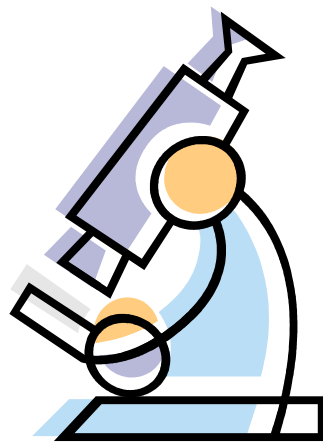


A VERDADEIRA PREVENÇÃO



Nossos corpos albergam uma grande quantidade de bactérias e fungos que vivem, crescem e sobrevivem em harmonia quando estamos comendo e vivendo saudavelmente.

Porém, podem tornar-se altamente daninhos quando o meio onde vivem se altera.

A alteração desse meio é fomentada por dietas altas em açúcar ou em hidratos de carbono, também por água e ar contaminados, ou pela destruição de nossa flora intestinal causada pelo uso de antibióticos ou outros medicamentos (quimioterapia).

As bactérias e fungos se alimentam das mesmas substâncias de que se alimenta o nosso cérebro.

Quando ingerimos em excesso, alimentos ricos em glucose, também estamos alimentando em excesso as bactérias e fungos que crescem e se multiplicam desproporcionalmente.

O consumo de substâncias por parte dessa excessiva população desproporcionada provoca que o cérebro não receba suficiente alimento, e como o cérebro é quem manda, imediatamente emite as ordens reclamando sua ração.

Aí é quando sentimos a urgência de correr para ingerir algo doce, ou hidratos de carbono (se convertem em glucose), ou álcool.

Começa assim o círculo vicioso: ao ingerir mais, cresce a provisão de açúcares, e com ele cresce a multiplicação de bactérias e fungos, e essa população em crescimento reclama mais alimentos e sentimos a necessidade de ingerir mais, e **mais**, e mais, e **mais**....

Sucedem que assim como as bactérias e fungos obtêm seu alimento de nosso sangue, também jogam nele seus desperdícios, toxinas que tornam cada vez mais ácido o meio e com o tempo chegam a “envenenar” os tecidos.

Para poder processar as toxinas, o fígado as converte em álcool (ácido) e esse excesso de álcool em nosso organismo, produz uma sensação como a de estar bêbado... mareado, desorientado, mentalmente confundido.

A acumulação excessiva de bactérias e fungos reduz a provisão de potássio e magnésio do corpo com a conseqüente redução da energia celular que provoca fadiga em excesso, redução das forças e da clareza de pensamento, acaba o entusiasmo, a ambição, a estamina; causa a liberação de radicais livres os quais são coadjuvantes do processo de envelhecimento.

Outros sintomas de acumulação de bactérias e fungos são os ataques de pânico, ansiedade, depressão, irritabilidade, dores de cabeça, dores nas articulações, inflamação nas vias respiratórias, sinusite, stress glandular e problemas menstruais.

Muitos estudos científicos coincidiram em que as bactérias e fungos podem chegar a causar enfermidades quando se lhes permite desenvolver-se em um terreno doentio(ácido).

Através de diferentes estudos científicos (*) analisando as células vivas do sangue, se observou formas de bactérias que vivem em nosso organismo (algumas inclusive trabalham ajudando o corpo) dependendo do meio em que se desenvolvem, as vezes crescem e se alargavam tornando-se patogenias.

Em alguns casos, mudando de “bactéria” a “fungo”.

(*) Dr. Gunther Enderlein, Alemanha
Dr. Robert Young, USA
Dr. Federico Ituarte, Argentina
e outros



Poucos sabemos, porém...

... a **acidez**

No pH dos tecidos de nosso corpo deve ser o selo distintivo do **câncer** e de outros desequilíbrios da saúde tais como:

- Enfermidades cardiovasculares, problemas cerebrovasculares, patologias dos rins, transtornos inflamatórios e enfermidades do pulmão.

O investigador Sang Whang, com 50 anos de experiência no estudo do balanço ácido–alcalino, sustenta que:

É o excesso de ácido em nosso corpo que cultiva o câncer.

E formula os seguintes postulados:

- 1) As células saudáveis são alcalinas.**
- 2) Um ambiente ácido contém menos oxigênio que um ambiente alcalino.**
- 3) As células saudáveis morrem em um ambiente ácido, enquanto que as células cancerosas morrem em um ambiente ALCALINO.**

Sugere que todo tratamento contra o câncer deveria começar mudando o ambiente ácido por um ambiente alcalino.

O **Dr. Robert O. Young**, actualmente o microbiólogo mais reconhecido a nível mundial concorda com muitos cientistas de que:

“A Enfermidade é a expressão de um excesso de ácidos no corpo humano”

Robert O. Young é doutor em Medicina, Microbiologia e Nutrição.

Há 30 anos realizando análises de sangue, sua investigação sobre o câncer foi validada por um estudo científico britânico.

Diariamente atende a 14 pacientes em seu Centro "Milagroso pH" localizado perto de San Diego, CA.

Seu protocolo de **“Estilo de Vida Alcalino”** conta com 100% de efectividade em quem o aplicou e conseguiu reverter um sem número de enfermidades metabólicas.

Dr. Young, criador do conceito da “Nova Biologia”, é autor de reconhecidos best sellers: **“El Milagroso pH”, “Enfermo y Cansado”, “El Milagroso pH para Diabetes”, “El Milagroso pH para Perder Peso” e “El Milagroso pH para el Câncer”**



Como cada dia mais cientistas, o Dr. Robert O. Young sustenta que:

“Nosso organismo fabrica e utiliza bicarbonato de sódio como um sistema natural para manter o desenho alcalino para prevenir a degeneração do tecido ”.

(Recordemos o característico sabor do bicarbonato que muitas vezes sentimos na boca antes do vômito)



“A hiper-alcalinização dos tecidos corporais com bicarbonato de sódio é a maneira mais segura, eficaz e natural para refrear qualquer condição cancerosa e muitas enfermidades e processos inflamatórios”

Por anos, o Dr. Tullio Simoncini, oncólogo italiano, esteve tratando o câncer e destruindo tumores mediante o uso de **bicarbonato de sódio**.

Dr. Simoncini manifesta; ***“O bicarbonato de sódio é um remédio seguro, extremamente barato e inegavelmente efectivo quando se trata de tecidos cancerosos”***



A maioria de nós iniciamos nossas vidas como seres sãos.



Conforme envelhecemos, e em grande parte por causa de nossos estilos de vida pouco saudáveis, bactérias e fungos se acumulam constantemente, em nosso organismo, rompendo o equilíbrio saudável em um círculo vicioso cada vez mais grave.

As bactérias e fungos envenenam, estressam e debilitam nosso sistema imunológico.

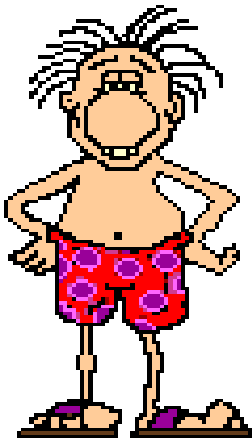


Está comprovado que a maioria das enfermidades imunológicas e condições infecciosas, são causadas ou pioradas pela presença de bactérias e fungos.

O Dr. Robert Young manifesta:

*“Durante anos tenho observado o impacto que provoca aquilo que ingerimos no delicado balanço do pH de nosso sangue. Através de minhas investigações comprovei que a combinação de 4 maravilhosos sais de **bicarbonato (sódio, magnésio, potássio e cálcio)** ocorre naturalmente em todos os fluidos de um corpo são, com o propósito de manter o balanço alcalino-ácido natural e actuando como antioxidantes que retardam o processo de envelhecimento.*

Uma adequada provisão destes quatro sais de bicarbonato é a melhor protecção contra o envelhecimento e toda enfermidade, incluindo o câncer. Melhoram o rendimento atlético e ao melhorar a saúde em geral, melhoram também o estado de ânimo e as energias.



"Durante os recentes jogos olímpicos em Beijing, vários dos principais atletas melhoraram seu rendimento e inclusive romperam alguns records, ingerindo 1 colher de bicarbonato de sódio"

Para frear o envelhecimento e recuperar a saúde é necessário reverter o dano do ácido nas células mediante uma dieta alcalinizante.

É hora de fazer as mudanças necessárias em nosso estilo de vida para que nosso corpo volte a um estado de equilíbrio e harmonia.

Mantenha uma dieta com maior % de alimentos alcalinos

| alimento | alcalinidade | | |
|---|---|--|---|
| | alta | mediana | baixa |
| Verduras feijões Legumes | alho aipo brócolos cevada suco de /verduras espinafre cru salsa | algarroba Feijão verde feijão alface beterraba cenoura abóbora | azeitonas abóbora cebola Milho doce couve-flor aspargos nabo batata soja repolho tomate |
| Frutas | figos secos passas de /uva | groselhas kiwi maçã amora mamão pêra uva | abacaxi cerejas coco Pêssego morango lima limão manga laranja abacate toranja melancia |
| Cereais e Grãos | | | lentilhas milho trigo negro |

| alimento | acidez | | |
|---|---|---|--------------------------------------|
| | baixa | mediana | alta |
| Verduras feijões Legumbres | batata alcachofra /cocida | Feijão branco | pickles |
| Frutas | mirtos banana ciriguela sucos /procesados | frutas em lata | |
| Cereais e Grãos | arroz integral. aveia pão centeio pão sovado | arroz branco cookies pão branco pastas pastelaria | donuts panqueues tortas fritas |

Tome seu bicarbonato de sódio todos os dias...



Beba ao menos um litro de água por dia ao qual tenha agregado uma colher de sopa de **bicarbonato de sódio**.

Isto ajudará a enxugar seu sistema e a liberá-lo da acidez acumulada.

Para reverter casos de pneumonia, asma, sinusite, faça nebulizações de água com duas gotas de bicarbonato de sódio líquido, 2 ou 3 vezes por dia.

Para prevenir a acumulação de bactérias na boca, faça bochechos com uma mistura de uma colher de chá de bicarbonato de sódio em um copo d'água.

Para eliminar os resíduos químicos de seu cabelo, agregue uma colherinha de bicarbonato de sódio a seu frasco de shampoo.

Para combater os efeitos de uma ingesta ácida, beba antes ou depois da mesma, um copo d'água com uma colher de chá de bicarbonato de sódio e que sejam 2 colheres se se excedeu com o álcool

De acordo com Dr. Robert O. Young: "se mantemos nosso corpo Com um pH alcalino entre 7.3 e 7.4 nos manteremos livres de enfermidades