

---

# Mis Recetas Anticancer Alimentacion Y Vida Antica

---

Mi revolución anticáncer  
The Montignac Diet  
Fit for Life  
Stay Healthy During Chemo  
Cuidados de enfermería en situaciones complejas de salud  
Antídotos de un superviviente  
Radical Remission  
The Anti-Cancer Diet  
Vivir sin gluten  
El peligro de creer  
Curing Cancer with Carrots  
Ciencia de la administración y medio sanitario  
Alimentos anticáncer  
Healing The Gerson Way  
Para Vivir Con Salud  
Alimentación natural y salud  
Diecisiete  
Nutrition and Diagnosis-related Care  
Guía Practica Para Una Vida Anticancer  
Mis recetas anticancer / My Anticancer Recipes  
The Gerson Therapy -- Revised And Updated  
Digestive Intelligence  
The Grain Brain Cookbook  
Rainbow Bridge: Level 5: Students Book and Workbook  
Balance Your Hormones, Balance Your Life  
Brain Maker  
Mis recetas de cocina anticancer / My Anticancer Recipes  
The Secrets of People Who Never Get Sick  
Dietary Sugars  
The Wheatgrass Book  
The Juice Lady's Anti-Inflammation Diet  
Mi Nino Come Sano  
Nancy Clark's Sports Nutrition Guidebook  
A Cancer Therapy  
La despensa saludable  
Recetas para vivir con salud  
Italian Cooking School: Pizza  
The Gerson Therapy

Anticancer  
The Alkaline Cure

*Mis Recetas Anticancer Alimentacion Y Vida Antica* [coplademun.gobiernodepozarica.gob.mx](http://coplademun.gobiernodepozarica.gob.mx) by *Downloaded from guest*

## MATHEWS HEZEKIAH

Mi revolución anticáncer Harper Collins

In this bestselling guide, discover the healing power of diet and nutrition as an alternative therapy to help you heal from cancer and other ailments. With over 300,000 copies sold, The Gerson Therapy paved the way for alternative cancer treatments and has successfully treated cancer, hepatitis, migraines, arthritis, heart disease, emphysema, and autoimmune diseases with a revolutionary all-natural program. For years, the traditional medical establishment has called these chronic or life-threatening diseases incurable. But now, The Gerson Therapy® offers hope for those seeking relief from hundreds of different diseases. One of the first alternative cancer therapies, The Gerson Therapy® has successfully treated thousands of patients for over 60 years and has clinic locations around the country. In this definitive natural cancer and chronic illness guide, alternative medicine therapist Charlotte Gerson and medical journalist Morton Walker reveal the powerful healing effects of nutrition, organic foods, food preparation, meal planning, and supplements combined to treat a variety of ailments. The Gerson Therapy® shows you:

- How to beat cancer by changing your body chemistry
- Special juicing techniques for maximum healing
- How to conquer symptoms of allergies, obesity, high blood pressure, HIV, lupus, and other chronic illnesses
- Which supplements will strengthen your immune system
- How to prepare delicious, healthy foods using Gerson-approved recipes included in the book
- And much more!

This unique resource will help and inspire everyone who has ever said, "I want to get well. Just show me how." The Gerson Therapy® offers a powerful, time-tested healing option that has worked for others—

**The Montignac Diet** Da Capo Lifelong Books

CAPÍTULO 1: LA REALIDAD DE LA AGRESIÓN. Criado Zofío, M.; Morales Rueda, Araceli.; Rodríguez Romero, J.M. CAPÍTULO 2: EL CELADOR Y LAS MEDIDAS DE AISLAMIENTO Y PREVENCIÓN DE

INFECCIONES NOSOCOMIALES EN EL ÁMBITO HOSPITALARIO. Domene Fernández, Encarnación; Ramírez Quero, Mª Pilar; Muñoz García, Enrique Ramón. CAPÍTULO 3: CONSECUENCIAS NEGATIVAS DEL MEDIO SANITARIO PARA EL FETO. Ferrer Moreno, Clemencia Mª; Rico Cano, Antonio; Sánchez Martínez, Soledad. CAPÍTULO 4: CONOZCAMOS LA ACTUACION ANTE LA ASISTENCIA INICIAL AL TRAUMA EN PEDIATRIA. López Milán, Carmen; Martínez Vilar, Ana del Rosario; Molina Martínez, Isabel María. CAPÍTULO 5: CURSO BÁSICO DE RIESGOS LABORALES: ¿ES CONSIDERADO POR LOS TRABAJADORES COMO UN MERO TRÁMITE O COMO PARTE DE SU SALUD LABORAL? Macía-García, Patricia; Caballero-León, Mª Deseada; Larios Montosa, Mª Jesús. CAPÍTULO 6: ¿SE USA CORRECTAMENTE LOS EQUIPOS DE AISLAMIENTO DURANTE LA ASISTENCIA EN UN AISLAMIENTO DE CONTACTO? Macía-García, Patricia; Caballero-León, Mª Deseada; Larios Montosa, Mª Jesús. CAPÍTULO 7: POR UNA PREVENCIÓN Y ADECUADA ACTUACIÓN DEL PERSONAL DE ENFERMERÍA ANTE LOS ACCIDENTES BIOLÓGICOS. Moscoso López, Agripina; Puga Manzano, Custodia; Pérez Jiménez, Inmaculada. CAPÍTULO 8: EL ROL DEL CELADOR DENTRO DEL EQUIPO DE SALUD MULTIDISCIPLINAR. Ramírez Quero, Mª del Pilar; Domene Fernández, Encarnación; Muñoz García, Enrique Ramón. CAPÍTULO 9: EL PERFIL DE NUESTROS RIESGOS. Rodríguez Romero, J.M; Morales Rueda, A.; Criado Zofío, M. CAPÍTULO 10: DIAGNÓSTICOS ENFERMEROS (NANDA) E INTERVENCIONES ENFERMERAS (NIC) EN PACIENTES SOMETIDOS A MEDIDAS DE AISLAMIENTO POR ENFERMEDADES TRANSMISIBLES EN INGRESO HOSPITALARIO. Rojas Ibáñez, Aránzazu; Rueda Mora, Sara Romana; Romero Morie, Inmaculada. CAPÍTULO 11: EVALUACIÓN DE LAS MEDIDAS ADOPTADAS EN PACIENTES CON AISLAMIENTO POR EL PERSONAL DE ENFERMERÍA EN UN SERVICIO DE MEDICINA INTER...

Fit for Life Léeme Libros

A lo largo de decadas me he ido encontrando, en parte debido a una personal siembra, en situaciones delicadas ,pero como casi siempre en la vida ..el antidoto va al lado .... si un@ tiene la suerte de tener"todo lo necesario" para solventar la situación ,enhorabuena;si nó hay que espabilarse.Me gustaria llevar en el bolsillo derecho de la cazadora al mejor médic@ del mundo,en

otro bolsillo, a una madre que me diera la "cobertura emocional " más amplia posible .....pero como ,aún habiendolo intentado de todas maneras,no lo he conseguido,he tenido,como todos,que sacarme las castañas del fuego...Hasta ahora,las he sacado así y eso comparto...pero no sigais mi ejemplo..porque seguramente solo sea util para mi...informaros.

Stay Healthy During Chemo Mango Media Inc.

The revolutionary, New York Times bestselling guide to the powerful lifestyle changes that fight and prevent cancer—an integrative approach based on the latest scientific research “A common-sense blueprint for healthy living.” —Chicago Tribune “Resonating with cancer support communities and recommended nationwide.” —Los Angeles Times “Life affirming . . . filled with practical advice.” —The Seattle Times David Servan-Schreiber was a rising neuroscientist with his own brain imaging laboratory when, in the middle of an equipment test, he discovered a tumor the size of a walnut in his own brain. Forced to confront what medicine knows about cancer, and all that we still do not know, Servan-Schreiber marshaled his will to live and set out to understand the complex inner workings of the body’s natural cancer-fighting capabilities. He soon found himself on a decades-long journey from disease and relapse into scientific exploration and, finally, a new view of health. Anticancer is at once the moving story of one doctor’s inner and outer search for wellness and a radical exposition of the roles that lifestyle, environment, and trauma play in our health. Drawing on the latest research in integrative medicine that blends conventional and alternative approaches, Servan-Schreiber concisely explains what makes cancer cells thrive, what inhibits them, and how we can empower ourselves to prevent their growth. His advice details how to develop a science-based anticancer diet (and the small changes that can make a big difference); how to reap the benefits of exercise, yoga, and meditation; which toxic, unsafe products to replace in your home; and how to stave off the effects of helplessness and unhealed wounds to regain balance. Anticancer’s synthesis of science and personal experience marks a transformation in the way we understand and confront cancer. A long-running bestseller that has changed the lives of millions

around the world, Anticancer remains a pioneering and peerless resource, an inspirational and revolutionary guide to “a new way of life.”

*Cuidados de enfermería en situaciones complejas de salud* Grand Central Publishing

Le temes el primer día. Te asusta no estar a la altura el segundo. El tercero le plantas cara y empiezas a ganarle. Tienes 17 años y un día te dicen: tienes cáncer. Primero no entiendes lo que esas palabras significan, no alcanzas a comprender su magnitud. Te preguntas cómo es posible que el cáncer aparezca de repente, siendo tan joven. Te sientes como aplastada por un camión y empiezas a pensar qué va a ser de tus sueños, de tus proyectos. Qué será de ti. Cómo te afectará en tu vida diaria. Te desinflas. Cada día un poco. Hasta que decides que puedes tirar la toalla antes de empezar a luchar o puedes cambiar de actitud y afirmar: ahora voy a ser más yo que nunca. Ahora voy a demostrar que nada me va a parar. Este decisivo cambio de actitud conjuntamente con unas pautas alimentarias apropiadas y la ayuda de alguna terapia alternativa constituyeron mi plan de curación activa que dio un sorprendente resultado que ni yo misma esperaba. A través de estas páginas te hago llegar mi historia, las emociones que experimenté en cada etapa del proceso, los cambios corporales, los bajones de autoestima, las decepciones y las alegrías en las relaciones sociales, las buenas noticias y la vuelta a una normalidad que ya no es la misma. El rugido de un dinosaurio puede hacerte temblar de miedo, pero seguro que te hace más fuerte. Los que decidimos luchar somos cada día más numerosos. Un consejo: si quieres vencer a tu enemigo, primero trata de entenderlo.

*Antídotos de un superviviente* Penguin

Cómo los médiums, médicos alternativos y otros nos engañan, nos sacan el dinero y juegan con nuestros sentimientos y salud Bulos, falsas creencias, medicina alternativa... La desinformación campa a sus anchas en un mundo en el que la aparente verosimilitud parece seguir ganándole la batalla a la razón y a la ciencia en muchos casos. Lo irracional sigue siendo demasiado atractivo (¿a quién no le gustaría poder comunicarse con el Más Allá o poder anticipar el futuro?) y hace que dejemos a un lado el pensamiento crítico y nos dejemos llevar. Y eso es tremendamente peligroso. Engañarnos, o que nos engañen, puede poner en riesgo nuestra salud, nuestras finanzas, nuestro

bienestar e incluso nuestra propia vida (piensa en un genio como Steve Jobs y en cómo su fe en supuestas terapias milagrosas le hizo perder un tiempo precioso en su lucha contra el cáncer). Detrás de cualquier esquina acecha todo tipo de estafadores dispuestos a sacar partido de nuestros momentos de debilidad y aprovecharse de nuestra ingenuidad o de nuestra tendencia a querer creer. Médiums, tratamientos sin validez científico, Zodiaco, güijas, ondas supuestamente cancerígenas... desfilan por las páginas de este libro mientras Luis Alfonso Gámez deja caer sobre ellos todo el rigor científico y aporta un poco de luz sobre tanta interesada oscuridad. Porque creer puede ser demasiado peligroso... EXTRACTO Todos tememos a la muerte. Incluso aquéllos que creen en otra vida mejor después de ésta hacen todo lo posible por retrasar ese tránsito y sufren cuando pierden a un ser querido. Fuera de iglesias y mezquitas, nunca he estado rodeado de tantos creyentes declarados en la vida después de la muerte como el 25 de abril de 2012. Había anochecido y me encontraba a las puertas del Palacio de Congresos de Bilbao. A las 22 horas iba a asistir a una actuación de Anne Germain, la médium inglesa del programa Más allá de la vida de Telecinco. La entrada me había costado 80 euros y estaba nervioso, aunque por un motivo diferente al de las cerca de 300 personas que me iban a acompañar en la sala. Ellos esperaban que la vidente les pusiera en contacto con algún familiar muerto; yo me sentía como cuando, en mis tiempos de estudiante, de cara a un examen creía que me sabía la lección, pero temía que hubiera algún tema que se me hubiera pasado estudiar o quedarme en blanco. SOBRE EL AUTOR Luis Alfonso Gámez es periodista. Ha sido el conductor de Escépticos (ETB), la primera producción española de televisión dedicada a la promoción del pensamiento crítico, y llevado la sección El archivo del misterio en Órbita Laika (La 2). Ha colaborado con la Cadena SER, Radio Nacional de España, Radio 3, M80 Radio, Radio Vitoria y Punto Radio Bizkaia -antes Punto Radio Bilbao-, con intervenciones que pueden escucharse en cualquier sitio gracias al podcast Magonia. Da charlas sobre ciencia y pseudociencia ante todo tipo de público -desde escolares hasta jubilados, pasando por universitarios-, en las que habla de la conspiración lunar, la Atlántida, los ovnis, la guerra psíquica entre Estados Unidos y la Unión Soviética, las conspiraciones, el periodismo gilipollas y, si se da el caso, hace a los asistentes experimentar lo paranormal.

Trabaja en el diario El Correo de Bilbao, donde cubre la información de ciencia desde hace años. Ha escrito los libros El peligro de creer (2015), La cara oculta del misterio (2010) y Crónicas de Magonia (2012), y ha coordinado la obra colectiva Misterios a la luz de la ciencia (2008), publicada por la Universidad del País Vasco y en la cual destacados científicos examinan la posibilidad de vida extraterrestre y la existencia de monstruos, entre otros asuntos.

*Radical Remission* Editorial AMAT

Don't you wish there were a diet that could assure you a life free from cancer? Most experts agree it doesn't exist yet. But there is a way to eat and live that could put the odds of preventing cancer in your favor. Cancer is one of the leading causes of death worldwide, but studies suggest that simple lifestyle changes, such as following a healthy diet, could prevent 30-50% of all cancers. Growing evidence points to certain dietary habits increasing or decreasing cancer risk. What's more, nutrition is thought to play an important role in treating and coping with cancer. This book covers everything you need to know about the link between diet and cancer.

*The Anti-Cancer Diet* ACCI (Asociación Cultural y Científica Iberoamericana)

Who does not want to be healthier? Now in paperback: the book that Andrew Weil calls “offbeat, informative, and fun . . . a great read,” and that has been praised as “a delightful dance through science” (New York Times bestselling author Mark Hyman, M.D.) and as a “remarkable and insightful book [that] offers you the chance to achieve the best health of your life” (Mark Liponis, M.D., Medical Director, Canyon Ranch). Written by bestselling author Gene Stone, *The Secrets of People Who Never Get Sick* arose from his desire to discover what might actually prevent him from getting sick himself. This book, the result of that exploration, tells the stories of twenty-five people who each possess a different secret of excellent health—a secret that makes sense and that Stone discovered has a true scientific underpinning. There are food secrets—why to take garlic and vitamin C, eat more probiotics, become a vegan, drink a tonic of brewer’s yeast. Exercise secrets—the benefits of lifting weights, the power of stretching. Environmental secrets—living in a Blue Zone, understanding the value of germs. Emotional secrets—seek out and stay in touch with friends, cultivate your spirituality. Physical

secrets—nap more, take cold showers in the morning. And the wisdom that goes back generations: Yes, chicken soup works. The stories make it personal, the research makes it real, and the do-it-yourself information shows how to integrate each secret into your own life, and become the next person who never gets sick.

*Vivir sin gluten* Editorial Planeta

The latest edition of this rapid-access resource for busy nutritionists and dieticians continues its tradition as a concise, yet comprehensive reference for nutrition-based care of diseases. It includes proven care plans flexible enough for any setting - from hospitals and ambulatory centers, to private practices and home care. Updated to include a full appendix on the use of herbs, botanicals and dietary supplements, it is also the ideal supplementary text to labs and for clinical rotations.

*El peligro de creer* Kensington Books

Presents a four-week menu plan with over seventy-five recipes for a twenty-eight day program to reduce inflammation in the body and promote natural healing.

*Curing Cancer with Carrots* Roca Editorial de Libros

Boost your energy, manage stress, build muscle, lose fat, and improve your performance. The best-selling nutrition guide is now better than ever! Nancy Clark's Sports Nutrition Guidebook will help you make the right choices in cafes, convenience stores, drive-throughs, and your own kitchen. Whether you're preparing for competition or simply eating for an active lifestyle, let this leading sports nutritionist show you how to get maximum benefit from the foods you choose and the meals you make. You'll learn what to eat before and during exercise and events, how to refuel for optimal recovery, and how to put into use Clark's family-friendly recipes and meal plans. You'll find the latest research and recommendations on supplements, energy drinks, organic foods, fluid intake, popular diets, carbohydrate and protein intake, training, competition, fat reduction, and muscle gain. Whether you're seeking advice on getting energized for exercise or improving your health and performance, Nancy Clark's Sports Nutrition Guidebook has the answers you can trust.

*Ciencia de la administración y medio sanitario* Simon and Schuster

Offers a nutritional program that utilizes the healing powers of organic fruits and vegetables to reverse the effects of cancer and other illnesses.

*Alimentos anticáncer* RBA Libros

Students will love exploring the imaginary Kingdom of Albion with their new friends Dylan, Briana and Max. Stories based on British legends and the adventures of a diverse cast of characters capture children's imagination and attention. Prepare students for success at secondary school with a carefully paced grammar and literacy syllabus. Develop students' critical thinking and 21st century skills with 'Think' activities, real-world tasks and creative projects. Help students to connect English with other school subjects through CLIL lessons supported by video. Build students' understanding of citizenship issues, such as care of the environment, tolerance and inclusion. Give every child the chance to build their knowledge, skills and confidence in English with flexible resources that include tests and activities designed for students with special educational needs.

*Healing The Gerson Way* Robinbook

ALIMENTACIÓN NATURAL Y SALUD quiere dar respuesta a las preguntas que habitualmente nos hacemos sobre alimentación: - ¿Hay alimentos buenos y malos? - ¿Cómo incide la alimentación en la salud? - ¿Cuál es la dieta más beneficiosa para nuestra salud? - ¿Debemos restringir el consumo de algún alimento? - ¿Merece la pena comprar alimentos de proximidad o ecológicos? - ¿Qué distingue a los alimentos ecológicos de los convencionales? - ¿Qué papel tiene la microbiota en nuestra alimentación y salud? - Consciente de la manipulación y la gran desinformación (a menudo intencionada) que hacen los medios sobre los temas de alimentación y salud, y basándose en el conocimiento adquirido durante más de 40 años de investigación y trabajo en el mundo de la agricultura y la alimentación ecológica, el autor desbroza el camino que permitirá al lector encontrar la senda hacia la buena salud. Frente a la creencia de que tenemos un "destino inmutable" escrito en nuestros genes, Mariano Bueno nos muestra que las investigaciones científicas más punteras indican que el modo de vida es mucho más importante que la genética cuando hablamos de salud, y que una alimentación saludable (con predominio de alimentos vegetales frescos e integrales), junto al ejercicio y el descanso son la mejor prevención frente a las enfermedades cardiovasculares, la diabetes y el cáncer.

**Para Vivir Con Salud** Urano

In her New York Times bestseller, *Radical Remission: Surviving Cancer Against All Odds*, Dr. Kelly A. Turner, founder of the

Radical Remission Project, uncovers nine factors that can lead to a spontaneous remission from cancer—even after conventional medicine has failed. While getting her Ph.D. at the University of California, Berkley, Dr. Turner, a researcher, lecturer, and counselor in integrative oncology, was shocked to discover that no one was studying episodes of radical (or unexpected) remission—when people recover against all odds without the help of conventional medicine, or after conventional medicine has failed. She was so fascinated by this kind of remission that she embarked on a ten month trip around the world, traveling to ten different countries to interview fifty holistic healers and twenty radical remission cancer survivors about their healing practices and techniques. Her research continued by interviewing over 100 Radical Remission survivors and studying over 1000 of these cases. Her evidence presents nine common themes that she believes may help even terminal patients turn their lives around. *Alimentación natural y salud* Workman Publishing Company  
Odile es una mujer de 34 años, médico de familia y madre de un niño que en las charlas observa inquieto cómo su madre habla a un montón de gente. Odile fue diagnosticada de cáncer de ovario con metástasis en 2010. Tras el shock que supuso la noticia de su *Diecisiete* RBA Libros

Combines both eastern and western wellness strategies for balancing key hormones in one's body, with the ultimate goal of good health, in a book that also includes diet tips, stress-management techniques and natural sleep secrets. Original. 15,000 first printing.

*Nutrition and Diagnosis-related Care* Urano

The bestselling author of *Grain Brain* uncovers the powerful role of gut bacteria in determining your brain's destiny. Debilitating brain disorders are on the rise—from children diagnosed with autism and ADHD to adults developing dementia at younger ages than ever before. But a medical revolution is underway that can solve this problem: Astonishing new research is revealing that the health of your brain is, to an extraordinary degree, dictated by the state of your microbiome - the vast population of organisms that live in your body and outnumber your own cells ten to one. What's taking place in your intestines today is determining your risk for any number of brain-related conditions. In *BRAIN MAKER*, Dr. Perlmutter explains the potent interplay between intestinal microbes and the brain, describing how the microbiome develops

from birth and evolves based on lifestyle choices, how it can become "sick," and how nurturing gut health through a few easy strategies can alter your brain's destiny for the better. With simple dietary recommendations and a highly practical program of six steps to improving gut ecology, BRAIN MAKER opens the door to unprecedented brain health potential.

#### Guia Practica Para Una Vida Anticancer Urano

Dietary sugars are known to have medical implications for humans from causing dental caries to obesity. This book aims to put dietary sugars in context and includes the chemistry of several typical subclasses eg glucose, galactose and maltose. Modern techniques of analysis of the dietary sugars are covered in detail including self monitoring and uses of biosensors. The final section of the book details the function and effects of dietary sugars and includes chapters on obesity, intestinal transport, aging, liver function, diet of young children and intolerance and more. Written by an expert team and delivering high quality information, this book provides a fascinating insight into this area of health and nutritional science. It bridges scientific disciplines so that the information is more meaningful and applicable to health in general. Part of a series of books, it is specifically designed for

chemists, analytical scientists, forensic scientists, food scientists, dieticians and health care workers, nutritionists, toxicologists and research academics. Due to its interdisciplinary nature it could also be suitable for lecturers and teachers in food and nutritional sciences and as a college or university library reference guide.

#### **Mis recetas anticancer / My Anticancer Recipes** Phaidon Press

La cronicidad y la complejidad en el proceso de enfermedad forman parte ineludible de nuestro ámbito sanitario actual. Es en este contexto, donde el profesional de enfermería se enfrenta de forma habitual a situaciones de sufrimiento, dolor e incluso de muerte. El paciente experimenta impotencia, siendo consciente de sus limitaciones y de su finitud, poniendo a disposición de enfermería sus cuidados. El presente libro está dividido en tres bloques cuyos contenidos, establecidos en la asignatura del mismo nombre, son imprescindibles en la formación del alumnado de Grado en Enfermería. El primer bloque incluye el tema de la muerte en el ser humano. Todo lo que vive ha de morir, es por tanto necesario: analizar la actitud ante la muerte en nuestra sociedad y reflexionar sobre si esa actitud favorece al profesional

de la salud a cuidar y acompañar al paciente hasta el momento de su muerte. El empoderamiento del paciente dentro del sistema de salud queda plasmado en el documento de voluntades vitales anticipadas o testamento vital (VVA), como herramienta para la toma de decisiones del paciente. El segundo bloque trata sobre el proceso oncológico. Los índices epidemiológicos del cáncer indican que es y será un importante problema de salud pública en los países desarrollados. Conocer el impacto biológico, psicológico, social y espiritual de ésta enfermedad es clave para cuidar y acompañar al paciente y familia durante el proceso de la enfermedad. El último bloque recoge los cuidados paliativos y el duelo. Es derecho de toda persona tener una vida digna y una muerte digna. El impacto de una enfermedad avanzada ocasiona en el paciente y en la familia una situación de estrés y de vulnerabilidad. El profesional de enfermería debe valorar las necesidades de cada uno de ellos, y elaborar un plan de cuidados que den respuesta a estas. Además, durante éste proceso deberá de evaluar la posibilidad de un duelo complicado, para su previa intervención. Nuestra praxis debe ir dirigida a ayudar a que la persona viva la última etapa de su vida y sus últimos momentos con la mayor dignidad, así se dará por concluida su biografía.