

PREGUNTAS FRECUENTES DE LOS BENEFICIOS DEL AGUA DE MAR

Por Carlos G. Dreyfus

Después de ver a una gran cantidad de personas que, interesadas en los Beneficios del Agua de Mar, preguntan a los más apegados por sus dudas e inquietudes, me permito compartir con ustedes estas preguntas/respuestas, sin pretender ser una autoridad en el tema ni decir la última palabra. Si hay algún error, que lo debe haber, pido disculpas y sugiero comentarlo para beneficio de nuestra comunidad.

- **¿Como tomar Agua de Mar?**

R/ el ADM (agua de mar) tiene 35 gm. de sales minerales por litro de agua. Esta es una concentración mayor que la que puede soportar nuestro organismo. Se puede tomar así, pero la carga de minerales es muy grande para la mayoría de las personas. Por ello debemos beberla en forma ISOTONICA (iso = igual concentración de sales que dentro de la célula). Esto es 9 gramos de sales por litro. Para ello la diluimos con agua dulce o con otra bebida natural. La proporción recomendada es 1 porción de ADM por 3 porciones de agua. Con esta proporción obtenemos una bebida isotónica que no nos producirá ninguna reacción adversa. Si queremos mejorar la experiencia, podemos agregarle el jugo de un limón o algún jugo de frutas.

- **¿Porque tomar Agua de Mar?.**

El Agua de Mar tiene todos los elementos de la tabla periódica. Gracias a la Biocenosis del mar, están biodisponibles. Los microorganismos, el fito plancton y el zooplancton los ponen en posibilidad de ser aprovechados por nuestro organismo; de la misma manera que los vegetales poseen los nutrientes necesarios para la vida de todos los animales, gracias a la transformación de los minerales y materia orgánica del suelo por los microorganismos presentes en él.

- **¿Está contaminada el ADM?**

R/ El ADM no se puede contaminar por patógenos de origen terrestre debido al fenómeno de la OSMOSIS. La osmosis es el fenómeno físico por medio del cual, si se tienen dos fluidos de diferente concentración de sales separados por una membrana permeable, el agua viajará desde la de menor hacia la de mayor concentración.

Si una bacteria, virus u hongo de origen terrestre caen en el mar, por acción de la osmosis, se deshidratará y se desactivará. Esto garantiza que el ADM no se puede contaminar. La osmosis toma su tiempo para actuar. En los lugares puntuales donde se depositan desechos de origen terrestre, no es recomendable tomar agua. Lo correcto es

buscar lugares donde garanticemos que la osmosis ha tenido suficiente tiempo para actuar.

Otro tema a tomar en cuenta es el de la polución. Ésta es la suciedad que vertimos al mar, la basura que llevan los rios, los detergentes, los químicos que salen de nuestras fabricas y que vertimos a los rios y estos al mar. La polución no es contaminación, son materiales inertes que de alguna forma afectan la calidad del agua.

El mar tiene una maravillosa cantidad de vida en sus entrañas. Es la biocenosis. Son los miles de millones de microorganismos que juntos atacan estas sustancias y las desactivan. En una gota de agua hay miles de millones de virus y bacterias asi como algas y animales y muchos otros elementos más. Así como la biocenosis del suelo descomponen los elementos de éste y los hacen disponibles para las plantas para ser absorbidos luego por los animales que nos alimentamos de ellas, así la biocenosis del mar procesa todas las sustancias que le lanzamos y las convierten en elementos biodisponibles para nosotros y para toda la fauna y flora terrestre.

- **¿Y que de los metales pesados?.**

R/ Los metales pesados, así como todos los elementos de la tabla periódica se encuentran presentes en el ADM. También están en la atmósfera, en el aire que respiramos, en el agua que bebemos, en los alimentos que consumimos. Éstos en mayor o menor grado son necesarios para el correcto desenvolvimiento de nuestras funciones celulares. De nuevo entra en función la biocenosis del mar. Por su acción todos estos elementos se convierten en biodisponibles.

El Dr. Angel Gracia, en su libro La dieta del Delfín, pagina 130, dice:

“Metales pesados, Perricone y quelación. Cuando Nicholas Perricone menciona en su libro *“Health, Beauty and Longevity”* los temas del <<**material radioactivo** y los **metales pesados**>> que el agua de mar es capaz de inactivar, en realidad, no explica a qué se debe, aunque apunta a que los químicos del fitoplancton son capaces de hacer la tarea de la **dequelación.**”

- **Soy Hipertenso. Como afecta mi presión arterial?**

R/ Según estudios y experiencias médicas de personas que consumen agua de mar, la presión arterial no se afecta por éste. Lo que afecta la presión arterial es el consumo de cloruro de sodio o sal común. En el ADM no hay sal común, lo que hay son los elementos de la tabla periódica en forma de iones. La mayor cantidad de estos son los iones de cloro así como iones de sodio, de magnesio, de potasio, de calcio y todos los otros elementos. Cuando se evapora el agua del ADM, éstos iones se asocian entre ellos y

forman las diferentes sales que conforman la sal marina; cloruro de sodio, cloruro de calcio, cloruro de magnesio, cloruro de potasio y un sin fin de sales más.

La sal común es el producto de un proceso de refinado y blanqueado de la sal marina donde le son extraídos todos estos elementos dejando solo cloruro de sodio puro.

Mientras la sal marina es alimento natural, la sal común es un veneno que mata, lentamente pero mata.

El Dr. Angel Gracia, en su libro La dieta del Delfín, pagina 124, dice:

“El agua de mar que mantiene su “sabor salado” por el sodio, tiene **efectos diuréticos y laxantes**, gracias a los coloides disueltos en ella que estimulan la diuresis y facilitan la defecación. Lo que beneficia a las personas con hipertensión, la mayoría de las cuales ,además, padecen de obesidad, ya que alivia la sobrecarga de líquidos que son eliminados con mayor facilidad.”

- **¿Como la guardo?**

R/ No se necesitan procedimientos especiales para almacenarla. Así como en su estado natural está al aire libre como la ha estado por los últimos millones de años sin dañarse, así la podemos guardar en nuestra casa si preocuparnos por su caducidad. La única recomendación sería de guardarla en un lugar alejado de la luz del sol directa, ya que ésta podría acelerar el crecimiento de algas, lo que tampoco invalidaría su uso.

- **¿Cuanto tiempo dura?**

R/ No tiene fecha de caducidad. Tiene algunos millones de años en estado salvaje y no debe preocuparnos que se nos corrompa. Solo debemos tener el cuidado cuando la colectamos que no tenga mucha materia orgánica en suspensión porque esta podría descomponerse y darle un mal aspecto, lo que tampoco debería preocuparnos.

- **¿Como la obtengo?**

R/ Se puede recoger en cualquier playa o lugar que esté apta para el baño. La técnica es muy sencilla: Se introduce el recipiente tapado hasta la altura de las rodillas. Una vez allí se destapa y se le permite entrar el agua de medio nivel. Las grasas y aceites son menos pesados que el agua, por lo que se encuentran en la superficie. En el fondo se hallan los sedimentos y las arenas. A nivel medio se encuentra limpia y apta para beber.

- **¿Daña los riñones?**

R/ El ADM es diurética. Al ingerirla isotónica entra en perfecta armonía con nuestro organismo.

El Dr. Angel Gracia, en su libro La dieta del Delfín, pagina 124, dice:

“En 1911 Vincent descubrió que el nefrón, la unidad renal encargada de depurar la sangre (cada riñón tiene un millón de nefrones) funciona como una bomba de

contraósmosis en la que son imprescindibles cantidades de agua y de elementos coloidales en las cantidades óptimas biodisponibles que suministra el agua de mar hipertónica.”

- **¿Me causará deshidratación?**

R/ El ADM ingerida en forma isotónica no solo no nos deshidratará, sino que por el contrario contribuirá a una hidratación natural y equilibrada. No solo ingerimos agua sino todos los minerales que hemos perdido durante el ejercicio y las actividades diarias. El organismo es capaz de hidratarse más eficientemente que si solo tomáramos agua. Es la bebida isotónica perfecta. Nuestras células están rodeadas por Agua de Mar.

- **¿Me dará diarrea?**

R/ La defecación líquida que se presenta al inicio de la práctica de tomar ADM es una depuración intestinal beneficiosa. En ningún momento es una diarrea infecciosa. Ésta desaparece una vez el organismo se acostumbra a los nuevos niveles de ingesta de sal saludable.

- **¿Cura alguna enfermedad?**

R/ El ADM no es una panacea. No cura ninguna enfermedad que se haya vuelto crónica. La característica principal es que es el nutriente celular perfecto. Las células al estar correctamente nutridas son capaces de efectuar su labor de autoreparación de la mejor manera posible.

- **¿Hay contra indicaciones?**

R/ Ninguna. Al ser un elemento eminentemente natural es perfectamente asimilada por nuestro organismo. La única recomendación, como en todo, es evitar el abuso.

- **¿Que cantidad se recomienda al día?**

R/ Se recomienda no ingerir más de 1/2 litro de ADM hipertónica al día. Esto sería equivalente a 2 litros de ADM isotónica 1x3. Menos de esto es decisión de cada quien. Recordemos que al no ser producto químico no debemos temer de una sobredosis. Escuchemos a nuestro cuerpo. Él nos dirá cual es la dosis mejor para nosotros.

- **¿Otros usos?**

R/ El ADM tiene múltiples usos, además de ser una bebida ideal:

- Descongestionante de las vías respiratorias.
- Desinfectante por su capacidad antibiótica.
- Hidratante de la piel,
- Ideal para enjuagues bucales
- buena para panadería,
- en la mesa para condimentar ensaladas

- para hacer paellas,
- para cocinar pastas
- para hacer sopas
- para lavar o descogelar pescados
- para lavar verduras y frutas
- para obtener sal marina, la flor de las sales
- para cocinar mariscos.
- **¿Donde Obtengo más información?**

R/ existen muchos sitios y videos con información valiosa de los beneficios del Agua de Mar:

<http://www.aquamaris.org/consejos-practicos/>

<http://www.solucionesnaturales.es/sintesis-sobre-el-agua-de-mar/>

http://m.taringa.net/post/salud_bienestar/Beneficios_al_tomar_agua_de_mar-9705129.htm

http://m.taringa.net/post/ciencia_educacion/Rene_Quinton_un_sabio_en_el_olvi-16799950.htm

http://m.taringa.net/post/salud_bienestar/Agua_de_mar_Usos_curativos_Part-16888117.htm

<http://youtu.be/uMttvs6QSU>

<http://elaguademar.wordpress.com/2013/07/04/minerales-y-agua-de-mar/>

http://eltuboadventista.com/mobile/watch_video.php?v=12NG867RURG4

<http://www.comserpro.com/temasyarticulos/salesmm.php>

<http://www.aquamaris.org/consejos-practicos/>

http://m.taringa.net/post/salud_bienestar/Beneficios_al_tomar_agua_de_mar-9705129.htm

<http://youtu.be/4BsYaD8l6vw>

<http://joseppamies.wordpress.com/2013/07/04/recomendaciones-para-personas-con-cancer/>

<http://joseppamies.wordpress.com/2013/07/08/el-agua-de-mar-revoluciona-nicaragua-y-desenmascara-los-intereses-farmaceuticos/>

<http://elaguademar.wordpress.com/2013/07/28/la-verdad-sobre-sal-es-beneficiosa-para-tu-salud-o-te-esta-matando/>

<http://elaguademar.wordpress.com/2013/07/28/la-sal-del-himalaya-fuente-de-vida/>

http://m.youtube.com/watch?feature=youtu.be&v=FQzFqLUpMmU&desktop_uri=%2Fwatch%3Fv%3DFQzFqLUpMmU%26feature%3Dyoutu.be
<http://www.doylet.org/aguaDeMar/>

<http://atodounpoco.blogspot.com/2011/08/el-agua-de-mar-y-el-cuerpo-humano.html?m=1>

<http://www.doylet.org/aguaDeMar/#tope>

http://m.youtube.com/watch?feature=youtu.be&v=wzWlzhkCOVI&desktop_uri=%2Fwatch%3Fv%3DwzWlzhkCOVI%26feature%3Dyoutu.be

RECOMENDACION FINAL

Investigue la HOJA DE RUTA DE LA SALUD: SOL, EJERCICIOS, ALIMENTACION ALCALINA Y AGUA DE MAR.

Panamá, 14 de octubre de 2013