



RAPPORTO SPECIALE SULLA SALUTE: Perche' La Vostra Alimentazione Non E' Piu' Buona Per Voi Come Lo Era Un Tempo?

Se Ne Avete Abbastanza Di Essere Stanchi Tutto Il Tempo, Questa Potrebbe Essere La Lettera Piu' Importante Che Abbiate Mai Letto.

Dalla scrivania di Laura Rossi, 10:15am

Cara Amica,

Non te ne rendi ancora conto, ma nei prossimi 5 minuti scoprirai come tu possa avere energie e vitalita' illimitate, un forte sistema immunitario e sconfiggere lo stress facendo una semplice cosa ogni giorno...

Ma per prima cosa ti riconosci in cio' che sto per dirti?

Ti svegli gia' stanca e vorresti poter rimanere a stringerti sotto il caldo piumino.

Ti trascini contro voglia fuori dal letto e scendi giu' per la tua prima dose giornaliera di caffeina che ti rianima quel tanto che basta ad iniziare la giornata.

Dopo un po' di ore, pero', senti che le tue energie iniziano a calare cosi' hai bisogno di piu' caffe' o di uno spuntino zuccheroso per andare avanti.

Dopo la corsa iniziale ti senti ancora piu' stanco ed esausto.

La stanchezza sembra essere giusto dietro gli occhi e non ha importanza quante tazze di caffe' o quanti spuntini zuccherosi tu abbia preso: essa e' sempre li'!

Ti rendi conto che devi ricorrere alla vera e propria forza di volonta' solamente per riuscire a far fronte alla giornata.

Ogni piccolo compito costituisce uno sforzo tale da farti sentire esausto.

Tutto cio' che vorresti fare e' andare a letto e dormire per mille anni

Se ti riconosci in cio', allora c'e' una semplice spiegazione del perche' tu ti senta stanco tutto il tempo: cio' e' esattamente come ero solita sentirmi.

Un assoluto dato di fatto: negli anni '50 il dottor Linus Pauling, la sola persona al mondo a vincere il premio Nobel per la pace ed uno che visse piu' di 90 anni, stupi' il mondo medico quando disse: "Potete ricondurre tutte le malattie, i disturbi e le indisposizioni ad una carenza di minerali"

Avevo finalmente compreso la ragione della mia stanchezza e forse anche della tua.

In precedenza non avevo mai compreso l'importanza dei minerali.

Quando leggerai ogni singola parola di questa lettera, scoprirai perche' hai bisogno di minerali. Pensavo che, semplicemente sottoponendomi ad una dieta sana, avrei ottenuto tutti i miei bisogni nutrizionali dai cibi che mangiavo e forse lo pensavi

anche tu, non e' vero?

Ero solito, prendermi cura di cio' che mancava comprando al supermercato, per soli 5.99 euro, il mio integratore coprensivo di vitamine e minerali.

Quanto mi sbagliavo....

Il Vertice sulla terra, tenutosi a Rio nel 1991, ammoni' che il suolo mondiale aveva subito una diminuzione del suo contenuto di minerali pari al 72% in Europa ed all'85% in America.

Il che significa che la maggior parte di noi sta mangiando cibi privi dei principi nutritivi appropriati.

Il Vertice dichiaro' inoltre che prendere sani integratori doveva essere un obbligo e non una moda.

Lo scorso mese i quotidiani nazionali britannici pubblicarono i risultati di uno studio che mostra quanto sia serio il problema. Il titolo era:

"Perche' la vostra alimentazione non e' semplicemente piu' buona per voi di quanto lo fosse un tempo?"

Daily Mail, Febbraio 2006

Lo studio provo' che il cibo era migliore per noi negli anni '40 e dichiaro' che il valore nutrizionale (principalmente il contenuto minerale) di molti alimenti e' crollato negli ultimi 60 anni.

Esso evidenzio', inoltre, il fatto che la maggior parte dei nostri cibi non ci stanno dando i principi nutritivi essenziali di cui abbiamo bisogno per poter godere di buona salute e vitalita'.

La Commissione sull'alimentazione che condusse lo studio trovo' che negli ultimi 60 anni il latte ha perso il 21% del suo contenuto di magnesio, il 2% di quello del calcio ed il 62% di quello del ferro. Lo stesso dicasi per la carne, che ha perso un considerevole 50% del suo contenuto di ferro. Cio' significa...

Avrai bisogno di mangiare il doppio della carne che avresti mangiato 60 anni fa se vuoi ottenere gli stessi benefici nutrizionali

Ti ricordi quando da bambina ti dicevano: "Una mela al giorno toglie il medico di turno?"

Oggi giorno potresti doverne mangiare 2 o 3 per ottenere la stessa quantita' di vitamine e minerali.

Chiaramente, cosi' come la tua macchina ha bisogno di petrolio per andare avanti, anche il tuo corpo necessita di carburante sotto forma di cibo nutriente di buona qualita'.

Hai infatti notato come si muove la tua macchina quando hai poca benzina? Sobbalza un pochettino, non e' vero? Ci mette un po' di tempo quando deve accelerare ed andare in salita, giusto?

Vale lo stesso anche per il tuo corpo. Se non ci sono abbastanza vitamine, minerali ed altri importanti elementi nutritivi nel tuo cibo, allora il tuo corpo iniziera' ad andare piu' lentamente, a perdere energia e vitalita' ed infine a logorarsi piu' rapidamente. Il che significa malattie e disturbi.

Fermati a pensare: sta il tuo corpo funzionando al meglio? Salti giu' dal letto ogni mattina come un bambino di 2 anni che, pieno di entusiasmo, e' pronto ad iniziare la giornata? Oppure vorresti, come molte persone, che la giornata fosse finita ancor prima di iniziare?

"Sembra che il tuo corpo abbia bisogno di piu' di 50 differenti tipi di minerali per funzionare propriamente"

Mentre una pianta ne ha bisogno solo di 7.

Gli scienziati stanno collegando questa carenza nutrizionale a tutti i tipi di malattie ed indisposizioni come per esempio il largamente diffuso incremento di cancro, malattie cardiovascolari, diabete, artrite ed altre malattie degenerative.

Le carenze minerali spesso hanno inizio con una carenza di energia, sintomi??? Infezioni ricorrenti ed un basso livello di immunita'. Il collegamento con la salute dei bambini e' inoltre sorprendente. Disordini comportamentali, carenza di concentrazione, dislessia e scarse prestazioni sono state tutte correlate al non avere abbastanza minerali nel corpo.

Lascia che ti chieda:soffri di qualcuno di questi sintomi?

- Carenza di energia e vitalita'
- Basso livello immunitario ed infezioni ricorrenti
- Scarso sonno
- Mali e dolori
- Suscettibilita' a raffreddori,influenza ed infezioni
- Unghe fragili e pelle e capelli opachi
- Invecchiamento prematuro
- Aumento di peso
- Ardente desiderio di cibo
- Dipendenza dal cibo
- Stanchezza ed irritabilita'
- Depressione e cambiamenti d'umore
- Scarsa cicatrizzazione delle ferite
- Suscettibilita' allo stress
- Tensione mentale
- E molte alter ancora....

Se soffri di una o piu' di queste condizioni,ci sono elevate probabilita' che tu stia soffrendo di carenze minerali,ma quali minerali?

I minerali svolgono un ruolo molto importante per la tua salute

Per esempio,la funzione primaria del ferro e' quella di trasportare ossigeno attraverso il tuo corpo. Il magnesio e' usato per costruire le ossa,rilasciare energie e regolare la temperatura corporea. Il calcio e' importante per rendere forti le tue ossa ed i tuoi denti ed e' inoltre essenziale per far funzionare bene i tuoi nervi ed i tuoi muscoli. L'incanutirsi dei capelli e' stato collegato ad una carenza di rame.Se non assumi i corretti minerali nella tua dieta, allora le tue cellule non potranno comunicare come si deve e cio' potrebbe condurre allo disfacimento del corpo ed a un prematuro sviluppo di malanni ed indisposizioni.

I minerali sono cosi' importanti perche' costituiscono i pilastri basilari della vita,visto che ogni cellula del nostro corpo ha bisogno di minerali per funzionare adeguatamente.

Il tuo corpo non puo' produrre minerali,cosi' necessita una regolare assunzione di essi.Ecco perche' e' importante continuare a sostituirli. Normalmente essi provengono dal tuo cibo anche se,come i quotidiani stanno ora dicendo,la maggior parte dei cibi che mangiamo oggi sono seriamente impoveriti di minerali.

In altre parole,qui in Occidente,siamo ben nutriti,ma dal punto di vista nutrizionale moriamo di fame.

“Cosi' che fine hanno fatto tutti I minerali?”

Come probabilmente sai gia', i minerali nel tuo cibo in relta' provengono dal suolo nel quale le piante vengono fatte crescere.Quando la pianta fa sbocciare i fiori e produce i suoi frutti,i minerali vengono succhiati fuori dal suolo attraverso le radici della pianta e trasferiti nel frutto. Una volta che il frutto od il vegetale e' maturo, viene raccolto e mangiato idealmente il prima possibile.Pensi che il suolo debba essere riempito di minerali prima che la prossima coltivazione venga seminata, giusto? Sbagliato!

I moderni metodi di coltivazione,attraverso fertilizzanti,reimmettono nel suolo solamente 3 minerali essenziali:NPF-Nitrogeno,Potassio e Fosfato. Se fai bene I calcoli puoi vedere da solo che manca qualcosa,infatti ci sono molti minerali mancanti.

“I minerali sono stati lentamente rimossi dal suolo a partire dagli anni '50”

Prima degli anni '50 e specialmente durante gli anni della guerra dipendevamo dai tradizionali metodi di coltivazione che rimiralizzavano costantemente il suolo.

Tali metodi includono la “rotazione delle coltivazioni” ovvero il piantare nei campi una coltivazione diversa ogni anno in modo tale che si possano far crescere patate un anno,carote il successivo.Cio' e' importante perche' certi vegetali sottraggono alcuni minerali dai campi. Un altro metodo consisteva nel tenere I campi a maggese,ovvero nel farli riposare ad anni alterni.

Questi metodi tradizionali sono notevolmente efficaci ed hanno permesso pure alle piu' piccole tra le isole di sfamare per migliaia di anni le loro crescenti popolazioni.

“Comunque negli anni '50 tutto cio' giunse ad una conclusione”

Questo periodo vide inoltre la nascita dell'industria chimica che diffuse l'uso di fertilizzanti,pesticidi ed insetticidi,usati per decenni nel suolo allo scopo di ottenere coltivazioni piu' grandi e piu' belle..

Dimenticammo I nostri metodi tradizionali e non ci lamentammo poiche' il cibo divenne piu' economico e complessivamente potevamo spendere di piu' in vestiti,musica ed ,in seguito, elettrodomestici.Crebbe la domanda di alimenti sempre piu' economici,i supermercati dominarono la scena e finimmo con la situazione che abbiamo ora:bei cibi vuoti con un basso contenuto nutritivo e senza sapore,obesita' rampante e malattie.

I campi furono utilizzati per far crescere intensivamente un solo tipo di coltivazione.

Cosi' ora I nostri contadini fanno crescere solamente un vegetale nello stesso campo,anno dopo anno,e vi mettono una gran quantita' di fertilizzanti artificiali come per esempio l'NPF(nitrogeno,potassio e fosfato),ma il suolo e' morto. Ricordo di aver letto un articolo sul giornale riguardante un contadino che parlava delle condizioni del suolo.Egli diceva che 40 anni fa,durante la stagione della semina,il suolo era solitamente costituito da spesse zolle e c'erano stormi d'uccelli pronti a banchettare con i vermi della terra nuovamente esposti all'aratro.

“A quei tempi si poteva odorare la bonta' del suolo”

Oggigiorno il suolo si sgretola nelle tue mani e non ci sono uccelli e vermi.Gli insetti,inoltre,sono stati da tempo sterminati da erbicidi e pesticidi. Olretutto non ha odore:si tratta di un suolo sterile che non nutre il nostro cibo. Anche tu puoi sentirne la differenza e cio' mi rende triste.

L'anno scorso venne analizzato il sangue di una ragazza apparentemente sana e la ricerche trovarono nelle sue cellule tracce di fertilizzanti chimici banditi,come per esempio il DDT. Tali sostanze chimiche sono state messe al bando nel Regno Unito;tuttavia, se stiamo mangiando cibi importati da altri paesi ,significa che esse potrebbero non essere bandite in paesi piu' poveri. La prossima volta che mangi una mela comprata al supermercato, prova a pensare a che cosa stai realmente mangiando.Si tratta veramente di una mela o di una miscela chimica?

“Qual e' dunque l'effetto di mangiare questi cibi vuoti?”

Bene,per prima cosa mangiamo piu' in quantita' per compensare cio' che non otteniamo in qualita'.

A cio' potrebbero essere attribuiti i cronici livelli di obesita' in questo paese.

Le persone non mangiano di piu' perche' hanno fame,ma semplicemente perche' il loro corpo cerca un maggior numero di principi nutritivi,cosicche' sono portate a mangiare di piu' per compensare cio' che manca nella loro dieta. Oppure consumano cibi inadatti.

Ti e' mai capitato di mangiare una mela e poi,dopo solo 30 minuti,ti sei ritrovato a cercare uno spuntino nel frigo?

“Questo e' un classico esempio di carenze minerali”

Tutti sappiamo che le donne incinte fanno cose strane come mangiare sporcizia o carbone per soddisfare le loro carenze minerali.Si tratta di una condizione riconosciuta chiamata “Pica”. Tuttavia non devi necessariamente essere incinta

o donna per soffrire di “Pica”. Puoi anche avere una dipendenza da cibi ipercalorici,caffe' o dolci.

Negli ultimi 30 anni ci siamo certamente riempiti di vuote calorie e,come risultato,in questo paese si hanno piu' malattie,morti premature e cattive condizioni di salute di quanto fosse mai stato riscontrato prima.

Gli ambulatori medici sono superaffollati e gli ospedali non riescono a far fronte al gran numero di pazienti.

L'infarto e' la principale causa di morte in Europa,seguita da vicino dal cancro.Malattie come per esempio l'artrite ed il diabete ,che un tempo erano solite colpire solo gli adulti,sono ora diffuse anche tra i bambini.Sembra assurdo che cio' possa essere dovuto ad una cosa cosi' semplice,non e' vero?

“Sapevi che tutte queste malattie vengono curate negli animali?”

Ebbene si'! Il dottor Wallach,una ben conosciuta autorita' nel campo delle carenze minerali ed ex veterinario diventato ora medico naturopatico,asserisce che oggi vitamine e minerali possono prevenire e curare malattie efficacemente ed a basso costo.

Egli fa presente che vitamine e minerali sono stati aggiunti regolarmente all'alimentazione degli animali per assicurare che rimangano sani. Nel 1957 meta' della popolazione americana di tacchini mori' di ictus.In seguito ad ulteriori esami,vennero diagnosticati con una considerevole carenza di rame dovuta alle palline di cibo che gli venivano somministrate.Le arterie hanno bisogno di rame per rafforzarsi.

L'anno successivo il contenuto di rame nel loro cibo era raddoppiato e la percentuale di mortalita' dovuta ad ictus crollo' fino a toccare lo 0%. Walch dice che la medicina moderna ignora il ruolo svolto dalla nutrizione sulla salute.

“Non pensate che sia sensato praticare la prevenzione delle malattie anche sugli esseri umani?”

Cio' e' esattamente come le comunita' indigene africane ed asiatiche riescono a vivere senza dottori ed ospedali.Spesso esse hanno accesso ad ambienti ricchi di minerali,come per esempio la comunita' Hunza nell'India settentrionale.Nel 1926 il ricercatore britannico Sir Robert McCarrison condusse uno dei piu' strabilianti esperimenti volti a dimostrare il collegamento tra dieta e salute. La gente Hunza era rinomata per la sua eccellente salute ed estrema vitalita':essi vivevano fino a 100,110,120 e qualche volta anche fino a 140 anni.

Questa gente non ha i nostri soliti malanni,come per esempio indisposizioni cardio-vascolari,cancro,artrite,alta pressione sanguigna, diabete, tubercolosi,allergia al polline,asma,mal di fegato,calcoli alla vescica,costipazione o molte altre indisposizioni che tormentano il resto del mondo.

Il dottor McCarrison disegno' un'intera serie di esperimenti al fine di determinare quanto grande fosse l'influsso svolto dalla dieta degli Hunza sulla loro eccezionale salute e longevita'. Nel primo esperimento,a 1189 ratti albinosi venne somministrata la dieta Hunza direttamente dalla nascita.Essa consisteva di un intero pasto fatto di pane con un tocco di burro fresco,legumi germogliati,carote e cavoli freschi e crudi,latte intero non bollito ed,una volta a settimana,una piccola porzione di carne ed ossa.Gli veniva inoltre messa a disposizione tanta acqua per poter bere.

“Ai ratti venne somministrata questa dieta per 27 mesi..

cioe' l'equivalente di 45 anni umani,poi furono uccisi e scrupolosamente esaminati. Sorprendentemente nessuna traccia di malattie fu trovata nei loro corpi!

Il dottor McCarrison replicò nel suo laboratorio la dieta di bassa qualità di una povera regione rurale dell'India. Durante questo esperimento di più larga scala, a 2243 ratti venne somministrata una dieta scarsa di vitamine, minerali ed altri importanti principi nutritivi. I risultati sugli animali rispecchiarono le condizioni fisiche dei milioni di persone che vivevano in questa regione. Il risultato...

“I ratti avevano malattie in ogni angolo del loro corpo”

Il dottor McCarrison scoprì che la ragione di tali eccellenti condizioni di salute della gente Hunza era anche dovuta al “latte glaciale” che bevevano. Esso consisteva di acqua raccolta dai fiumi ghiacciati dei ghiacciai millenari, contenenti minerali provenienti da piante antiche. Questa nutriente miscela nutre anche i loro fiumi e suoli per produrre frutti e vegetali organici nutrizionalmente ricchi.

I minerali che mangiavano gli Hunza erano naturali, cioè derivanti da piante.

Questi sono spesso conosciuti come minerali ionici o colloidali: ciò significa che le particelle ioniche hanno una dimensione minuscola. Ognuna di queste minuscole particelle è carica elettronicamente, cosicché entra nel corpo molto facilmente ed inizia a funzionare subito. Questi sono i tipi di minerali trovati nelle piante e nei vegetali. C'è un'enorme differenza tra i minerali metallici e quelli vegetali.

“Confronta ciò con gli integratori vitaminici e minerali che puoi comprare nei negozi, che sono spesso costituiti da pietra o combinazioni chimiche realizzate in laboratorio e non sono facilmente assorbiti dal corpo”

Lascia che ti faccia un esempio: il ferro!

Puoi ottenere il ferro dagli spinaci oppure potresti masticare una barra di metallo (lo so quale preferirei!). Lo stesso dicasi per il calcio: se vai dal medico e ti diagnostica una carenza di calcio, potrebbe poi suggerirti di prendere il carbonato di calcio, o gesso. Alternativamente potresti mangiare alcuni broccoli ed ottenere il tuo quantitativo di calcio. Il solo svantaggio è che hai dovuto mangiare circa 5 libbre di broccoli per ottenerne la stessa quantità!

I minerali metallici sono spesso economici e sotto forma di tavoletta. Essi non vengono assorbiti molto bene, cosicché passano direttamente attraverso il tuo corpo. Che spreco di denaro!

“Il tuo corpo risponde molto meglio a minerali provenienti da fonti vegetali idealmente sotto forma di liquido colloidale”

Alcuni dottori potrebbero dirti inopportuno di lasciar perdere i minerali e che sarai a posto con una normale dieta bilanciata. Ma cos'è una normale dieta bilanciata? Se ad una bistecca manca il 50% del ferro, ciò significa che devi mangiare un sacco di patate, mezza mucca ed un po' di cavoli per ottenere gli stessi principi nutritivi che eri solito ottenere da un pasto 40 anni fa?

Pure se mangi cibo organico, non è abbastanza per compensare i minerali mancanti.

Sebbene il cibo organico abbia un sapore migliore, ha pur sempre livelli ridotti di minerali. Perché? Perché il suolo sta ancora recuperando dai danni provocati dai metodi di coltivazione intensiva utilizzati durante gli ultimi 60 anni. Si tratta di un lento recupero. Dal momento che i cibi organici stanno lentamente diventando di moda, si stima che ci potrebbero volere 25 anni prima che i loro livelli di minerali abbiano riguadagnato i livelli che avevano nell'anteguerra.

Vuoi aspettare così tanto?

Confronta ciò a quello che compri nei supermercati: dietro il bel frutto sgargiante c'è infatti una storia differente. Tale frutto è probabilmente vecchio di

un anno, e della stagione precedente, ed è stato conservato in magazzini sotterranei e ricoperto con diossido di carbonio in modo che non maturi. Ciò significa che possiamo avere mele durante tutto l'anno, ma che dire a riguardo del loro contenuto nutrizionale? Come puoi immaginare, è abbastanza basso.

“Gli antichi sapevano tutto riguardo all'importanza dei minerali nella nostra dieta”

Ogni anno il fiume Nilo, in Egitto, era solito rompere gli argini e straripare nella terra agricola circostante. Il limo ricco di minerali proveniente dal letto del fiume era solito agire come fertilizzante per le coltivazioni. Questa annuale mineralizzazione garantisce all'Egitto di essere una delle più forti e prospere nazioni dei tempi antichi.

Ai giorni nostri questo è ancora un ciclo regolare, sia pure più controllato. Nonostante ciò, l'Egitto costituisce ancora, per il Regno Unito, una fertile risorsa di tanti frutti e vegetali.

“Pure i Romani consideravano importanti i loro minerali”

Ai tempi dell'Impero Romano, gli stipendi dei soldati e degli impiegati statali venivano pagati sotto forma di sale. Questa, comunque, è l'origine della parola salario che in latino significa “paga di sale”. Questa “paga di sale” veniva estratta dagli schiavi che scavavano nei depositi di sale collocati in profondità nelle viscere di Madre Terra. Tale sale non era processato chimicamente come lo sono i nostri sali da tavola. Come risultato, esso era letteralmente l'elemento nutrizionale più sano che un soldato romano potesse consumare, poiché forniva giornalmente il 100% degli elementi minerali di base.

Esso consentiva ai legionari di marciare per lunghe distanze e di combattere con maggior forza e meno stanchezza nei molteplici fronti di battaglia dell'Impero Romano. Questa “paga di sale” fu una delle ragioni primarie per cui Roma conquistò il mondo.

“C'è un fatto poco conosciuto...”

Quando i coloni americani iniziarono a spostarsi verso Ovest, erano alla ricerca di un suolo sostenibile ricco di minerali. Dopo aver acquisito la loro terra, erano soliti fondare una colonia e poi iniziare a coltivare la terra. Essi trovarono che, dopo circa 4 anni, gli animali iniziarono ad ammalarsi e che, se non si fossero spostati alla ricerca di una terra migliore, anche loro avrebbero iniziato a soffrire di problemi di salute. Ci vollero solo 4 anni per rimuovere i minerali dal suolo e si trattava di minerali che erano stati lì per secoli.

Ti sembra che finora tutto ciò abbia un senso? Riesci a vedere quanto sia essenziale assumere integratori?

“Il Vertice sulla terra del 1991 disse che prendere integratori della salute non doveva essere una moda, ma un elemento essenziale per rimanere sani”

Comunque ci sono integratori ed integratori....

Un articolo su un quotidiano inglese disse che gli integratori della salute non sono ciò che sembrano..

Secondo l'organo di controllo alimentare del governo britannico - la Food Standards Agency - metà degli integratori contengono ingredienti irradiati. Ciò significa che milioni di persone che si suppone prendano integratori naturali vengono regolarmente ingannate.

Non solo questo. Considera ciò: Se prendi i tuoi integratori minerali dai negozi od attraverso ordine postale sotto forma di tavoletta, lascia che ti chieda: quanti minerali

pensi che ci siano dentro di essi? Spesso ne potresti trovare 3 o 4, ad esempio calcio, ferro, zinco, magnesio, ma sono solo 4 dei 52 di cui il corpo ha essenzialmente bisogno per poter funzionare; cosa mi dici dei restanti?

Se i tuoi minerali si presentano sotto forma di tavolette, essi provengono probabilmente da metalli o rocce e passeranno semplicemente attraverso il tuo organismo senza venire assorbiti. Di recente ho letto di un uomo la cui attività era quella di rifornire toilettes ai concerti rock. Per impedire che venissero intasate egli era solito installare un filo. In seguito, dopo aver fatto tale installazione nelle toilettes, rimase stupito di trovare così tante tavolette vitaminiche e minerali sulle quali e si poteva ancora leggere il logo dell'azienda produttrice.

“Esse erano passate ancora intatte attraverso i corpi della gente!”

Così, se vuoi spendere bene i tuoi soldi, devi assumere minerali liquidi colloidali che siano ionizzati ed elettronicamente carichi. Ciò significa che sono come minuscole pile che, appena messe in bocca, vengono assorbite immediatamente: il che vuol dire che iniziano a funzionare molto rapidamente. Così non ha importanza quanto sia efficiente il tuo sistema digestivo.

In realtà ci sono 3 differenti tipi di minerali: essenziali, tracciali e rari. I minerali essenziali sono richiesti in grandi quantità, mentre gli altri 2 sono necessari solamente in minuscole quantità, ma si ha bisogno lo stesso di tutti loro. La maggior parte della gente prende solo i 12 minerali essenziali.

Hai mai sentito parlare del reutenio, del niobio e del cesio? Penso di no! Sembrano qualcosa uscito da un film di fantascienza. Sono in realtà tutti minerali rari e si trovano in quantità ridotta in molti suoli, ma sono tuttavia necessari per il tuo corpo.

“Senza i minerali le vitamine non funzionano”

Giusto! Sapevi che le vitamine da sole non vengono facilmente assorbite dal corpo? Ecco perché la Natura, nella sua saggezza, fornisce sempre insieme vitamine e minerali, nei frutti e nei vegetali. Se stai prendendo un integratore minerale, devi assicurarti che contenga anche vitamine ed, ancor meglio, aminoacidi di cui il corpo ha bisogno per produrre le proteine e gli enzimi.

Dunque, qual è la soluzione?

2 anni fa, allo scopo di andare a fondo del mio inspiegabile problema di stanchezza, feci una ricerca sui diversi tipi di minerali presenti sul mercato. Iniziai con quelli che puoi comprare al supermercato per meno di 5 sterline. Sorprendentemente, trovai che non facevano tanta differenza nei miei livelli di energia. Allora passai a quelli venduti nei negozi di salute e trovai che questi costavano di più, ma tuttavia non c'era tanta differenza nella loro efficacia.

Poi andai su internet e scoprii gli integratori liquidi colloidali. Finalmente avevo trovato dei minerali che funzionavano.

Fu proprio durante questo periodo che mi imbattei nella Formula Unica di Matrice Minerale, che non era solamente deliziosa, ma forniva tutti e 3 i minerali (essenziali, tracciali, rari) che stavo cercando e pure altri importanti principi nutritivi.

Iniziai a prenderla e vidi che entro tre giorni le mie energie iniziarono ad aumentare considerevolmente. Entro un paio di mesi vidi che mi svegliavo rinvigorita e pronta per cominciare la giornata. Non mi addormentavo più di fronte alla TV e cominciai a socializzare di più. Questo integratore apportò un'enorme differenza sulla mia salute e sul mio benessere.

Scopri che migliaia di persone in piu' di 40 paesi nel mondo stavano godendo dei benefici salutari di questa formula supernutriente ed e' ora disponibile anche qui in Italia.

Ecco un assaggio dei risultati che otterrai con la nostra formula di matrice minerale.

- Piu' energia e vitalita'
- Migliore salute e benessere
- Aumentata resistenza allo stress
- Meno acciacchi e dolori
- Meno desideri ardenti di cibo
- Sonni migliori
- Sconfitta definitiva di stanchezza e spossamento#
- Spinta alle funzioni immunitarie
- Miglior concentrazione e funzioni cerebrali
- Migliore gestione del peso
- Pelle, capelli e unghie migliori
- Sintomi ridotti di malattia
- Una piu' sana digestione
- Migliori prestazioni sportive
- Aumentata disintossicazione
- Aumentato senso di benessere
- Un umore piu' equilibrato
- E tanto tanto di piu'.....

E' conosciuta come la **Soluzione Nutritiva** in questi tempi di carenza nutrizionale e contiene piu' di 50 minerali essenziali, tracciali e rari! Da' solo un'occhiata a tutti i minerali presenti in essa....

Cloro (Cl), Sodio (Na), Calcio (Ca), Potassio (K), Rubidio (Rb), Zolfo (S), Magnesio (Mg), Ferro (Fe), Silicio (Si), Alluminio (Al), Carboni (C), Argento (Ag), Rame (Cu), Bromo (Br), Fluoro (F), Iodio (I), Zinco (Zn), Manganese (Mn), Cesio (Cs), Litio (Li), Gallio (Ga), Erblio (Er), Fosforo (P), Titanio (Ti), Antimonio (Sb), Cerio (Ce), Zirconio (Zr), Bario (Ba), Boro (B), Gadolinio (Gd), Samario (Sm), Stronzio (Sr), Tallio (Tl), Germanio (Ge), Bismuto (Bi), Disprosio (Dy), Niobio (Nb), Scandio (Sc), Terbio (Tb), Cobalto (Co), Cadmio (Cd), Selenio (Se), Praseodimio (Pr), Tantalio (Ta), Rutenio (Ru), Vanadio (V), Cromo (Cr), Molibdeno (Mo), Tulio (Tm), Lutezio (Lu), Ytterbio (Yb), Oro (Au)

Questa strepitosa matrice minerale proviene da minerali esistenti in natura situati in profondita' nel letto del **Grande Lago salato**. Questo era un tempo il preistorico **Lago Bonneville**, una sorgente di ricchi depositi minerali provenienti da un'antica vegetazione e forme di vita vegetali. Questo era il paese dei dinosauri! 75 milioni di anni fa queste piante si decomposero e formarono i minerali che, a mille anni di distanza, stai ora prendendo tu nella forma della soluzione di matrice minerale. Ti rendi conto che stai godendo dei benefici salutari provenienti da piante che esistevano milioni di anni fa? Non c'e' da meravigliarsi che tale soluzione sia chiamata dagli entusiasti "succo giurassico".

Non si tratta dei tuoi soliti minerali.

Come sai, il lago Boneville si prosciuga' milioni di anni fa e divenne il Grande Lago Salato dello Utah. Dunque, allo scopo di accedere a questi preziosi depositi minerali, ci si deve inoltrare nelle profondita' sotterranee attraverso le miniere. I minerali vengono allora portati nelle distillerie ed i metalli pesanti, come per esempio mercurio, piombo ed arsenico, vengono rimossi. Gli ulteriori principi nutritivi vengono aggiunti includendo deliziosi estratti di frutti reali. In realta', sul mercato, non c'e' niente come questo in grado di combinare gusto e qualita'.

Ma non e' tutto!

In aggiunta all'estesa matrice minerale, ottieni anche gli effetti benefici di nove vitamine principali, incluse tutte le vitamine B che sono conosciute per il loro supporto nel ridurre l'ansia e per bilanciare lo stress. Essa inoltre contiene importanti aminoacidi (a partire dalla proteina del riso scuro priva di OMG). Sapevi che il riso scuro e' da solo un cibo completo? Aggiungendo vitamine ed aminoacidi ad i tuoi minerali ottieni un miglior assorbimento e spendi bene i tuoi soldi.

Ma aspetta, non e' finita

Stai probabilmente pensando che una cosa cosi' positiva debba avere un sapore orribile, specialmente se segui la teoria di mia madre secondo cui cio' che ha un sapore disgustoso deve farti bene! Beh, non questa volta. Prendi una deliziosa bevanda liquida

riempita di bacche estive che prenderai ogni mattina.

Deliziosi lamponi e mirtilli lavorano insieme per dare un sapore squisito.

E visualizza semplicemente anche tutti i grandi effetti benefici per la salute. Si e' scoperto che mirtilli e lamponi sono estremamente ricchi di antiossidanti utili nella prevenzione delle malattie. Gli antiossidanti sono agenti chimici che neutralizzano gli agenti inquinanti, i batteri ed i virus dell'organismo. Essi inoltre svolgono un ruolo essenziale nel disintossicare il tuo organismo e nel prevenire logoramenti e strappi e, ancor piu' importante, l'invecchiamento.

C'e' ancora di piu'...

La matrice minerale contiene Inulio, un principio nutritivo che aiuta a nutrire i batteri benefici nel tuo corpo. L'eccessivo uso di antibiotici ed il mangiare cibi notevolmente processati sforza il nostro sistema digestivo. L'Inulio funge da cibo per i batteri benefici nel sistema intestinale, aiutandoti cosi' a migliorare la tua digestione e ad assorbire perfino di piu' la soluzione.

Per provare quanto efficace sia questa formula, la soluzione della matrice minerale e' stata sottoposta all'ORAC test, che sta per Capacita' d'Assorbimento dell'Ossigeno Radicale, ed ha ottenuto un ottimo risultato. L'ossigeno radicale danneggia le cellule, aumenta l'invecchiamento e causa malattie. L'ORAC test identifica gli integratori che aiutano a combattere queste forze indesiderabili. Alla nostra soluzione di matrice minerale e' stata data totale approvazione per il suo alto punteggio nell'ORAC test.

Ed ora una parola di monito

La formula di matrice minerale non dovrebbe sostituire il tuo cibo! Intendo dire che dopotutto hai bisogno di mangiare! Essa e' disegnata per dare al tuo corpo la linea base di minerali di cui hai bisogno. Se hai carenza di un certo minerale, potrebbe essere a causa di un'altra tua carenza di un altro minerale. Non ti sembra che abbia senso esporre il tuo corpo a tutti i minerali di cui ha bisogno? Se prendi la matrice minerale, puoi restare assicurato che la maggior parte dei tuoi bisogni di minerali venga soddisfatta. Devo anche dire, pero', che se hai una malattia cronica e ti aspetti che una bottiglia ti dia la cura miracolosa, allora ti sbagli di grosso.

"Ti stai probabilmente domandando quanto sia efficace la matrice minerale con tutti questi ingredienti?"

Ecco cosa ci hanno detto i clienti...

Nicola Dady dal Surrey, scrive: "Iniziai a prendere la formula di matrice minerale su consiglio del mio dottore. Fui stupito da quanto mi sentissi meglio e cio' che era ancor piu' incredibile era il fatto che dopo un solo mese le verruche erano completamente scomparse dalle mie dita. Ora, 3 mesi piu' tardi, anche la verruca che avevo sul piede da quasi 5 anni e' quasi andata via. La sola modifica alla mia dieta e' la dose, assunta 2 volte al giorno, della formula di matrice minerale che ha ovviamente dato una spinta al mio sistema immunitario".

Annie Walsh da Birmingham, scrive: "Prima di prendere la formula di matrice minerale, ero solita contrarre raffreddori che andavano direttamente nel mio petto e ci volevano un paio di mesi prima che guarissero. Da quando ho iniziato a prendere questa formula, ho notato che ogni tanto posso avvertire il sopraggiungere di un raffreddore, ma ora non si sviluppa quasi piu', oppure, se lo fa, scompare molto piu' rapidamente di prima".

Martina Drain da Fife scrive: "Ho sofferto per 30 anni di problemi allo stomaco, mi sono sottoposta a molte indagini ed a molte cure ed, infine, agli antidepressivi. Sviluppai un problema di peso ed iniziai a perdere i capelli. Ero giu' fisicamente e spiritualmente, perche' provavo costantemente dolore ed il mio umore era nero.

Dopo aver preso la formula di matrice minerale per un mese, non posso credere alla trasformazione: mi

sentivo come rinata. I miei capelli incominciarono ad aumentare, il mio peso a cambiare e mi sentivo molto piu' felice di quanto lo fossi stata per lungo tempo. Niente male per un a sessantenne che pensava che la vita fosse finita! Consiglio vivamente questo prodotto a chiunque".

Mary Wheldon da St Albans, scrive: "Ho 72 anni ed un giorno stavo parlando con un vicino che mi disse di quant'oil corpo necessiti di certi minerali per funzionare e che questi minerali non sono presenti nei nostril cibi. Mi sembrava che avesse ragione cosi' ne ordinai alcuni per provare. Dopo la mia prima bottiglia non notai tanta differenza, ma a meta' della seconda trovai di aver cosi' tanta energia che i miei muscoli non potevano stare al mio passo".

Viola Underwood, dal Galles, scrive: "Sono una bambinaia, ma l'hanno scorso ho dovuto interrompere per spossatezza e mancanza di energie. Mia madre mi compro' una bottiglia della formula di matrice minerale e dopo aver preso le mie prime poche dosi notai che ero in grado di scendere dal letto. Dopo 2 settimane le mie energie aumentarono ed ero in grado di uscire e fare la spesa. Ho appena comprato la mia prossima bottiglia e mi sento molto sicura che tornero' presto a lavorare".

"Dunque come ti sentirai quando prenderai la formula di matrice minerale?"

Immagina di avere piu' energia e vitalita', raffigurati di avere un sonno migliore, pensa a quanto piu' sana ti sentiresti e che senso di benessere potrai avere! Non sarebbe fantastico vedere tutti gli altri cascare come mosche, mentre tu possiedi una forte resistenza immunitaria e sei meno a rischio di infezioni? Prova a visionare la tua abilita' a far fronte allo stress, migliorandoti e godendo quando la gente si complimenta con te per la tua brillante salute ed il tuo aspetto piu' giovanile. Pensa solamente a come migliorera' la struttura delle tue unghie, dei tuoi capelli e della tua pelle ed a come otterrai nuovamente vigore. Questi sono il genere di risultati che i tuoi aspettare quando inizi a nutrire il tuo corpo in modo appropriato con tutti i principi nutritivi di cui ha bisogno.

Lascia che ti chieda..

Ti entusiasmerebbe l'idea di avere energie illimitate, il non doverti piu' appisolare di fronte alla TV od il non aver piu' cali di energia il pomeriggio o dopo i pasti? Puoi vedere il vantaggio di trascorrere meno di un'ora al giorno a dare al tuo corpo tutti i principi nutritivi mancanti e di cui ha bisogno per funzionare appropriatamente? Non sarebbe meraviglioso possedere un sistema immunitario piu' forte ed una maggiore resistenza ad infezioni, tosse e raffreddori?

Puoi solamente immaginare quanto piu' produttivo saresti se avessi pensieri piu' chiari ed una migliore funzione cerebrale? Non e' meglio prendere minerali liquidi colloidali di buona qualita' al posto di inerti minerali metallici irradiati, sotto forma di tavolette, che il tuo corpo non e' in grado di assorbire?

Non sarebbe meglio che nutrissi il tuo corpo con quest'incredibile formula di matrice minerale e godessi di piu' energia e vitalita'?

Se la tua risposta a tutto questo e' si', allora cosa aspetti? Contatta subito la persona che ti ha dato questo articolo per ordinare ora la tua formula di matrice minerale.



