

<p>el PLOMO en el ambiente - NEUROTOXINA PELIGROSA</p> <p><i>Shakespeare Hood Dao</i> <i>Difusión Cultural Iniciática</i></p>		<p><i>Colección</i> <i>Biblioteca de Alejandría</i></p>
--	---	---

* * *

<p>Nueva Biblioteca de Alejandría</p> <p>Libros de Iniciación para una Humanidad</p>		<p>Shakespearehood</p> <p>ESPIRITUALIDAD INICIÁTICA Literatura Hermética</p>
---	---	---

<https://sites.google.com/site/shakeshood/>

<http://sites.google.com/site/shakespearehood/>
shakespearehood@gmail.com

* * *

NEUROTOXINA PELIGROSA

que afecta al cerebro y los vínculos neuronales

el
PLOMO



Carga de morbilidad debida a la exposición al plomo:

En un solo año: El Instituto de Sanimetría y Evaluación Sanitaria ha estimado que en el año 2013 la exposición al plomo causó 853.000 muertes debido a sus efectos a largo plazo en la salud, y que la mayor carga correspondió a los países de ingresos bajos y medianos.

El Instituto estimó asimismo que la exposición al plomo fue responsable del 9,3% de la carga mundial de discapacidad intelectual idiopática, del 4% de la carga mundial de cardiopatía isquémica, y del 6,6% de la carga mundial de accidentes cerebrovasculares.

El mayor incremento ocurrió entre los años 1950 y 2000 y reflejó el aumento del uso de gasolina con plomo en todo el mundo.

En el año 1979, los automóviles liberaron 94.6 millones de kilogramos de plomo al aire sólo en Estados Unidos.

Antes del año 1950, el plomo se usó en plaguicidas que se aplicaron a huertos frutales.

El plomo sigue estando en el mundo entero a causa de la manipulación humana y seguirá estando por cientos de años, de allí el cuidado y prevención que hay que mantener.

El envenenamiento por plomo es una intoxicación del sistema por medio de compuestos orgánicos que contienen plomo. Estos penetran en el cuerpo por respiración (polvo, humo o spray) o por ingestión de comida u otras sustancias que contengan plomo. El agua no es generalmente una fuente de transmisión del plomo a no ser por causa del plomo de las tuberías de distribución, por ejemplo, en el caso de edificios viejos. El reemplazo de tuberías antiguas es costoso pero la medida más efectiva de reducir la exposición al plomo en el agua.

Los síntomas del envenenamiento por plomo incluyen, irritabilidad, insomnio, erupciones, letargo o hiperactividad, pérdida de apetito, dolores de cabeza. En altos contenidos puede provocar discomfort abdominal, daños del sistema nervioso y encefalitis. A altos niveles, puede provocar convulsiones, coma y muerte. Exposición crónica se caracteriza por una línea azul en encimas y puede provocar daños en el cerebro, riñones y sistema nervios y células sanguíneas.



El plomo se encuentra comúnmente en el suelo especialmente cerca de caminos, casas antiguas, huertos frutales viejos, áreas de minería, sitios industriales, cerca de plantas de energía, incineradores, vertederos y sitios de desechos peligrosos. La gente que vive cerca de sitios de desechos peligrosos puede estar expuesta al plomo y a productos químicos que contienen plomo al respirar aire, tomar agua, comer alimentos o al tragar polvo o tierra que contiene plomo. La gente puede estar expuesta al plomo al comer alimentos o tomar agua que contiene plomo. El agua potable en viviendas que tienen cañerías de plomo puede contener plomo, especialmente si el agua es ácida o «blanda.»

La gente también puede estar expuesta al plomo cuando trabaja en ocupaciones en las que se usa el plomo o tiene aficiones en las que se usa plomo, como por ejemplo en la manufactura de vitrales (ventanas con vidrios de colores).

Aunque a la gasolina y la pintura ya no se les agrega plomo, dicho elemento aún es un problema de salud. El plomo está en todas partes, incluso la tierra, el polvo, los juguetes nuevos y la pintura de casas viejas, pero infortunadamente no se puede ver, detectar con el gusto ni oler.

Un informe de la UBA reveló que casi 4.500 toneladas de residuos de las industrias automotriz y electrónica caen en desuso por mes en el país, lo que genera graves daños a la salud y el medio ambiente.

El trabajo fue realizado por un equipo de ingeniería de la Universidad de Buenos Aires (UBA), y estuvo encabezado por el ingeniero químico Basilio Stepanovic. Según explica, el 94% de las baterías de plomo entra en desuso cada año, situación que genera un grave daño a la salud y el medio ambiente

Según las Naciones Unidas, de los 2.500.000 de toneladas de plomo que se producen anualmente en todo el mundo, tres cuartas partes sirven para la fabricación de baterías que se utilizan en automóviles, teléfonos, computadoras portátiles y otras industrias.

Sólo en lo que refiere al parque automotor en la Argentina, a partir de los 13.000.000 de vehículos que circulan, 7.000.000 de baterías caen en desuso anualmente, lo que representa 4.375 toneladas de residuos por mes.



El plomo se encuentra en:

Las casas pintadas antes de 1978. Incluso si la pintura no se está pelando, puede ser un problema. La pintura a base de plomo es muy peligrosa cuando se está quitando o lijando. Estas acciones liberan polvo fino de plomo al aire. Los bebés y niños que viven en casas construidas antes de 1960 (cuando la pintura a menudo contenía plomo) tienen el mayor riesgo de intoxicación con plomo. Los niños pequeños con frecuencia ingieren astillas o polvo de pintura a base de plomo.

- Juguetes y muebles pintados antes de 1976.
- Juguetes pintados y decoraciones fabricadas fuera de los Estados Unidos.
- Perdigones de plomo, plomadas de pesca, pesos de cortina.
- Artículos de plomería, tuberías y grifos. El plomo se puede encontrar en el agua potable en casas cuyos tubos hayan sido conectados con soldadura de plomo. Aunque los nuevos códigos de construcción exigen soldadura libre de plomo, este elemento aún se encuentra en algunos grifos modernos.
- Suelo contaminado por décadas de emisiones de los carros o años de raspaduras de pinturas de las casas. Por esto, el plomo es más común en los suelos cerca de las autopistas y las casas.
- Pasatiempos que impliquen soldadura, vidrio de color, fabricación de joyas, barnizado de cerámica, figuras de plomo en miniatura (siempre mire las etiquetas).
- Elementos de pintura y suministros de arte para los niños (siempre mire las etiquetas).
- Jarras y vajillas de peltre.
- Baterías de almacenamiento.



Las posibles complicaciones incluyen:

- Problemas de comportamiento o atención
- Bajo rendimiento escolar
- Problemas auditivos
- Daño renal
- Reducción del cociente intelectual
- Lentitud en el crecimiento corporal

Los síntomas de la intoxicación con plomo pueden incluir:

- Dolor y cólicos abdominales (generalmente el primer signo de una dosis tóxica alta de intoxicación con plomo)
- Comportamiento agresivo
- Anemia
- Estreñimiento
- Dificultad para embarazarse
- Dificultad para dormir
- Dolores de cabeza
- Hipoacusia
- Irritabilidad
- Pérdida de habilidades del desarrollo previas (en niños pequeños)
- Inapetencia y falta de energía
- Reducción de la sensibilidad

Los niveles muy altos pueden ocasionar vómitos, marcha inestable, debilidad muscular, convulsiones o coma.

La Organización Mundial de la Salud estima que la exposición al plomo durante la niñez contribuye con cerca de 600.000 nuevos casos de niños que desarrollan discapacidad intelectual cada año. Estos efectos y los efectos físicos de la exposición al plomo durante la niñez son irreversibles. Los estudios han encontrado que “el nivel promedio de plomo en la sangre en niños que residen cerca de las plantas de baterías en los países en desarrollo es trece veces mayor que el nivel promedio observado en los niños de Estados Unidos.



INCREIBLE!!!

17 de julio, 2014 — La Comisión del Codex Alimentario fijó un nuevo límite a la cantidad de plomo aceptable en la **leche para bebés** y de arsénico en **el arroz**. La Comisión señaló que los bebés y niños pequeños son particularmente vulnerables a los efectos tóxicos del plomo y pueden sufrir daños permanentes que afecten el desarrollo de su cerebro y sistema nervioso.

El plomo es un problema global. Está presente en alimentos crudos como la leche. Limitar la cantidad significa que los productores deben ser muy cuidadosos con los alimentos crudos que utilicen y hacer pruebas para conseguir la mejor calidad posible”, anuncia la ONU.

Por otra parte, el arsénico, un contaminante presente a menudo en el arroz puede causar cáncer y lesiones en la piel, además de que se le asocia con efectos nocivos en el desarrollo, enfermedades cardíacas, diabetes y daños al cerebro y sistema nervioso cuando hay una exposición prolongada.

La ONU sigue permitiendo que haya arsénico en el arroz y plomo de la comida infantil

el uso de cloranfenicol, verde malaquita, carbadox, furazolidona, nitrofurax, clorpromazina, estilbenos y olaquinadox, sustancias todas ellas enormemente tóxicas presentes en varios productos veterinarios que se dan hoy a los animales destinados a la producción de alimentos y terminan llegando a nosotros a través de la carne, la leche, los huevos y la miel.

La agencia de salud de la ONU señala que la intoxicación por ese elemento químico cobra anualmente 143 mil vidas, registrándose las tasas más altas de mortalidad en las regiones en desarrollo. Por eso, la comunidad científica internacional incluye hoy entre sus prioridades de investigación la incidencia en la salud humana de los niveles de plomo en sangre.

Una pesquisa estadounidense

Por lo menos uno de cada siete niños de algunas ciudades de Estados Unidos sufre por niveles de plomo en sangre, cuya toxicidad puede provocar trastornos físicos, mentales y conductuales.

un equipo analizó más de 5,2 millones de resultados de análisis de sangre realizados a bebés y menores de 6 años durante seis años hasta abril del 2015. Los investigadores hallaron que un 3,1 por ciento de los varones y un 2,8 de las mujeres tenían valores por encima de los que recomiendan los CDC. En 6 regiones, más de un 14 por ciento de los niños tenía valores de riesgo: Syracuse, Buffalo u Poughkeepsie (Nueva York); Oil City y York (Pensilvania) y Cincinnati (Ohio). Muchas de estas localidades son ciudades antiguas e industriales, dijo el autor del estudio, doctor Harvey Kaufman, director médico de Quest Diagnostics, St. Louis, Missouri.



Vale admitió que hay arsénico y plomo en el río de Brasil devastado por un deslave

Expertos de la ONU denunciaron esta semana que la masa viscosa de 50 millones de m³ de fango y residuos de la extracción de mineral de hierro "arrojó altos niveles de metales pesados tóxicos y otros productos químicos tóxicos en el río Doce".

Las aguas del río Doce, arruinado por la mayor tragedia ambiental de Brasil, contienen metales tóxicos como plomo y arsénico, "que estaban en las márgenes o en el lecho" y fueron removidos por el deslave minero.

Vale y la anglo-australiana BHP Billiton son propietarias en partes iguales de la minera brasileña Samarco, cuyo embalse de contención de residuos explotó el 5 de noviembre de 2015 y provocó un deslave de lodo y desechos de mineral de hierro que enterró a un pueblo entero y recorrió 650 km de la cuenca del río Doce hasta el océano Atlántico.

Dos semanas después de la rotura de un dique de contención de la minera en Minas Gerais, la riada de lodo y escombros minerales llegó a la playa de Regencia, en el estado de Espírito Santo, una importante área de corales.

El lodo tóxico del peor desastre ambiental minero de la historia de Brasil llegó al Atlántico después de recorrer 650 kilómetros, destruyendo la vida a las orillas del río Doce y matando los peces que estaban en su camino, informó el diario español ABC.

Se denomina **saturnismo hídrico** al que se produce a través del agua ingerida, pues el plomo, mineral inoxidable muy maleable, no confiere gusto al agua ni a los alimentos. Precipita con ácido clorhídrico. Previa a la intoxicación existe una etapa de contaminación. El plomo es el primer metal conocido y más ampliamente estudiado por su riesgo ambiental.

Cuidados en el hogar:

Se puede reducir la exposición al plomo con los siguientes pasos:

Deseche los juguetes viejos pintados en caso de no saberse si la pintura contiene plomo.

Deje que el agua del grifo corra por un momento antes de beber o cocinar con ella.



Evite los productos enlatados provenientes de países extranjeros hasta que entre en vigor la prohibición de utilizar latas de conservas con soldadura de plomo.

Si los envases de los vinos importados tienen una envoltura de papel aluminio con plomo, limpie el borde y el cuello de la botella con una toalla humedecida con jugo de limón, vinagre o vino antes de usarlo.

NO almacene vinos, licores fuertes ni aderezos para ensaladas a base de vinagre en botellas de cristal de plomo durante períodos de tiempo prolongados, ya que el plomo se puede filtrar al líquido.

Las personas que están expuestas en el trabajo están expuestas generalmente al inhalar aire que contiene partículas de plomo. En muchas ocupaciones ocurre exposición al plomo. Las personas que trabajan en fundiciones y refinerías de plomo, fundiciones de latón o bronce, en industrias de caucho y plásticos, en operaciones de estañado, soldadura o recorte de acero, plantas que manufacturan baterías y en industrias que manufacturan compuestos de plomo pueden estar expuestas al plomo. Los trabajadores de la construcción y demolición y personas que trabajan en incineradores de basura municipal, industrias de alfarería y cerámica, talleres de reparación de radiadores y otras industrias que usan soldaduras de plomo también pueden estar expuestos. Los pintores que liján o raspan pintura vieja pueden exponerse al plomo en el polvo. Se estima que entre 0,5 y 1,5 millones de trabajadores están expuestos al plomo en el trabajo. Solamente en California, más de 200.000 trabajadores están expuestos al plomo. Los familiares de trabajadores pueden estar expuestos a niveles de plomo más altos cuando los trabajadores llevan al hogar polvo de plomo en sus ropas de trabajo.

Usted también puede estar expuesto al plomo en el hogar si trabaja con vidrio de color como afición, si manufactura municiones o pesos para pescar de plomo o si trabaja en tareas de renovación del hogar que involucran la remoción de pintura vieja con plomo.



El plomo es un metal pesado neurotóxico que cuando está presente en la sangre, circula por todo el organismo ocasionando daños neurológicos irreversibles al llegar al cerebro.

Presumiblemente, **Beethoven** padeció esta enfermedad, la cual es posible que le provocase la sordera y agriase su carácter. Sin embargo, era más frecuente encontrarla entre otros colectivos artísticos que en el de los músicos, especialmente en el de los pintores, debido al alto contenido de plomo presente en los pigmentos que utilizaban. Un ejemplo claro lo podemos encontrar en **Goya**, quien —después de trabajar en sus cartones— se retiró en 1792 para recuperarse de una dolencia que acabaría por dejarle sordo en 1793. **Caravaggio** también padeció esta enfermedad debido a su profesión. Otros casos recurrentes en la historia los protagonizaron los emperadores, senadores y demás acaudalados romanos, los cuales disponían de canalizaciones de plomo en sus *domus* y vajillas de este metal.

Las Pilas tardan más de 1.000 años en degradarse. Contienen elementos súper contaminantes y que no se degradan fácilmente. Entre los peores contaminantes que puede encontrarse en una pila o batería se cuentan el mercurio, cinc, cromo, arsénico, plomo o cadmio. A los 50 años comienza su degradación, pero seguirán siendo nocivos durante más de mil años.

¿Cómo reacciona el plomo con el agua?

En condiciones normales el plomo no reacciona con el agua. Sin embargo, cuando el plomo se pone en contacto con aire húmedo, la reactividad con el agua aumenta. En la superficie del metal se forma una pequeña capa de óxido de plomo (PbO); en presencia de oxígeno y agua, el plomo metálico se convierte en hidróxido de plomo (Pb(OH)₂):



El plomo de las tuberías puede disolverse parcialmente en el agua que pasa a su través. El plomo se une al carbonato, por lo tanto inferiores cantidades de plomo se disuelven en agua dura. En el interior de las tuberías, se forma una capa de carbonato de plomo apenas soluble. Esta capa funciona como un recubrimiento de protección para el plomo subyacente de las tuberías. Los romanos solían llenar las tuberías con vino, causando la disolución de la capa y la formación de "azúcar de plomo".

A pesar de su toxicidad, el mencionado azúcar de plomo o acetato de plomo, se aplicó en el siglo XIX para endulzar el vino además de otras bebidas y alimentos.



El agua contaminada con compuestos de plomo procedía de minerales de la industria minera, esto fue ya advertido por el arquitecto Vitruvio, en el 20 A.C., cuando dio a conocer advertencias a cerca de sus efectos sobre la salud. En Roma el plomo se liberaba como un subproducto de la minería de la plata.

El plomo blanco, un carbonato de plomo ($2\text{PbCO}_3 \cdot \text{Pb}(\text{OH})_2$), es un pigmento. Ya no se aplica debido a su extrema toxicidad. La venta de tubos de plomo blanco está prohibida en la Unión Europea.

El plomo orgánico se aplica en la producción de petróleo, por ejemplo, compuestos inorgánicos para la producción de baterías y de pintura.

La mayor parte del plomo procesado industrialmente se aplica para fabricar pantallas de TV y de ordenador.

Los compuestos teraetilplomo se aplican como aditivo en fuel. Estos compuestos orgánicos de plomo se convierten rápidamente en plomo inorgánico y acaban en el agua, en ocasiones incluso en aguas de consumo humano. Afortunadamente este modo de emisión de plomo se está reduciendo cada vez más.

En la arquitectura el plomo se aplica en tejados y en cristales de ventanas. Generalmente el plomo disuelto o en suspensión en el agua residual proviene de calles, tuberías y suelos.



Cómo Eliminar de la Sangre los Metales Tóxicos

1) Con homeopatía



Sílice: Este elemento permite igualmente absorber metales pesados (mercurio, plomo) y otros elementos tales como el aluminio o el flúor en sobredosis. También se encuentran en forma de comprimidos. Son una buena fuente de suplementos alimentarios. Las personas que sufren de úlceras de estómago o de perforaciones del tracto digestivo deberían abstenerse y consultar a un médico. La arcilla diluida en un poco de agua se puede aplicar sobre la piel.

Produce un efecto beneficioso por la extracción de toxinas o impurezas y la neutralización de ácidos o de residuos químicos bajo la piel.



Aceite de pino de pino y de abeto: Los aceites de estas coníferas son excelentes para despejar los alvéolos y ayudar a descongestionar los pulmones, disolver ciertas resinas debidas al tabaco y otras sustancias.



Carbón vegetal activo: En el caso de intoxicación química, envenenamiento alimentario o ingestión de otras sustancias nocivas, el carbón vegetal activado tiene la propiedad de absorber los ingredientes peligrosos y eliminarlos por vía intestinal. Se emplea en las salas de urgencia, para los lavados de estómago en casos de tentativa de suicidio por ingesta de medicamentos.

Otros conocidos son los alimentos ricos en vitamina C, **el ajo** con su ingrediente activo, la alicina, es un aliado que hay que utilizar. Más aún si usted es un consumidor de carne.

2) Receta para eliminar metales pesados del cuerpo:

Se ha demostrado que el cilantro puede disolver o disgregar los metales de nuestro cuerpo en un corto lapso de tiempo.



El cilantro ayuda a eliminar metales tóxicos en la sangre

La receta de Pesto de cilantro es un potente limpiador de tejidos. Es excelente sobre pan tostado, papas al horno y pastas.



Dos cucharadas de postre al día de este Pesto durante tres semanas son suficientes para permitir eliminar de la sangre metales tóxicos como el mercurio, el plomo y el aluminio. Hagan esta cura durante alrededor de 3 semanas.

Pueden hacerla al menos una vez al año, para limpiar los pesos pesados.

Receta de Pesto de Cilantro o Culantro



Ingredientes:

- 4 dientes de ajo
- 1/3 de taza de nuez de Brasil (selenio)
- 1/3 de taza de semillas de girasol (cisteína: ver el enlace siguiente:
<http://imbeau.net/D-bogue/Aminoacides/Cysteine.html>)
- 2 tazas de cilantro fresco, bien cargadas.
- Pueden añadir hojas de perejil fresco para la vitamina C. Puesto que este Pesto se conserva bien congelado es preferible conseguir cilantro fresco en temporada y llenar las reservas para todo el año.
- 2/3 de taza de aceite de lino sin refinar obtenido de primera presión en frío (el lino cura la tos, el asma, el sarampión, el estreñimiento, las gastritis, el impétigo, los abscesos. Tiene propiedades emolientes, laxativas y antiinflamatorias)
- 4 cucharadas soperas de zumo de limón fresco (vitamina C)
- 2 cucharadas de postre de miso japonés.



Lavar muy bien el cilantro y el perejil, escurrirlos y ponerlos en la batidora con el aceite de lino y batir hasta que el cilantro esté bien triturado. Añadir el ajo, las nueces de Brasil, las semillas de girasol, el miso japonés y el zumo de limón. Mezclar hasta obtener una textura fina. Añadir miso o limón al gusto. Mezclar de nuevo. Llenar los recipientes y congelar.

3) Desintoxicar la piel

Podemos desintoxicar el cuerpo a través de la piel a través de simples baños de inmersión con sales minerales. El agua y el calor facilitan la absorción de nutrientes. Además de limpiar, relajar y purificar el cuerpo.

Se puede añadir todo lo que se quiera en el baño caliente: por ejemplo, tonificantes como las hojas de aliso cogidas frescas (antiinflamatorio), de abedul (purificante y febrífugo), agujas de pino (pulmones).

4) Quelación, terapia alternativa

La quelación es un tratamiento para la intoxicación con metales pesados. La quelación comunmente se utiliza para eliminar el plomo del cuerpo, aunque también puede ser utilizada para el envenenamiento por mercurio y niveles peligrosos de otros metales pesados. Debe realizarse bajo la supervisión de un médico que puede prescribir el tratamiento apropiado para el paciente y realizar pruebas para supervisar el progreso de la terapia.

Este tratamiento funciona mediante la introducción de un agente quelante en el cuerpo. que se enlaza con las moléculas de metales pesados y agua soluble, llevando los metales enlazados fuera del cuerpo a través de los riñones.

La quelación se recomienda cuando los exámenes de sangre muestran un nivel peligroso de metales pesados en el cuerpo. El paciente también recibe fluidos apoyo y otros tratamientos, incluyendo nutrición complementaria destinada a compensar los nutrientes que se absorben durante las sesiones de quelación. Mediante exámenes de sangre, el médico puede determinar el nivel de metales pesados en la sangre del paciente al inicio del curso de la terapia de quelación, y nuevamente en diversos puntos para confirmar cómo está trabajando la terapia. Debe ser aplicada por médicos profesionales.



El nitrato de plomo (II) se ha usado históricamente en la fabricación de fósforos y explosivos especiales como la azida de plomo $Pb(N_3)_2$, en mordientes y pigmentos (pinturas de plomo...), para la coloración e impresión de tejidos, y en los procesos de producción de compuestos de plomo. Otras aplicaciones más recientes son, por ejemplo, como estabilizador térmico en el nailon y los poliésteres, como recubrimiento de las películas fototermográficas, y en los rodenticidas.

El nitrito de plomo (II) también es una fuente fiable de tetróxido de dinitrógeno puro en el laboratorio. Cuando se seca la sal con cuidado y se calienta en un recipiente de acero, produce óxido de nitrógeno (IV) y oxígeno. Los gases se condensan y después se les realiza una destilación fraccionaria con el fin de dar N_2O_4 puro.

El nitrato de plomo (II) es tóxico y probablemente cancerígeno. Por tanto, debe ser manipulado y almacenado con las condiciones apropiadas de seguridad.

9 alimentos

para eliminar los metales pesados del cuerpo Los alimentos pueden ayudarnos a desintoxicar el cuerpo eliminando sustancias como los metales pesados.

A menudo se introducen elementos peligrosos en nuestro cuerpo, a través de los Alimentos o mediante el uso de cosméticos que contienen parafinas y derivados del petróleo. Los metales pesados en cuestión no son fáciles de eliminar del cuerpo y pueden permanecer en el cuerpo durante mucho tiempo, causando efectos que pueden ser graves y dañinos.

En cuanto a los productos de belleza, lo más recomendable es usar los eco-bio y mejor aún si los hacemos en cada mismo. Aún así, como muchas veces no es posible poder hacerlos nosotros mismos por falta de tiempo o de aptitudes hay alimentos que pueden ayudar a purificar nuestro cuerpo más rápido aunque usemos productos menos apropiados. Estos son los siguientes.

1. Cúrcuma

Se puede purificar la sangre y eliminar las toxinas y metales pesados del cuerpo gracias a la cúrcuma. Algunos estudios científicos recientes han sacado a la luz que es útil combinar la pimienta negra con cúrcuma, para una mayor eficiencia. Además facilita el proceso digestivo.



2. Ajo

Gracias a su contenido de azufre, el ajo tiene la capacidad de limpiar el cuerpo de toxinas. El azufre hace solubles en agua los metales pesados como el plomo y el cadmio. El ajo también contiene selenio, que protege al cuerpo de mercurio. Por estas razones, se ha utilizado desde hace muchos años para purificar la sangre y mejorar la circulación.

3. Limón

Como remedio natural es muy útil para hacer más fuerte el sistema inmunológico, por sus muchas propiedades beneficiosas. Un poco de jugo de esta fruta en un vaso de agua puede ser muy útil, especialmente si bebe por las mañanas. Permite limpiar a fondo el cuerpo y ayuda a eliminar los metales pesados.

4. Cilantro

El cilantro es realmente importante para contrarrestar la presencia en nuestro cuerpo de cadmio, plomo y aluminio. También es útil para liberar el cuerpo de la presencia de mercurio, peligroso incluso para el ADN. El cilantro debe utilizarse con chlorella, a fin de no reabsorber las toxinas.

5. Linaza

Los omega-3 son muy útiles para limpiar el cuerpo de metales pesados. Las sustancias que permiten la formación de ácidos grasos omega 3 pueden tomarse con semillas de lino y aceite de lino.

6. Nueces

Las nueces contienen ácidos grasos esenciales para promover la formación de ácidos grasos omega 3. También en este caso, es importante la ingesta de este alimento para permitir una limpieza efectiva de nuestro cuerpo.



7. Hortalizas orgánicas

Los vegetales orgánicos, cultivados de forma natural y sin pesticidas ni fertilizantes químicos son imprescindibles. También tomadas en forma de jugo, ya que proporcionan vitaminas y antioxidantes que pueden limpiar el hígado. Podemos consumir, por ejemplo, remolacha, repollo, apio y pepinos. Ideales para eliminar este tipo de elementos.

8. Jengibre

El jengibre se puede combinar con la cúrcuma, para mejorar los efectos positivos de este último. Esta combinación permite una digestión más fácil y ayuda a limpiar la sangre.

9. Algas marinas

Gracias a su contenido en algina, las algas marinas tienen la capacidad de absorber toxinas que se encuentran en el intestino y así poder eliminarlos. Podemos utilizar wakame, hiziki, arame, nori para sushi y kombu que debe añadirse a las legumbres.

Jugos para desintoxicar el organismo de metales pesados

Existen algunos minerales que son indispensables para el cuerpo, pero en las cantidades y obtenidos de las fuentes adecuadas.

Los niveles tóxicos varían de acuerdo a si se trata de cadmio, plomo, mercurio, aluminio, estaño, etc., y de las condiciones de salud de cada persona.



Tanto el aire como los suelos y el agua tienen metales pesados, siendo el plomo el más frecuente de encontrar porque pese a que se ha prohibido el uso de artículos y combustibles que lo contengan, en muchos países no se cumplen estas restricciones y aún se encuentran en juguetes, cunas, utensilios, gasolina, municiones, tintes, pinturas, llantas, vajilla, tuberías antiguas, etc.

Este y otros metales continúan afectando a los seres humanos, por sus efectos residuales durante muchos años, así como a los animales y vegetales que son parte de nuestra alimentación.

Los metales pesados se asocian a la aparición de enfermedades renales, respiratorias, neurológicas, hepáticas, dérmicas, además de alergias; también cáncer y otros males degenerativos. La desintoxicación de estos metales requiere del consumo de alimentos como los siguientes:

Remolacha

Es efectivo a la hora de eliminar los metales pesados del organismo. Además, es una fuente de nutrientes como la biotina la cual es soluble en agua y desempeña un importante papel en la metabolización de las proteínas, las grasas y los hidratos de carbono.

Zanahoria

Es uno de los principales desintoxicantes del mundo vegetal y ayuda a estimular el funcionamiento del hígado, los riñones y el aparato digestivo.

Frutas cítricas

Las frutas como la naranja, limón y mandarina poseen una gran acción descontaminante porque ayuda a eliminar restos de metales pesados en el organismo.

Manzana

Una manzana mediana sin pelar proporciona más de un diez por ciento de la ingesta diaria recomendada de fibra y ayuda en la eliminación de toxinas. Para que el zumo quede dulce utilice manzanas rojas; si desea un sabor más ácido, utilice las verdes.

**Jugo N° 1:**

Este jugo es rico en minerales y vitamina como B, C, K, betacaroteno, biotina, ácido fólico; calcio, cromo, hierro, magnesio, manganeso, fósforo, potasio; ácido málico; pectina, etc. y ayuda a eliminar los metales pesados

Ingredientes

3 remolachas pequeñas, cortadas en trozos
2 zanahorias grandes, con los extremos cortados y troceadas
2 manzanas, cortadas

Preparación

Licuar, con un poco de agua, los pedazos de remolacha, zanahoria y manzana por separado en la licuadora y luego mezclar los jugos resultantes. Tomar un vaso de este jugo cuando se requiera.

Jugo N° 2:**Ingredientes**

1/2 col mediana, con las hojas separadas y el centro o corazón cortado en trozos
3 zanahorias grandes, con los extremos cortados y troceadas
40 arándanos

Preparación

Envolver los trozos del centro de la col y de zanahoria con una hoja de col y pasarlos por la licuadora, alternándolos con unos cuantos arándanos. Tomar un vaso de este jugo cuando se considera necesario.

Jugo N° 3:**Ingredientes**

2 tomates medianos picados
1 manzana roja picada con cáscara
1 zanahoria mediana picada
1 limón, el jugo
1 naranja, el jugo
2 cucharadas de miel
Agua (necesaria)



Preparación

Licuar los trocitos de los ingredientes junto con un poco de agua y mezclar con los jugos. Beber de inmediato cuando se requiera

Jugo N° 4:

Ingredientes

100 gr de rábanos rallados
1 taza de jugo de zanahoria

Preparación

Licuar los ingredientes, colar y beber de inmediato. Tomar 1 vaso por la mañana, 1 vez a la semana

Jugo N° 5:

Ingredientes

1 limón pelado y partido en cuartos
1 naranja pelada y en gajos
1 1/2 tazas de piña picada

Preparación

Ponga el limón, la naranja y la piña uno a la vez en el exprimidor y procéselos. Pase el jugo a una jarra. Agite bien. Sirva el jugo en dos vasos y si desea decore cada uno con un adorno de arándano y limón

Recomendaciones al elaborar estos jugos

Escoger remolachas duras, con la piel lisa y de color intenso; los tubérculos pequeños y medianos tienen un sabor más dulce que los grandes.

Usar, al trocear la remolacha, guantes de látex para evitar mancharse. Si se manchan los dedos o las uñas, lavar la zona afectada con una rodaja de limón, un agente blanqueante natural.



Eliminar la piel de la zanahorias, ya que diversos estudios han demostrado que ésta absorbe los pesticidas, de modo que se deben pelar siempre antes de licuarlas, a menos que sean orgánicas.

Guardar las manzanas en la nevera para conservar su textura crujiente aproximadamente durante un mes.

Algunas causas de la intoxicación por plomo son la ingestión de pintura con plomo y el hecho de comer o beber en ciertos objetos de cerámica con plomo mal esmaltados.

Las causas subyacentes del Trastorno del Desarrollo, el Autismo y retardo mental, se halla en la intoxicación por plomo. En España, lamentablemente esta relación es prácticamente desconocida, y las pocas fuentes que conocen este hecho, no mencionan la posibilidad y necesidad de tratarlo. Es de urgencia que se empiece a reconocer estas cuestiones.

El 13% de los casos de retraso mental leve en la infancia tiene su origen en una elevación de los niveles de plomo en la sangre, extremo éste que se observa en cuatro de cada 10 niños, según un estudio promovido por el Departamento de Protección del Entorno de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

El retraso mental se caracteriza por una capacidad intelectual significativamente por debajo del promedio con un CI de aproximadamente 50 o inferior, o en el mejor de los casos con un CI menor al de la media (menos de 80) en los casos de retraso mental leve. Sin embargo el futuro de estos niños y su coeficiente intelectual final en la edad adulta se puede mejorar considerablemente con un tratamiento de quelación que arrastre el plomo fuera del organismo y de las células nerviosas donde este se ha depositado.



El plomo es un metal pesado, un mineral que no tiene ninguna función en nuestro organismo y que ejerce una acción destructiva en nuestro cuerpo. Se debe de tener en cuenta, que aunque es un veneno para todo el mundo, los niños son especialmente susceptibles, no solo porque absorben mayor cantidad que un adulto (hasta el 50%), sino porque además, como todos los venenos, se debe de tener en cuenta la proporción en relación al peso del individuo. No es lo mismo que un bebé de 6 kilos esté en contacto con una cantidad X de plomo que un adulto de 60 kilos expuesto a esa misma cantidad. Además de esto debe de tenerse en cuenta que el plomo ataca directamente al cerebro, lesionándolo. Por ello los primeros años de vida son especialmente susceptibles, pues el cerebro está en pleno desarrollo, algo que no se volverá a repetir en la vida de esa manera. El cerebro se acaba de desarrollar sobre los 25 años y en los casos más tempranos a los 18. En los primeros años de vida (0-3 años) el cerebro madura a una gran velocidad. Si esta se ve interrumpida inevitablemente quedarán graves secuelas. Cuanto antes se detecte una intoxicación por plomo y se aplique inmediatamente el tratamiento correspondiente mejor pronóstico habrá. En estos casos el tiempo es oro. Todos sabemos lo rápido que crecen los niños y como maduran y aprenden de una semana a otra. Los cambios plásticos del cerebro a esas edades son muy profundos, y en el momento en el que se empieza a eliminar el plomo, el cerebro tiene la oportunidad de reorganizarse y recuperar las funciones perdidas.

Las causas de intoxicación por plomo pueden ser varias y a veces difíciles de detectar. Numerosos elementos y estructuras contienen este metal pesado en su composición: soldaduras, cables eléctricos, pilas, ciertos tipos de cerámicas, tuberías conductoras de agua, algunas pinturas, viviendas construidas antes de 1950 y emanaciones de ciertos gases.

Hace años incluso hubo juguetes que contenían plomo. El plomo se absorbe por el tracto intestinal o a través de la respiración. La primera es más propia del medio ambiente y de ámbitos industriales y urbanos, mientras que la segunda se enmarca sobre todo en el entorno doméstico.

Algunas intoxicaciones comienzan durante el embarazo debido a que la madre bebe agua de grifo con niveles altos de plomo.



Esto sucede en casas que tienen grifos o accesorios de bronce, los cuales contienen plomo, sistema de agua con tuberías de plomo, o tuberías de cobre con soldaduras, especialmente en las casa más antiguas. Si usted y su hijo vive en una casa un poco vieja y han estado bebiendo agua de grifo o usándola para cocinar, la única forma de salir de dudas es llevando el agua a un laboratorio que sepa determinar la presencia de plomo.

Otra fuente de intoxicación se debe a que las pinturas comercializadas antes de los años 50 contenían plomo, no suficiente como para envenenar a un adulto que viva en una casa antigua pintada con este tipo de pinturas, pero si a un bebe o un niño. No se confunda y piense que hace falta comerse directamente la pintura de la pared para envenenarse. El plomo es sumamente volátil y la pintura vieja descascarillada es suficiente para que el ambiente esté contaminado. Aquellas personas que hayan remodelado la casa, rascando la pintura antigua para pintar de nuevo durante el embarazo o con niños pequeños, habrán causado sin querer una contaminación con plomo del hogar, suficiente para provocar un envenenamiento.

Los niños recién nacidos hasta los dos años tienen mayor riesgo de tener niveles de plomo elevados en sangre. En estudios se han encontrado que el los niños del grupo de entre 12 y 36 meses tenían los niveles de plomo en sangre más altos que el resto.

A partir de los años noventa la OMS apoyó decididamente el desarrollo de investigaciones sobre los riesgos de la exposición al plomo, pues durante décadas había sido un importante problema de salud pública. Un estudio auspiciado por la OMS, que se publicó el año 2004 en el Environmental Research, revela que un 13% de los casos de retraso mental leve en la infancia son atribuibles a contaminación por plomo y que cuatro de cada 10 niños presentan niveles altos de este mineral en la sangre.

EL CDC de Atlanta cree que, sólo en Estados Unidos, de tres a cuatro millones de niños menores de seis años presentan niveles de plomo en la sangre lo suficientemente altos como para interferir en su normal desarrollo cognitivo y causar desde alteraciones en las facultades para la lectura hasta retraso mental en diversos grados.



En las últimas décadas los estudios se han centrado preferentemente en la población infantil. En relación a la exposición fetal, se sabe que el plomo cruza la barrera placentaria y se acumula en los tejidos fetales durante la gestación (McMichael et al., 1986; Dietrich et al, 1987). Es decir, a través de la madre se puede intoxicar el feto. La exposición intrauterina temprana condicionaría bajo peso al nacer, retardo del crecimiento intrauterino (Bellinger et al., 1991) e interferiría en el crecimiento del niño en el primer año de vida (Schwartz, Angle & Pitcher, 1986).

Si la madre tiene plomo acumulado este se puede transferirse al feto a través de la placenta. Esto ocurre especialmente si la madre consume durante el embarazo pocos alimentos con un alto contenido en calcio. Existe evidencia de que el calcio previene la liberación ósea del plomo en la madre según los estudios de la Dra Adrienne S. Ettinger de la escuela de Salud Pública de Harvard en Boston. Los resultados de sus investigaciones demostraron que las madres con altos niveles de plomo en sangre que tomaron suplementos de calcio redujeron hasta un 75% el plomo circulante en sangre. Varios estudios han demostrado consistentemente que la exposición prenatal a plomo estaría asociada a déficits en el desarrollo tanto físico como mental del niño durante el primer año de vida (Bellinger et al, 1984, 1986, 1987; Faust & Brown, 1987). En estos casos los niños ya nacen intoxicados y con síntomas. Los padres no podrán apreciar un antes y un después.

La hiperbilirrubinemia neonatal moderada podría precipitar también un aumento de la sensibilidad a la exposición a plomo. Esto se debe en mi opinión a que los recién nacidos tienen un hígado inmaduro, y también un sistema digestivo que no se ha acabado de desarrollar. Es muy común que los niños nazcan con estos órganos especialmente inmaduros y estos son muy susceptibles a intoxicarse debido a la escasa capacidad de su hígado de eliminar toxinas.

El tratamiento de quelación natural del plomo

Para asegurarse de la correcta eliminación del plomo será imprescindible corregir la dieta de forma que esta sea rica en hierro, calcio, zinc y vitamina C. En algunos casos se podrá suplementar con estos minerales y vitaminas que favorecen su eliminación puesto que lo desplazan. Existen en la naturaleza sustancias capaces de atrapar el plomo y otros metales pesados y eliminarlos del cuerpo siempre y cuando el hígado y los riñones del intoxicado funcionen correctamente. Estas sustancias son: el ajo, el coriandro, la clorella, etc. Será importante el aporte de nutrientes que ayuden a regenerar el sistema nervioso, como el omega 3 y los complejos de vitamina B. En cualquiera de los casos habrá que ayudar al hígado y a los riñones a eliminar los tóxicos con la suplementación de aminoácidos precursores del glutatión, y otros aminoácidos involucrados en la detoxificación hepática.



Así mismo resulta muy interesante la administración de medicamentos de homeopatía científica (homotoxicología) para favorecer la funcionalidad de estos órganos. Resultarán imprescindibles los aportes de antioxidantes con especial tropismo por las células nerviosas y las plantas medicinales que favorezcan el aprendizaje, la concentración y la memoria.

* * *

“Biblioteca de Alejandría” de Shakespeare Hood Dao

Compuesta por toda la colección casi desaparecida de Hsiang Kuo y Wang Pi.

Libros de autores que han vivido siglos atrás, obras autorizadas para su difusión al caducar su derecho reservado.

Libros casi extintos que ya no se editan por ninguna editorial del mundo a causa de que son poco redituables y por la gran cantidad de nuevos títulos. Libros especiales que han inspirado a miles de escritores actuales.

Libros Clásicos de Oriente y del esoterismo iniciático universal.

Esta Colección tiene la finalidad de promover la sabiduría que incentiva un nuevo enfoque de conciencia que ayude a la humanidad a revertir la tendencia autodestructiva de privilegiarse a sí misma por encima de la naturaleza.

Si algunos de los Libros de Shakespeare Hood Dao que recibes sigue manteniendo vigente los derechos reservados de autor avisanos e inmediatamente lo retiraremos de circulación. No queremos deteriorar la endeble economía de la mayoría de los escritores, que bien conocemos cómo es. Tratamos de difundir sólo aquella literatura que por fallecimiento de su autor no mantenga ya los derechos reservados de difusión.

Si cuentas con algún escrito digitalizado de alguna obra antigua y quieres colaborar con el proyecto: **“Divulgación del Saber Iniciático”** no dejes de enviarnos el material, el cual te agradeceremos enormemente.

Algunos de los Títulos de la **Nueva Biblioteca de Alejandría de Shakespeare Hood Dao** son:

137 libros de Ch’i Kung Nei Kung, algunos inéditos en América - 52 libros de T’ai Chi Chuan (las 5 Familias) - 47 Libros de Shaolín Kung Fu - 269 Libros acerca de la Filosofía Taoísta y Chan - 28 Libros sobre Alquimia China - 64 Libros de Meditación - 426 Libros de Iniciación - 693 Libros sobre Esoterismo - 546 Libros sobre Mística - 1040 Libros de Revelación y la suma ya supera lo que un ser humano podría leer en una vida de doscientos años - 25 Libros sobre Feng Shui - 6 Manuales Enciclopédicos del I Ching. Autores renombrados del pasado sobre el I Ching. Ciencias Esotéricas de Oriente y Medio Oriente. Cientos de Clásicos Taoístas. Las mejores obras monumentales japonesas sobre el camino interior. Clásicos de India. Todas las Ciencias y Artes Esotéricas. La Gran Sabiduría Metafísica del Mundo. Filosofía Esotérica y Ocultista Universal. Terapias Magistrales del Shamanismo Primitivo. Libros Sagrados y Literatura de Santos. Las Enseñanzas de los Grandes Maestros e Iluminados de la Humanidad. Visionarios, Vanguardistas y Profetas del Mundo.

* * *



* * *

Algunos de los Títulos de la **Nueva Biblioteca de Alejandría** de **Shakespeare Hood Dao** de la web son:

137 libros de Ch'i Kung Nei Kung, algunos inéditos en América

52 libros de T'ai Chi Chuan (las 5 Familias)

47 Libros de Shaolín Kung Fu

269 Libros acerca de la Filosofía Taoísta y Chan

28 Libros sobre Alquimia China

64 Libros de Meditación

426 Libros de Iniciación

693 Libros sobre Esoterismo

546 Libros sobre Mística

1040 Libros de Revelación

y la suma ya supera lo que un ser humano podría leer en una vida de doscientos años

25 Libros sobre Feng Shui

6 Manuales Enciclopédicos del I Ching.

Autores renombrados del pasado sobre el I Ching.

Ciencias Esotéricas de Oriente y Medio Oriente.

Cientos de Clásicos Taoístas.

Las mejores obras monumentales japonesas sobre el camino interior.

Clásicos de India.

Todas las Ciencias y Artes Esotéricas.

La Gran Sabiduría Metafísica del Mundo.

Filosofía Esotérica y Ocultista Universal.

Terapias Magistrales del Shamanismo Primitivo.

Libros Sagrados y Literatura de Santos.

Las Enseñanzas de los Grandes Maestros e Iluminados de la Humanidad.

Visionarios, Vanguardistas y Profetas del Mundo.

Pídeme el distribuidor de tu zona para que te envíe el catálogo y los libros que desees

shakespearehood@gmail.com

*y no dejéis para más tarde lo que podéis leer ahora
y recuerda, acepto vuestro libro con sumo beneplácito*

Seguimos forjando entre todos ...

la Nueva Alejandría.

en nombre del Grupo
Shakes

Sites :

<http://shakespeare-hood.blogspot.com.ar/>

<https://sites.google.com/site/shakeshood/>

<http://sites.google.com/site/shakespearehood/>

Em@il :

shakespearehood@gmail.com
