

Você sabia que a ÁGUA cura diversas doenças?

Escrito por César Leite

Qua, 18 de Agosto de 2010 10:50



Há bilhões de anos, A ÁGUA é a mola propulsora da vida no Planeta Terra. Sem ela, praticamente nada ou quase nada existiria. As plantas e os animais, incluindo-se o homem são o resultado da evolução dos microorganismos mais básicos.

Estas formas de vida no princípio aparentemente rudimentares foram sofrendo transformações através dos milênios; adaptaram-se ao meio e possibilitaram que hoje em dia pudéssemos ver, tocar, ouvir, sentir, todas as coisas palpáveis ou não neste pequeno pedacinho maravilhoso do Infinito Universo.

Quanto perdemos de água diariamente:

Perdemos por dia em condições normais, pela respiração durante a expiração (quando colocamos o ar para fora dos pulmões), aproximadamente 0,4 litros de água. Através da urina 1,2 litro; pela transpiração perdemos 0,6 litro e, na evacuação de 0,1 a 0,3 litro. No total, perdemos por dia, mais ou menos 2,5 litros de água.

Quanto de água precisamos beber por dia:

Se perdemos aproximadamente 2,5 litros de água por dia, então é necessário repor esta quantidade para manter o equilíbrio orgânico. Os especialistas recomendam que o homem beba "no mínimo" 1,5 litro de água diariamente.

O ideal seria 2 litros, mas eles interpretam que outras fontes podem repor estas perdas e calculam que o corpo humano consegue absorver dos alimentos, 1 litro de água todos os dias, o que pelos cálculos, seria o suficiente para o equilíbrio (1,5 bebidos + 1 litro de água absorvido dos alimentos = 2,5 litros)

O homem aguenta passar várias horas sem beber, mas isto é muito prejudicial para a saúde e os efeitos da falta de água podem ser facilmente percebidos quando chega a sede. Este sintoma segundo os médicos é o primeiro sinal de que já perdemos cerca de um litro de água e precisamos repor o quanto antes. Se continuarmos sem beber, perdemos cada vez mais água e quando forem gastos dois litros das reservas do corpo, passamos a sentir sede, cansaço e fadiga. Caso persista a não reposição, quando perdermos 3 litros ou mais de água, teremos a formação de um processo de desidratação e risco de morte.

Você sabia que a **ÁGUA** cura diversas doenças?

Escrito por César Leite

Qua, 18 de Agosto de 2010 10:50

Toda água que entra no corpo, sai

Cerca de 20% sai pela transpiração e mais 15% pela respiração. Essas porcentagens podem variar segundo o grau de atividade de cada indivíduo. Pela urina e fezes é excretado o essencial da água absorvida (65%). A água circula pelo corpo humano como nos ecossistemas e por isso é preciso ter cuidado para não "poluir" este sistema, pois esta poluição chega até as veias e artérias em consequência de uma alimentação inadequada, da absorção de drogas, da respiração de uma atmosfera contaminada, etc.

Percentual de água no corpo:



Estudos avançados sugerem que o percentual de água no organismo humano diminui com a idade: entre 0 e 2 anos de idade é de 75 a 80%; entre 2 e 5 anos cai para entre 70 e 75%; entre 5 e 10 anos fica entre 65 e 70%; entre 10 e 15 anos diminui para entre 63 e 65% e entre 15 e 20 anos atinge 60 a 63%. Aí vem um período de maior estabilidade: entre 20 e 40 anos esse teor de água no corpo humano fica entre 58 e 60%. Entre os 40 e os 60 anos, essa porcentagem cai para 50 a 58%. Acima de 60 anos, o corpo humano segue sua desidratação. É como se nos idosos metade da existência fosse água e o resto, sólidos resíduos e recordações.

Ainda segundo as pesquisas, no próprio corpo humano, os teores de água variam. Os órgãos com mais água são os pulmões e o fígado (86%) e paradoxalmente, eles têm mais água do que o próprio sangue (81%). O cérebro, os músculos e o coração são constituídos por 75% de água.

Por todos os motivos acima e mais uma centena de outros, o melhor é beber água!

Um consenso existe entre todos os médicos especialistas ou não, religiosos, curandeiros, benzedeiros e curiosos: **ÁGUA É O MELHOR REMÉDIO!**

Não há dúvida alguma para todos, de que a água é e continuará sendo o elixir da vida e da juventude.

Você sabia que a ÁGUA cura diversas doenças?

Escrito por César Leite

Qua, 18 de Agosto de 2010 10:50

Sem ela, não haveria condição de vida no Planeta Terra, já que nele, todo o sistema biológico é fomentado pela água. Então, mãos à obra!

...Pegue agora mesmo um copo d'água e beba com prazer.

A CURA PELA ÁGUA

Ficamos doentes por causa dos maus hábitos que temos.

O nosso modo de vida errado leva a uma contínua desidratação dos tecidos (das células). Se a porcentagem de água vai diminuindo, então as substâncias que aumentam sua porcentagem com o avançar da idade, são as substâncias ÁCIDAS!

Já foi descoberto pela ciência que os fluidos do corpo humano, para seu bom funcionamento, devem ser ALCALINOS (ou básicos), correspondendo a um índice de pH acima de 7,0. Acúmulo de substâncias ácidas servem de alimento para todos os microorganismos patogênicos em nosso corpo (bactérias, bacilos, fungos, vírus, vibriões, amebas, etc.). Alguns desses microorganismos parasitas podem crescer até tamanhos enormes, como lombrigas, solitárias, taenias, etc.

Conclui-se então, que um modo de vida desregrado, com vícios tais como o tabagismo, ingestão de bebidas alcólicas, noites mal dormidas, pouca ingestão de água e a falta da prática de exercícios físicos, provocam no organismo, uma incrível, fantástica e extraordinária "poção da morte", já que o corpo fica sistematicamente exposto a tudo isto. Se conseguirmos hidratar adequadamente as células do nosso corpo, grande parte destes e outros males até "ocultos", podem ser abrandados ou, na melhor das expectativas, totalmente eliminados.

AQUATERAPIA

Atualmente tem sido muito divulgada a chamada Terapia da Água, onde o indivíduo participa de um certo "ritual" muito simples, mas que pode trazer benefícios incriveis. Muitas pessoas já praticaram e tiveram resultados animadores e talvez seja o caso de você também tentar ou então, repassar a quem precisa. O método não tem contraindicação e com certeza não causará mal algum, muito pelo contrário, lhe dará mais disposição, qualidade de vida, agilidade, raciocínio mais lógico e rápido, além de um bem estar abundante e o melhor de tudo: é totalmente grátis, sem precisar gastar com remédios, tabletes, injeções, diagnósticos, consultas médicas, etc. É claro que uma consulta ao seu médico e solicitar a opinião dele a respeito do assunto é sempre importante e pode auxiliar ainda mais. Ele pode dizer com segurança se é bom para você ou não participar desta terapia, além do que, há pessoas que podem estar por algum motivo, impedidas momentaneamente de fazer tal exercício, pois existem momentos em que a água acaba prejudicando muito. Por isso, preste atenção sempre nos momentos ideais para se fazer a aquaterapia. De preferência, a água deve ser bebida pela

Você sabia que a **ÁGUA** cura diversas doenças?

Escrito por César Leite

Qua, 18 de Agosto de 2010 10:50

manhã, em jejum, conforme explicado abaixo.

Como funciona:

Segundo a literatura promocional, você precisa tomar 6 copos de água, (copo de 250 ml = total de 1,5 litro), em jejum, ao acordar, antes de escovar os dentes.

Após beber a água, é recomendável saltitar por 2 minutos e/ou fazer auto-massagens na barriga. Veja ao lado os benefícios que tal atitude pode trazer.

Nota: Recomenda-se que pessoas que sofram de artrite ou reumatismo pratiquem esta terapia 3 vezes ao dia, de manhã, ao meio dia e à noite, uma hora antes das refeições – por uma semana; e 2 vezes ao dia subsequente, até a doença ser curada.

Importante:

* Nada mais, nenhuma bebida nem comida sólida de qualquer tipo – deve ser ingerida, uma hora antes e uma hora depois de beber este 1,50 litro de água.

* Nenhuma bebida alcoólica deve ser tomada na noite anterior.

* Se necessário, água fervida e filtrada pode ser usada para este propósito.

Mas como conseguir beber 1,50 lt de água de uma vez?

De início você pode achar difícil beber 1,50 lt de água de uma vez, mas vai se acostumando com isso gradualmente. Inicialmente, enquanto pratica, você pode tomar 4 copos primeiro e completar com dois copos após um intervalo de 2 minutos. No começo, você pode precisar urinar 2 a 3 vezes dentro de uma hora, mas isso torna-se normal após algum tempo.

Através de pesquisa e experimentação, observou-se que as seguintes doenças são curadas dentro dos dias indicados abaixo:

Você sabia que a **ÁGUA** cura diversas doenças?

Escrito por César Leite

Qua, 18 de Agosto de 2010 10:50

Constipação, 1 dia
Acidez, 2 dias
Diabetes, 7 dias
Pressão sangüínea & hipertensão, 4 semanas
Câncer, 4 semanas
Tuberculose pulmonar, 3 meses

Dúvidas freqüentes:

==> NÃO CONSIGO INGERIR TUDO ISSO DE ÁGUA. E AGORA?

Há pessoas que conseguem ingerir sem problemas esta quantidade de água e também pessoas que não conseguem. Isto deve-se à variação fisiológica de pessoa para pessoa (altura, peso, etc). Em tese, o volume máximo que o estômago suporta é de 800 ml e este líquido é rapidamente absorvido e repassado para os órgãos do corpo, mas, esta absorção também depende de pessoa para pessoa. Por este motivo, caso não esteja conseguindo ingerir no tempo estipulado, o mais importante é não forçar. Toda terapia alternativa deve obedecer os limites de cada pessoa. Nada deve ser feito sem o seu prazer "sensação de bem-estar". Caso haja desconforto e/ou dificuldade extrema, melhor não forçar e procurar a orientação de um(a) médico(a).

Observe ainda se a água que você está ingerindo é realmente de boa qualidade. Ela é direto da torneira, de um poço artesiano, água mineral? Você e está bebendo fria, gelada, morna, quente? De onde é esta água? Tem procedência? Existe histórico de pessoas que se sentiram mal quando beberam esta água? Em caso de dúvida, não custa nada ferver, esperar esfriar e se possível ainda filtrar a água, para aí sim bebê-la com PRAZER, sentindo um grande BEM-ESTAR!

==> Mas a minha dificuldade ainda é a quantidade.. Não consigo beber!

Então beba a quantidade que lhe satisfaz sem desconforto.

Sinta sempre prazer em beber água!

==> Posso substituir por um suco?

Depende do suco. Se for aqueles sucos industrializados, cheios de corantes e conservantes, nem pensar. Mas se for um suco natural de alguma fruta que você goste, sem problemas, desde que intercalado com água. Em geral, 50x50 (metade água, metade suco), mas sem açúcar, pois as frutas já o trazem em si.

Você sabia que a ÁGUA cura diversas doenças?

Escrito por César Leite

Qua, 18 de Agosto de 2010 10:50

==> Qual a melhor água para se beber?

Os cientistas preferem sempre que as pessoas consumam tudo o mais natural possível, inclusive a água. No mundo moderno, as pessoas têm dado preferência para a água mineral por uma série de motivos, dentre eles, a comodidade, a praticidade, o valor "nutritivo", os cuidados tomados pela indústria do setor, dentre outras, mas, certamente quando o assunto é "QUAL A MELHOR ÁGUA?", o consenso é unânime: A melhor água é aquela que vem direto da fonte.

Como nem todos podem ter este prazer, a mesma indústria que pode nos colocar em dúvida, também nos oferece grandes equipamentos que filtram e purificam a água da própria torneira. As empresas de saneamento fazem o trabalho mais pesado retirando as impurezas da água coletada, selecionando, depurando e acrescentando fluor e cloro. Estes filtros vendidos nas lojas especializadas, em geral são muito eficientes e se transformaram hoje em dia num grande e valioso aliado à nosso favor. Assim sendo, antes de usar a água mineral que pode ser considerada neste caso "PESADA DEMAIS" para uma terapia, é preferível usar a água da própria torneira, devidamente filtrada e purificada.

Quanto à temperatura da água, ideal é o mais natural possível (temperatura natural ao ambiente). Para pessoas que têm problemas nas amígdalas, preferivelmente morna.

==> Como a água pura age?

Consumindo água potável comum da maneira correta, purifica-se o corpo humano e isto torna todos os órgãos mais funcionais, melhor hidratados, proporcionando uma melhor vascularização, ou seja, o sangue circula melhor tanto nas veias quanto nas artérias, provocando assim, uma excelente oxigenação das células e, conseqüentemente, uma nutrição mais precisa de todos os pontos do organismo.

Os rins terão mais facilidade para filtrar o sangue e eliminar os resíduos não aproveitáveis, o cólon terá mais facilidade de absorção dos nutrientes, pois as dobras intestinais estarão da mesma forma melhor hidratadas, o que potencializa a sua capacidade de absorção de nutrientes. O fígado trabalha menos afogado de toxinas, o coração bate mais firme, o cérebro funciona melhor, os músculos respondem com mais rapidez e eficiência aos esforços necessários no trabalho e nos exercícios físicos, os ossos terão mais condições de absorver o cálcio, os cabelos tendem a não cair tanto, além e ficarem mais sedosos e fortes, a pele fica mais macia e rejuvenecida, as unhas terão um crescimento rápido e com qualidade, os olhos ficarão mais brilhantes, (dores de cabeça?...Nunca mais!), o ato sexual ficará mais intenso,

Você sabia que a ÁGUA cura diversas doenças?

Escrito por César Leite

Qua, 18 de Agosto de 2010 10:50

enfim, a saúde lhe rondará 24 horas por dia, sete dias por semana, 365 dias no ano e quantos mais você quiser.

Apenas bebendo água pura, as seguintes doenças serão curadas:

1. dor de cabeça
2. pressão sangüínea/hipertensão
3. anemia (sangue insuficiente)
4. reumatismo (dor nas juntas/músculos)
5. paralisia geral
6. obesidade
7. artrite
8. sinusite
9. taquicardia
10. tosse
11. asma
12. bronquite
13. tuberculose pulmonar
14. meningite
15. pedra nos rins
16. doenças urogenitais
17. hiper-acidez
18. gastroenterite
19. disenteria
20. "piodapse" retal
21. constipação
22. diabetes
23. doenças nos olhos
24. hemorragia oftálmica & oftalmia (olhos vermelhos)
25. menstruação irregular
26. leucemia (sangue branco)
27. câncer uterino
28. câncer do seio
29. laringite, etc

CONCLUSÃO:

Consulte o seu médico e pergunte se ele o(a) autoriza usar a aquaterapia. Talvez ele indique ou não, vai depender exclusivamente dele. Esta matéria não é uma consulta médica, mas sim, uma consulta popular. Acima de tudo, mas, acima de tudo mesmo, você precisa colocar em sua mente que: **"SÓ FAÇO O QUE ME DÁ PRAZER, AQUILO QUE ME FAZ SENTIR BEM-ESTAR"**

Fora disto, nada deve ser feito por imposição e/ou mera sugestão, a não ser por determinação e/ou aconselhamento médico especializado, afinal, você não quer entrar numa fria não é mesmo?

Você sabia que a ÁGUA cura diversas doenças?

Escrito por César Leite

Qua, 18 de Agosto de 2010 10:50

Tudo o que o ser humano precisa e procura é o seu BEM-ESTAR e dos que o rodeiam. Faça tudo com prazer, sem culpas, porém, com muitas cobranças sim, pois só através do autoquestionamento é que podemos encontrar o caminho mais adequado às nossas expectativas.

Seja sempre feliz SEMPRE FELIZ!