(Continuación)

"La vida en nuestro planeta se fundamenta en agua y minerales," así lo afirma el Dr. Jackson Stockwell, médico estadounidense, autor y director de clínica en Salt Lake City, Utah. Considera una esperanza de vida de 100 a 120 años e incluso más como algo ...

"La vida en nuestro planeta se fundamenta en agua y minerales," así lo afirma el Dr. Jackson Stockwell, médico estadounidense, autor y director de clínica en Salt Lake City, Utah. Considera una esperanza de vida de 100 a 120 años e incluso mucho más como algo normal.

El Dr. Stockwell se hizo muy conocido por su investigación y conferencias sobre el tema de la salud, en especial por la importancia de los minerales para el cuerpo humano. Aquí una de sus afirmaciones más reconocidas: "Un aporte suficiente de minerales es fundamental para la salud y muchas enfermedades podrían evitarse mediante una nutrición óptima. Nuestro organismo necesita diariamente 60 minerales diferentes, además de 15 vitaminas, 12 aminoácidos esenciales y 3 ácidos grasos esenciales."

En su conferencia, el Dr. Stockwell dice que en la tierra se conocen al menos cinco culturas en las que las personas viven entre 100 y 120 años. Entre ellas están los rusos de Georgia, los habitantes de Azerbaiyán, los armenios, un pueblo en los Urales del norte, un pequeño pueblo en el este de Pakistán, un grupo en el Tíbet occidental y dos grupos de pueblos de América del Sur. Todos ellos viven mucho más allá de los 100 años y los hombres siguen siendo completamente fértiles incluso después de cumplir los 100 años. ¿Qué tienen en común estos pueblos además de su longevidad?

Cada uno de estos pueblos vive aislado de toda civilización muy arriba cerca del límite de los árboles en las montañas, en un clima seco, con aire limpio. "Su agua potable así como el agua para riego de los campos es agua de glaciar. Cuando el glaciar se desplaza aproximadamente 10 cm por año, muele la roca bajo el hielo. En las épocas más cálidas del año, cuando el glaciar se derrite hasta la roca, el agua de glaciar arrastra roca molida consigo y la deposita en los campos de los agricultores que viven allí. Estos minerales se acumulan en el suelo de estas personas.

Las plantas reducen los minerales millones de veces. Los extraen en forma metálica (inorgánica) del suelo y los transforman en una forma orgánica, absorbible para el ser humano. Una planta funciona como una fábrica química, de modo que las personas obtienen

de forma natural todos los nutrientes necesarios que en las sociedades modernas deben ser suministrados como suplementos alimenticios", así lo expresa el Dr. Stockwell.

¿Por qué deben sublimarse los minerales? El Dr. Stockwell dice: "Uno podría comer todos los días en las mejores secciones de alimentos de las mejores tiendas de comestibles y aun así moriría de hambre por falta de minerales, porque los alimentos que crecen en nuestros suelos agotados prácticamente no tienen valor nutricional." Por eso los minerales deben sublimarse." La pregunta sobre si el agua mineral puede servir como proveedora de minerales, el Dr. Stockwell la responde con las siguientes palabras: "Realicemos un experimento: Tomen un litro de agua mineral y hiérvanlo hasta que no quede líquido. En cuanto a componentes sólidos encontrarán menos que un pequeño montoncito del tamaño de la cabeza de un alfiler. ¿Por qué entonces se sigue llamando agua mineral a este agua?"

A la cantidad relativamente baja de minerales en la mayoría de aguas minerales se suma además el problema de la baja biodisponibilidad. El cuerpo solo puede metabolizar una porción muy pequeña de los minerales del agua mineral.

It's good.
to be truu.