

Econsejo 1: Alcalinízate

¿Qué es un alcalinizador y qué hace?

Es una disolución concentrada de sales alcalinas que te ayuda a alcalinizar el pH del interior de tus tejidos corporales, con las consecuencias positivas para nuestra salud que ello conlleva.

Se trata de un líquido que, por su composición, es capaz de alcalinizar un vaso de agua y llevarlo a un pH óptimo, de manera que ayude a que tu cuerpo se alcalinice en poco tiempo con los beneficios que ello aporta. La enfermedad no puede existir si nuestro pH interno es alcalino (ver ***enlace 3**). Hay muchos factores que hacen que nuestro pH interno se acidifique (alimentación, malos hábitos, vida sedentaria,...).

El uso prolongado de este producto alcaliniza nuestros tejidos internos, facilita la eliminación y neutralización de los ácidos tóxicos del cuerpo, a la vez que aumenta el poder de hidratación del agua. También ayuda a amortiguar los ácidos estomacales resultantes de la digestión, que pueden producir reflujo ácido o ardor.

Actúa neutralizando virus, bacterias, levaduras, hongos, parásitos, exotoxinas y micotoxinas. Actúa, también, como un catalizador de oxígeno, ayudando a la sangre a absorber más oxígeno del agua que bebas.

Estos son algunos de los síntomas de tener un pH tisular ácido, los cuales remitirán conforme vayamos alcalinizándonos:

Síntomas identificados por tener pH ácido

Síntomas Iniciales:

- Acné •Nerviosismo •Dolor muscular •Manos y pies fríos •Mareo •Baja energía
- Dolor en las articulaciones •Alergias alimenticias •Sensibilidad química al mal olor y los gases
- Hiperactividad •Ataques de pánico •Dolores menstruales y premenstruales •Ansiedad y depresión premenstrual •Falta de deseo sexual •Acidez •Diarrea •Estreñimiento
- Orina olorosa •Dolores de cabeza •Respiración acelerada •Pulso inestable •Lengua blanca
- Dificultad para levantarse por la mañana •Congestión •Sobrepeso •Sabor metálico en la boca.

Síntomas Intermedios:

- Herpes I y II •Depresión •Pérdida de memoria •Pérdida de concentración •Migrañas •Insomnio
- Perturbación de la vista, olor, sabor, oído •Asma •Bronquitis •Picazón de oído •Hinchazón
- Enfermedades virales (resfriado, gripe) •Enfermedades bacterianas •Enfermedades por hongos (vaginales, pie de atleta, candidas...) •Impotencia •Uretritis •Cistitis •Infección urinaria •Gastritis
- Colitis •Caída excesiva del cabello •Cirrosis •Endometritis •Sinusitis •Entumecimiento.

Síntomas Avanzados

- Enfermedad de *Crohn* •Esquizofrenia •Desórdenes de aprendizaje •Enfermedad de *Hodgkin* •Lupus eritematoso •Esclerosis múltiple •Artritis reumática •Sarcoidosis •Tuberculosis •Escleroderma
- Leucemia •Todas las otras formas de cáncer •Fibromialgia.

Modo de empleo

Se añaden unas gotas del alcalinizador a un vaso lleno de agua, se remueve para una correcta difusión y... ¡ya está listo! Si se quiere, se puede alcalinizar una botella de litro o de litro y medio para llevárnosla a cualquier sitio sin tener que estar preparando continuamente la mezcla. El número de gotas del alcalinizador que hay que añadir dependerá de la concentración a la que el fabricante haya hecho el producto.

Enlaces de interés

Aquí te mostramos algunos enlaces de interés donde te podrás informar sobre los alcalinizadores y sus propiedades y donde, también, podrás adquirirlos:

<http://www.secretosparatusalud.com/product/399107/gotas-para-alcalinizar-agua-puriphy>

<http://blog.alkalinecare.com/2013/01/09/alcaliniza-el-agua-con-las-gotas-puriphy/>

No dejes de ver este enlace donde aparecen las conclusiones de un Premio Nobel hablando de las consecuencias de tener un pH interno ácido. *Enlace 3

http://masalladepangea.blogspot.com.es/2012/12/otto-warburg-la-causa-primaria-y-la_14.html

Háztelo tú mismo

A continuación, te enseñamos a que te hagas tu propio alcalinizador, más concentrado, incluso, que los que puedes encontrar por internet, para que con solo una gota puedas alcalinizar un vaso de agua. Le llamaremos **Alcalinizador**.

Estos son sus componentes y las cantidades para hacer 250 ml de **Alcalinizador**:

15.12 g.	NaHCO ₃	Bicarbonato sódico, bicarbonato de sodio, hidrogenocarbonato de sodio, carbonato ácido de sodio o trioxocarbonato (IV) de disodio.
75.45 g.	K ₂ CO ₃	Carbonato potásico, hidrógeno carbonato potásico, carbonato de potasio o trioxocarbonato (IV) de dipotasio.
8.62 g.	KOH	Hidróxido potásico, hidróxido de potasio o potasa.
250 g.	H ₂ O	Agua destilada

Es muy importante no sobrepasar las medidas anteriores, ya que esas medidas son las idóneas para que tenga la concentración adecuada. Un cambio en las medidas conllevaría una modificación en la proporción de gotas por



volumen de agua (descrito más adelante, en la tabla 1), por lo que es **muy importante** utilizar **balanzas** con una **precisión** de, al menos, **0.01 gramos** (no sirven los pesos de cocina).

Debemos comprobar que al añadir una sola gota del **Alcalinizador** a 100 ml de agua destilada de pH 7, modifica el pH de ésta a 10.7. Por lo que para alcalinizar un vaso de agua (250 ml aprox.) se necesitará SOLAMENTE UNA GOTA. Para poder medir el pH necesitaremos utilizar un *pH-metro* digital.



Las proporciones anteriores deben diluirse en 250 gramos de **agua destilada** (no del grifo); usar **balanza de precisión** (no sirve una de cocina).

Y, con todo mezclado y bien disuelto,... ¡Ya está listo nuestro **Alcalinizador**!

En la siguiente tabla, te mostramos la cantidad de gotas de **Alcalinizador** que corresponde añadir según el volumen de agua que queramos alcalinizar:

Volumen de agua a alcalinizar	Gotas de <i>Alcalinizador</i> que hay que añadir
1 vaso (250 ml aprox.)	1
½ litro	2
1 litro	4
1,5 litros	6

Tabla 1

Se trata de alcalinizar el agua que bebes. Si vas a beber 2.5 litros de agua al día, pues mejor que sea alcalina.

No tiene ninguna contraindicación siempre y cuando no se exceda la concentración indicada (la cantidad de gotas por volumen de agua que se indica).

El agua alcalinizada por el **Alcalinizador** también la pueden tomar los niños sin ningún tipo de contraindicación.

Alcalinizador puede ser utilizado también para alcalinizar el agua que se utiliza para cocinar, preparar el té o hacer café, e incluso, en los zumos. Además, puede ser agregada a estos preparados una vez listos, de esta forma aumentaremos el pH de los mismos (té y café son muy acidificantes). **Alcalinizador** no cambia el sabor del líquido al que se le añade (sólo lo suaviza), ya que no tiene sabor alguno.

La eficacia de **Alcalinizador** depende del número de vasos de agua alcalinizada que puedas beber. Se puede usar con agua mineral, del grifo, de ósmosis, pero no se recomienda con agua destilada salvo que lleve un taponcito de agua de mar.

El agua o líquido que hayamos alcalinizado con **Alcalinizador** tendrá una duración óptima de un día, al cabo del cual comenzará a perder sus propiedades alcalinas.

Os animamos a que os hagáis vuestro propio **Alcalinizador**, ya que es algo que no debería faltar en nuestros hogares por el beneficio que supone para toda la familia.

Si queréis **Alcalinizador** y no os apetece poner os manos a la obra para hacérselo, podéis poner os en contacto con nosotros (murciadespierta@gmail.com) y os diremos dónde conseguirlo a bajo coste.

La información contenida en este documento es meramente informativa y no nos hacemos responsables de un uso inadecuado del producto. Recomendamos consultar con un médico.