíso residencial. Me dedico a muchas cosas: técnico de altura en espectáculos y conciertos, jardinería..., pero tengo mi parte activista desde hace mas de dos años. Como integrante, responsable y creador del colectivo Menorca Acción, llevo, junto con algunos compañeros más, luchando por las medidas totalitarias cometidas en esta supuesta pandemia.*

**Nadiya Popel** es una médico que se ha convertido en referente para muchos, no solo en el ámbito sanitario, por su valentía a la hora de defender los derechos de los pacientes. La doctora Popel ha sido perseguida por informar a los pacientes de los riesgos y peligros que asumirían al inyectarse las vacunas experimentales contra la covid. Por ello, fue sancionada y ha tenido que enfrentarse a un expediente disciplinario que la justicia ha tenido que paralizar.

Desde MAI hemos querido hablar con ella, conocer quién es esta mujer que se atrevió a dar el paso en momentos en los que, ser valiente y coherente, podía costarte tu lugar de trabajo.

**Antes de empezar, creo que a mucha gente le gustaría saber un poco de tu vida, tus orígenes, inquietudes de joven, ¿qué les puedes contar?**

Nací en una familia no comunista. En la Unión Soviética esto significaba una vida humilde. Mi madre era ingeniera civil y ganaba 100 rublos al mes. Por la escuela de música pagaba al mes 18 rublos para que yo estudiara acordeón de teclas.



Mi padre trabajaba como carpintero en la obra pública de día y en la obra privada por la tarde. La vida era en tonos blanco, negro y rojo, porque no se permitían otros colores. El país estaba cerrado en la frontera y también cerrado desde el extranjero a nivel de música, arte, literatura, idiomas...Las personas desaparecían por expresar su opinión sobre la religión o la política después de las manifestaciones. La dictadura era muy fuerte. Recuerdo especialmente el ataque nuclear de Chernóbil, cuando murieron millones de seres: policías, militares y civiles. Se produjeron malformaciones de niños, se extinguieron plantas y animales en la zona de explosión, pero la gente resistió. Y ahora estoy aquí.

**¿Cuál fue la razón por la que decidiste saltar el charco e ir a parar en Menorca?**

Soñaba con vivir en una isla soleada con palmeras, plataneros y poca gente. Me surgió la oportunidad al aprobar el MIR y escogí Menorca.

**¿Qué te hizo dar el paso para dedicarte a la medicina?**

Desde los 14 años, después de ver una película, decidí que quería ser médico y como tenía buenas notas, pude aprobar el examen.

**¿Cuál fue tu impresión cuando empezaste a trabajar como sanitaria?**

Cuando empecé a trabajar tuve que aprender muchas cosas. A nivel práctico sabía muy poco y los compañeros del hospital Mateu Orfila me enseñaron a hacer reanimación, tratar arritmias... Todo era muy interesante.





Pero empecé a ver a la gente morir y no podía hacer nada. Y me empecé a hacer las preguntas.

**Hace dos años se nos vino encima un precedente histórico que, sin duda, a todos nos ha cambiado la vida, de una manera u otra. ¿Cómo lo has vivido tú?**

Con el tema de Covid todos los protocolos de atención han cambiado. Solo se prestaba la atención a Covid y se ponía el diagnóstico de Covid para todas las enfermedades: infarto, ictus, colecistitis, cáncer.....

**¿Cuándo decidiste no colaborar con estas medidas impuestas por el gobierno?**

Realmente mi intención era dar la información a la gente para que no se inyectaran las vacunas Covid porque veía muchos efectos secundarios y empecé a divulgar mi experiencia.

**¿Cómo fue el proceso desde que veías que algo no encajaba hasta que el hospital decide suspenderte de empleo y sueldo?**

Después del primer artículo el 8 de abril, la situación estaba muy tensa. Me llamaban mis superiores para la reunión y me decían que si seguía divulgando iba a perder mi trabajo.

**Después de este suceso has hecho varias cosas; no te has quedado quieta...**

Después de suspenderme me dediqué a informar a la gente de efectos adversos, ficha técnica de las vacunas, medios alternativos de tratamiento. Fundé un grupo de Movimiento Asistencia Integral – MAI que atiende llamadas telefónicas y ayuda a la gente. Ahora tenemos muchos proyectos.

**¿Te has sentido apoyada por la gente? ¿Qué valoración harías de la gente que ha estado a tu lado?**

He conocido muy buena gente que me ha cuidado y ayudado en toda España.

**Mis superiores me decían que si seguía divulgando iba a perder mi trabajo.**



**Te admiten en el hospital: ¿qué sentiste?, ¿te lo creías? y ¿tenías ganas o te daba grima volver al sitio donde te rechazaron de esta manera tan desagradable?**

Me admiten en el hospital por orden del juez. Por un lado sentí la alegría de que una jueza considere que puedo seguir trabajando hasta el juicio. No esperaba esta resolución. La vida que llevaba, viajando y conociendo gente, era muy interesante, aunque en el hospital creo que hay mucho trabajo de despertar y conocer la verdad.

**Además del hospital Mateo Orfila, llevas entre manos un proyecto sobre asistencia alternativa. ¿Qué nos puedes contar sobre ello?**

La asistencia alternativa consiste en aplicar las terapias novedosas, fitoterapia, el uso de ozonoterapia, las frecuencias Rife, terapia emocional y energética...

**¿Qué esperas de este proyecto?**

Espero que el proyecto pueda ayudar a curar las enfermedades. También hemos publicado un libro *Movimiento por el Cambio*. Estamos elaborando los libros infantiles y juveniles. Queremos dar la información verídica.

**Así, brevemente, ¿qué le dirías a la gente sobre lo que ha pasado y qué consejo darías en cuanto a salud?**

Lo que ha pasado es que estábamos muy dormidos ante lo que pasaba en la sociedad y ahora estamos despertando.

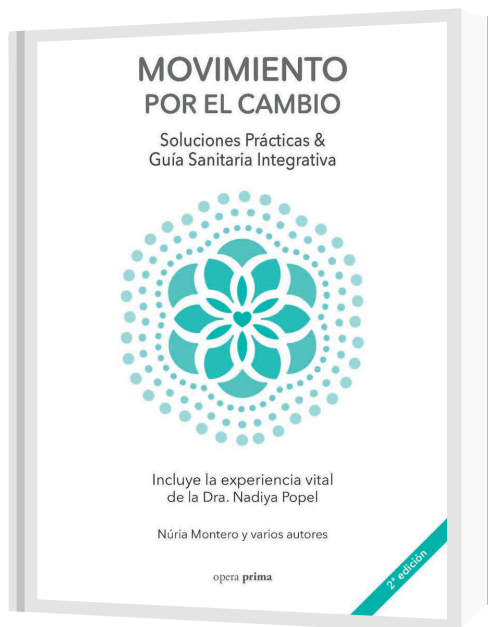




# MOVIMIENTO POR EL CAMBIO

BY NÚRIA MONTERO

**Núria Montero** (Menorca, 1984). Medio palentina, medio menorquina. Miembro fundador del Movimiento Asistencia Integral, autora, junto a varios miembros del mismo, del libro *Movimiento por el cambio. Soluciones prácticas y guía sanitaria integrativa*. Actualmente gestiona el departamento de publicaciones del Movimiento.



Desde que ofreciera las primeras declaraciones en un medio local (MENORCA «Es Diari») a principios de abril de 2021, la **doctora Nadiya Popel** ha sido un ejemplo muy necesario y muy poco común de valentía, de ayuda e integridad, aunque muchos (por motivos obvios) hayan intentado ofrecer una distorsión de su postura, de su persona. En el libro *Movimiento por el cambio. Soluciones prácticas & guía sanitaria integrativa* nos acercamos brevemente a sus orígenes, a su experiencia vital, antes, durante y después de la declaración de pandemia el 11 de marzo de 2020. Como **fundadora del Movimiento Asistencia Integral** nos cuenta la necesidad de cambiar el paradigma sanitario actual. Viajamos por las esferas del poder, los conflictos de interés, por las estructuras que unen instituciones, farmacéuticas, medios de comunicación y control de la sociedad, algo clarividente y revelador. Pero lo más vital: ofrecemos alternativas menos visibles, acercamos nuevas posibilidades de ayuda a través del paradigma en el que creemos: la medicina que nos contempla mucho más allá de lo que las farmacéuticas y sus dueños han hecho con el ser humano. Han utilizado todas las herramientas a su alcance (que no son pocas) para hipnotizarnos como el *pungi* a la serpiente.

**Movimiento Asistencia Integral** es un grupo multidisciplinar que se mueve por un cambio. En cuanto nació el proyecto muchos voluntarios y terapeutas nos pusimos en marcha por el cambio que necesitábamos ver entre tanto catastrofismo. A través del libro, **acercamos al lector a casi 40 terapias o alternativas en beneficio de nuestro bienestar y nuestra salud**, algunas más integradas y otras más sorprendentes para muchos como los beneficios de beber agua de mar. ¡Y gracias a vuestra acogida ya vamos por la 3ª edición! Desde aquí, quiero dar las gracias a todos por las muestras de cariño recibidas a diario.

En un mundo con tanta información que incita a la saturación, un camino que nunca será erróneo es el de ofrecer una mano de ayuda, soluciones y empatía desde la máxima rigurosidad. Hay muchas formas de tomar consciencia sin saber ni poder elegir la que será más reveladora para cada uno. La información puede llevarnos a un colapso y paralizarnos, desembocando en un falso conformismo, en una triste adaptación o en la mera sumisión. Pero el poder de la semilla es indiscutible (e indestructible). **Un libro es semilla**. Un ejemplo que me gustaría mencionar es el desgarrador y emotivo testimonio de una de las miles y miles de víctimas de las “vacunas COVID-19”, la autora del libro *Covid Vaccine Adverse Reaction Survival Guide*, Caroline Pover, en la conferencia Betty Wa. Su testimonio representa a la perfección el momento actual. Dice algo que para mí es la clave de lo que sucede. Hablar de las “vacunas COVID-19” es incómodo. Si dices que has sido víctima de efectos secundarios es fácil obtener una respuesta del tipo: “pues yo me vacuné y estoy muy bien”. A nadie se le ocurriría responder a alguien que dice que tiene un hijo enfermo: “pues los míos están muy sanos”. La COVID-19 ha cambiado muchas cosas para bien y para mal y un **movimiento por el cambio** es necesario, ya que: “la conciencia solo es posible a través del cambio y el cambio solo es posible a través del movimiento”.





# MOVIMIENTO POR EL CAMBIO

BY NÚRIA MONTERO

Como digo en el prefacio, hemos llegado al absurdo de tener que poner de moda la comida real, ¿entendéis lo que nos explica eso sobre la sociedad? Hay muchos datos que son respuestas evidentes en sí mismos, pero la gente se empeña en creer sinsentidos, en aferrarse a una versión. Piden respeto pero no se dan cuenta de que es una verdadera irresponsabilidad actuar sin conocer todos los datos: **se pierde el grueso de la capacidad crítica y, peor todavía, el sentido común.** Normalizamos unas 'vacunas' que nos dejan con mascarillas, distancias, contagios, transmisión, enfermedad, muertos y miedo, el arma inmortal de los que manejan los hilos del mundo. Los que se encargan de tachar de negacionista a todo el que se atreva a dar visibilidad al absurdo. Hay que pinchar y exponer a unos niños que no enferman para no contagiar a abuelos con triple dosis con un producto que no evita la transmisión. Hablamos de vacunas, covid y olas al mismo tiempo y dejamos de investigar el aumento de enfermedades cardíacas, ictus, cáncer de rápido desarrollo, desarreglos menstruales o exceso de mortalidad por «causas desconocidas» entre muchos otros despropósitos.

**¿Qué nos queda entonces?** El movimiento, la comunicación, la acción, el impulso, aportar luz. Saber que no estamos solos. Trazar un camino, tener fe. Nos hemos caído y ahora hay que coser las alas con mimo y volver a tomar aire.

Te invito a formar parte del cambio.

- Precio del libro: 18 € (gastos de envío incluidos).
- Concepto: comprar libro.
- Mandar justificante y dirección de envío: ☎ 679767671 (Whatsapp o Telegram).
- También para Bizum o transferencia: ES29 2100 7949 1413 00408003
- Adjuntamos el enlace de nuestro canal oficial de Telegram en el que encontrarán más información sobre el libro: [https://t.me/movimiento\\_asistencia\\_integral/1121](https://t.me/movimiento_asistencia_integral/1121)



## Movimiento Asistencia Integral



### ASISTENCIA SANITARIA



**695584607**



**[asistenciaintegral.info@protonmail.com](mailto:asistenciaintegral.info@protonmail.com)**

Donaciones: ES29 2100 7949 1413 0040 8003

Síguenos en



[www.movimiento-asistencia-integral.com](http://www.movimiento-asistencia-integral.com)



## PROTOSCOLOS COVID



### SINTOMATOLOGÍA LEVE:

1. N-Acetil cisteína 600 mg.
2. Vitamina C 1000 mg.
3. Vitamina D 10.000 ui.
4. Quercetina 500 mg.
5. Zinc 50 mg.

- ❖ CDS entre 10 y 50 cc al día.
- ❖ Melatonina 3 mg noche.

### EN SÍNTOMAS GRAVES/VACUNADOS APLICAR PROTOCOLO LEVE Y AÑADIR:

1. N-Acetil cisteína 600 mg 1-0-1.
2. Doble dosis de Vitamina C.
3. Ivergalem 3 mg 2-0-2, 4 días.
4. Azitromicina (sólo si hay clínica respiratoria) 500 mg/día, 3 días.
5. Fortecortín 4 mg. 1,5 comp. 3 días, 1 comp. 3 días, 0,5 comp. 1 día y suspender.



Movimiento  
Asistencia Integral

## PROTOCOLO BÁSICO DE SUPLEMENTOS



- **Vitamina C:** 2,000mg por día.
- **Vitamina D3:** 10,000UI por día.
- **N-acetil-L-cisteína:** 600mg por día (incrementar a 1,200mg si hay mucosidad o uso de Paracetamol).
- **Zinc:** 50mg por día.
- **Quercitina:** 500mg por día.
- **CDS** (también se puede usar MMS, la equivalencia aprox. es 1ml de CDS = 1 gota activada de mm): empezar con protocolo F al inicio de los síntomas: entre 1 y 2ml cada 15 minutos durante 2 horas. Después pasar al protocolo C: entre 10 y 20ml disueltos en 1L de agua y hacer tomas de aproximadamente medio vaso cada hora. Este protocolo se puede usar hasta la resolución de los síntomas. Idealmente dejar 1 hora entre las comidas y suplementos y las tomas de CDS. Una forma sencilla de hacerlo es tomar los suplementos con el desayuno y la cena y el CDS durante el día.

### A esto se podría añadir:

- **Artemisa Annu:** estimulante del sistema inmune. 2 cucharaditas de postre por taza y tomar 2 veces/día.
- **Comino negro:** propiedades similares a la ivermectina en dosis de 1,000mg, 3 veces/día.
- **Raíz de diente de león:** Evita la unión de la spike a los receptores ACE2.
- **Regaliz:** Evita la unión de la spike a los receptores ACE2, además de antivirica y apoyo a las glándulas suprarrenales.

[asistenciaintegral.info@protonmail.com](mailto:asistenciaintegral.info@protonmail.com)

Donaciones: ES29 2100 7949 1413 0040 8003

Movimiento  
Asistencia Integral

Síguenos en:





## TRATAMIENTO SINTOMATOLOGÍA ASOCIADA AL COVID



### DIFICULTAD RESPIRATORIA/TOS:

#### DIAGNÓSTICO DIFERENCIAL: BRONQUITIS, NEUMONÍA BACTERIANA, HIPOXEMIA.

**Tratamientos:** en casos de dificultad respiratoria es necesario asegurar una adecuada expectoración y, en casos necesarios, broncodilatación. Para facilitar la expectoración es importante que el ambiente tenga una humedad adecuada por lo que si se tiene calefacción central o eléctrica hay que asegurarse de colocar contenedores con agua cerca de la calefacción; esto es particularmente importante en el dormitorio. También se debería dormir con el torso ligeramente elevado.

A parte del N-Acetil cisteína que tiene propiedades mucolíticas se puede añadir lo siguiente:

- **Infusión:** regaliz, tomillo, jengibre rallado, llantén y/o gordolobo y/o raíz de malva. 2 cucharaditas de postre por taza y tomar 3 veces al día.
- **Extracto de hiedra:** ayuda con la expectoración.
- **Tintura de Lobelia:** la Lobelia tiene propiedades expectorantes y broncodilatadoras. 30 gotas 3 veces al día.
- **Vahos:** agua hervida con aceite esencial de eucalipto y/o pino y/o menta. 2 gotas de cada aceite por 2L de agua.

[asistenciaintegral.info@protonmail.com](mailto:asistenciaintegral.info@protonmail.com)

Una red de  
Movimiento  
Asistencia Integral

Donaciones: ES29 2100 7949 1413 0040 8003

Síguenos en:



## TRATAMIENTOS PARA SÍNDROMES POST COVID



Propuestas para tratamiento con suplementos y/o medicina natural. Suplementos interesantes post-enfermedad durante 1 o 2 meses:

- **Vitamina D3:** 4,000UI por día. Lo ideal sería que la persona se hiciera un análisis para saber los valores reales de vitamina D en el organismo para ajustar la dosis con el objetivo de mantenerla entre 50 y 80.
- **Vitamina C:** 2,000mg por día. Para la regulación del estrés oxidativo y el apoyo a las glándulas suprarrenales las cuales producen el cortisol.
- **Omega3:** 2,000mg por día o pescado azul 3 veces por semana. Para ayudar a reducir el proceso inflamatorio.
- **N-acetil-L-cisteína:** 600mg por día. Recuperación del glutatión y apoyo al proceso de detoxificación hepático.
- **Cúrcuma con pimienta negra:** 1,000mg por día. Para la regulación del proceso inflamatorio. Es importante que la cúrcuma contenga pimienta negra ya que de lo contrario su de biosiponibilidad es muy reducida.

[asistenciaintegral.info@protonmail.com](mailto:asistenciaintegral.info@protonmail.com)

Una red de  
Movimiento  
Asistencia Integral

Donaciones: ES29 2100 7949 1413 0040 8003

Síguenos en:

