

Adevăr

Sănătatea este o chestiune de încredere

REZULTATELE
CERCETĂRILOR
NOASTRE



O combinație sinergică de microelemente nutritive, care să cuprindă diferite vitamine și minerale, este esențială pentru supraviețuire și pentru menținerea unei sănătăți optime. Vitaminele sunt substanțe organice produse de plante sau de animale, în timp ce mineralele sunt elemente anorganice prezente în sol și apă și absorbite de plante. Principal sursă de minerale pentru oameni sunt plantele pe care le mănâncă.

Importanța mineralelor pentru funcționarea optimă a inimii și a altor mușchi

Totuși, un studiu publicat în 2004 în Journal of the American College of Nutrition a ajuns la concluzia că în ultimii 50 de ani conținutul nutrițional al legumelor și fructelor a scăzut în mod semnificativ, mai ales în ceea ce privește vitaminele C și B2, proteinele, calciul, fierul și fosforul. Pe baza acestor rezultate, autorii au estimat că au existat scăderi similare și ale altor elemente nutritive, precum magneziul, zincul, vitaminele B6 și E. Practicile agricole agresive, utilizarea îngrășămintelor chimice, a pesticidelor și a altor substanțe chimice dăunătoare, reprezintă principalul motiv al acestei deteriorări nutriționale. Se spune că astăzi cineva ar trebui să mănânce 8 portocale pentru a putea beneficia de aceeași cantitate de vitamina A (beta-caroten) pe care bunicii noștri o obțineau dintr-o singură.

Mineralele sunt esențiale pentru diferite funcții ale organismului nostru, precum creșterea și metabolismul. Aceasta include și dezvoltarea dinților, oaselor, părului, pielii și nervilor, transmisiei impulsului nervos, producției de hormoni, contracției și relaxării inimii și altor mușchi și menținerea unui ritm cardiac normal.



Ca și vitaminele, substanțele secundare din plante și alte elemente naturale, mineralele sunt componente vitale ale alimentației. Acestea nu pot fi produse de organismul uman, de aceea trebuie să facă parte din alimentația zilnică. Mineralele sunt necesare pentru menținerea și susținerea multor funcții ale organismului. Ele joacă un rol important în susținerea funcționării inimii și mușchilor.

Este important de observat că mineralele nu acționează singure, în izolare. Ele lucrează în mod optim împreună cu alte minerale și vitamine. Organismul are nevoie de cantități semnificative de macrominerale esențiale precum sodiul, potasiul, calciul, magneziul, fosforul și sulfurile. Necesită de asemenea mici cantități de oligoelemente (microminerale) precum fier, zinc, cupru, seleniu, magneziu, iod, crom și altele.

Mineralele sunt implicate profund în funcționarea corespunzătoare a mușchilor. Mușchii scheletici ai membrelor, mușchii netezi ai vaselor de sânge și organelor interne și fibrele cardiace ale inimii depind de un aport continuu și optim de minerale. Deficitul de minerale pe termen scurt se poate manifesta sub formă de crampe musculare, însă deficitul cronic, pe termen lung, al mineralelor necesare organismului poate duce la distrofie musculară invalidantă și chiar infarcte miocardice fatale. În majoritatea cazurilor acestea sunt suferințe care pot fi prevenite cu ajutorul unei suplimentări corespunzătoare.

Sodiul și potasiul sunt asociate funcțiilor musculare. Aceste minerale, cunoscute și ca electroliți ai corpului, controlează contracția musculară datorită rolului

acesteia în funcția nervoasă și conducerea impulsului nervos și semnalelor electrice. Totuși calciul și magneziul sunt niște minerale mai puțin cunoscute ca fiind esențiale pentru sănătatea inimii și a mușchilor. Calciul și magneziul lucrează împreună pentru a controla contracția musculară. Proteinele musculare necesită calciu pentru a iniția contracțiile și magneziu pentru relaxarea fibrelor musculare. Magneziul mărește de asemenea absorbția calciului din sânge și este necesar pentru sinteza proteinelor și producția de energie. În mod similar fierul și vitamina B6 ajută mușchii asigurând oxigenul și bioenergia necesare pentru contractare și relaxare.

Totuși mineralele care se găsesc în cea mai mare cantitate în organism, potasiul și magneziul, înregistrează și cele mai mari niveluri ale deficitului în rândul americanilor. Deficitul de magneziu este asociat cu deteriorarea cognitivă, autismul, depresia și alte afecțiuni psihiatrice. Utilizarea unei combinații sinergice a acestor minerale, susținute de alte elemente nutritive, va asigura funcționarea normală a mușchilor și va ajuta la menținerea sănătății inimii și a altor organe.

Informații de sănătate importante pentru toți

Această informație vă este oferită gratuit de către Institutul de Cercetare Dr.Rath. Conducător de doi foști colegi ai dublului Laureat al Premiului Nobel Linus Pauling († 1994), acest Institut a devenit lider în cercetările revoluționare asupra sănătății naturale în domeniul cancerului, bolilor cardiovasculare și al altor boli comune. Institutul este sucursală 100% a Fundației de Sănătate Dr.Rath, o organizație nonprofit.

Natura revoluționară a acestor cercetări constituie o amenințare la adresa multimiliardarei "afaceri cu boala" a industriei farmaceutice. Nu este de mirare că de-a lungul timpului promotorii industriei farmaceutice l-au atacat pe Dr.Rath și echipa sa de cercetători în încercarea de a reduce la tăcere mesajul acestora. Dar în zadar. În decursul luptei sale, Dr.Rath a devenit un renumit avocat al sănătății naturale, cunoscut pe plan internațional datorită cuvintelor sale "Niciodată în istoria medicinei cercetătorii nu au fost atacați atât de feroce pentru descoperirile lor. Acest lucru ne arată că sănătatea nu ne este dată de bunăvoie, ci trebuie să luptăm pentru ea".

- Puteți tipări o copie a acestei pagini de noutăți la www4.dr-rath-foundation.org/research_news/index.html pentru a o împărtăși și colegilor și prietenilor dumneavoastră.
- Această informație se bazează pe rezultatele unor cercetări științifice. Nu are rolul de a se substitui recomandărilor medicale, de a trata, preveni sau vindeca nici o boală.
- © 2016 Dr. Rath Research Institute, Santa Clara, California, USA. Încurajăm distribuirea acestei pagini de noutăți, cu condiția ca informația cuprinsă în aceasta să nu fie modificată.

Pentru mai multe informații, vă rugăm să folosiți următoarea adresă: