

## Clorofila e oxigênio



Linda Lerner

Um das funções mais importantes da clorofila na dieta do Instituto Hippocrates – Flórida é a oxigenação da corrente sanguínea. Numa dieta com muita gordura e proteínas as reservas de oxigênio ficam reduzidas. Tenho descoberto que sem oxigênio suficiente no sangue desenvolvemos sintomas de baixa energia, digestão e metabolismo lento. Em essência, ficamos incapazes de queimar a comida de forma eficiente. Com má disposição para digerir, assimilar e eliminar o antigo combustível, com o sistema imunológico doente e com o nível de oxigênio reduzido, o corpo fica propício ao câncer. No livro "Causa e prevenção para o câncer", Dr. Otto Warburg, ganhador do prêmio Nobel de fisiologia em medicina (1931) concluiu que a privação de oxigênio é

a principal causa do câncer e que com um suprimento regular de oxigênio no sangue para todas as células a doença pode ser definitivamente prevenida.

Existem muitas maneiras de aumentar os níveis de oxigênio no sangue, porém sem primeiro eliminar as causas da perda de oxigênio (como fumar,

comidas com muita gordura e proteína animal, álcool, drogas, respiração pobre e hábitos sedentários), qualquer tentativa de oxigenar o sangue irá falir. Nós devemos trazer oxigênio renovado para o sangue para sentir um efeito significativo na regeneração física.

Exercícios respiratórios, caminhadas e dieta são os caminhos mais seguros de se oxigenar o sangue. Exercícios com controle da respiração melhoram nossa capacidade vital do pulmão, trazendo mais oxigênio para o sistema circulatório. A caminhada ajuda a melhorar a circulação do oxigênio por todas as partes do corpo. Assim como a dieta, todos os vegetais crus frescos, frutas, brotos, e verdes, especialmente a grama do trigo que contém oxigênio líquido. Quando nós comemos, ou tomamos suco destes alimentos nosso nível de oxigênio aumenta.

Clorofila é o sangue da planta. É a proteína na vida da planta que dá a cor verde ou rosada. Quando comparada com a molécula da hemoglobina, o oxigênio carregado no sangue humano a clorofila é quase idêntica. A maior diferença é que o núcleo da clorofila contém magnésio (Mg) e a hemoglobina contém ferro (Fe).

Claro que não estou querendo que você chegue a conclusão que deva viver exclusivamente com folhas verdes, ervas e gramas e se tornar forte e grande como um elefante. Porém, ingerindo um percentual de comida verde e sucos todos os dias, especialmente o Suco da Luz, você irá adicionar nutrientes vitais como minerais, enzimas, vitaminas, oxigênio e proteína em seu sangue. ■



**A SAÚDE É VERDE**

*Você conhece o Suco da Luz do Sol ou Clorofila?*

Rejuvenesce as células, prevenindo doenças  
Purifica o organismo, regulando o intestino  
Emagrece, você se sente alimentado  
Revitaliza, aumentando a disposição física

**HOTALIÇAS 100% ORGÂNICAS**

**E VEM DO SOL**

Entregamos todos os dias pela manhã na sua residência ou trabalho  
2286-8772 / 2529-8044 / 7867-9809

**INVISTA EM SUA SAÚDE**

**BEBA ÁGUA MINERAL**

ENTREGAS GRATUITAS A EMPRESAS E RESIDÊNCIAS  
Garraão de 20 litros

**2259-8266**  
**2239-6827**  
**9138-4472**  
**9328-4527**

Já nas livrarias

Um novo Espírito Santo

**Onde a corrupção veste toga**  
de Rogério Medeiros e Stenka do Amaral Calado

**O ESCÂNDALO DO JUDICIÁRIO QUE O BRASIL DESCONHECE**

Nas livrarias: rede Travessa, rede Galileu, rede Nobel, Livraria do Conde, Leonardo da Vinci e Al Pharrabin

[www.CapitalCulturalLivros.com.br](http://www.CapitalCulturalLivros.com.br)