

Diabetes: simpatias, chás e ervas

Chakras, sucos, patês

Mago e Sacerdote Sidrak

ÍNDICE REMISSIVO

Prefácio	3
Direitos autorais	5
Sobre o Autor	6
O que é Diabetes?	7
Alimentos	9
Chakras	14
Cuidados especiais	16
Elementos químicos	19
Fitoterapia	20
Garrafada	22
Patês	24
Sucos e chás	26
Simpatias	30

PREFÁCIO

O diabetes é um dos cinco males que mais ceifam vidas no Brasil, segundo o Ministério da Saúde; e um dos mais lucrativos da indústria farmacêutica (algo em torno de **300 bilhões de dólares por ano**, só no Brasil; e no mundo todo, a indústria farmacêutica fatura 1 trilhão de dólares anualmente). Enfermidade que mata lentamente se for menosprezada e não tratada convenientemente. Ela incapacita o organismo de utilizar os alimentos adequadamente.

Para acrescentar: Existe um grupo de estudos de possíveis curas para o diabetes, chamado CureBeta, que é composto pela nata da ciência farmacológica moderna: pesquisadores da Universidade de Harvard, do Howard Hughes Medical Institute e da empresa de biotecnologia alemã Evotec. O foco das atenções do CureBeta são as células beta. Estas são as células presentes no pâncreas que têm a função de produzir insulina. O grupo acredita possuir drogas capazes de regenerar estas células, o que em tese abriria caminhos para a cura do diabetes em sua origem celular. Seria a primeira vez que medicamentos para diabéticos tratariam a origem da doença, e não seus sintomas.

Agora, uniu-se ao grupo a gigante farmacêutica belga Janssen, uma divisão da Johnson&Johnson. A companhia fornecerá ao grupo suporte tecnológico e de pesquisa, além de um generoso aporte de dinheiro: são mais de **300 milhões de dólares** por produto desenvolvido através da parceria. Além disso, a farmacêutica pagará royalties para as demais instituições caso novos medicamentos sejam lançados no mercado. A parceria animou os pesquisadores do CureBeta, os quais acreditam que, agora, poderão acelerar suas pesquisas e concluir projetos.

Enquanto a cura definitiva não chega, o diabético deve contentar em contornar o problema com mudança de hábitos alimentares, exercícios físicos moderados, medicação adequada, redução do peso corporal (IMC abaixo de 25Kg/m²); redução da ingestão de sal/sódio; abandono ou redução do consumo de bebidas alcoólicas; abandono do Tabagismo; controle dos níveis de glicemia; controle das dislipidemias.

Não se está aconselhando, de maneira nenhuma, a substituição de qualquer tratamento médico pelos métodos descritos neste [ebook](#). O seu médico deve ser consultado periodicamente e as taxas de glicemia devem ser verificadas sempre de acordo com o seu médico. O seu médico é quem será a última palavra na avaliação e dosagem dos medicamentos que você já ingeria cotidianamente para controle desse mal, diabetes. Este [ebook](#) traz informações de diretrizes coadjuvantes ao tratamento médico convencional.

<http://www.topbook.com.br>

DIREITOS AUTORAIS

Autor

[MAGO E SACERDOTE SIDRAK]

Editor

[RAMIRO AUGUSTO NUNES ALVES]

Embora toda precaução tenha sido tomada na preparação deste livro, a editora e os autores não assumem nenhuma responsabilidade por erros ou omissões, ou por danos resultantes da utilização das informações aqui contidas.

PROIBIDA A REPRODUÇÃO TOTAL OU PARCIAL DESTE EBOOK COM OBJETIVOS COMERCIAIS SEM A EXPRESSA ANUÊNCIA DO AUTOR OU EDITOR.

SOBRE O AUTOR

[Mago e Sacerdote Sidrak], Sidrak é estudioso, pesquisador e esotérico, preocupado com o bem-estar das pessoas em geral.

Esse autor tem outros trabalhos voltados com o mesmo fim, tornar a vida das pessoas mais produtivas e livres de medicamentos que, na maioria das vezes, só prestam para enriquecer a indústria farmacêuticas e os laboratórios em geral.

O QUE É DIABETES?

Diabetes ou hiperglicemia é o nome que se dá aos altos índices de glicose no sangue, plasma. Considera-se índice normal aquele que está na faixa de 60 a 100 mg/dl. Para o organismo, sadio, executar o controle desse índice, ele dispõe da ação conjunta dos hormônios glucagon e insulina, ambos fabricados pelo Pâncreas.

O diabetes é um dos cinco males que mais ceifam vidas no Brasil, segundo o Ministério da Saúde; e um dos mais lucrativos da indústria farmacêutica (algo em torno de 300 bilhões de dólares por ano; e no mundo todo, a indústria farmacêutica fatura, pasmem, 1 trilhão de dólares anualmente). Enfermidade que mata lentamente se for menosprezada e não tratada convenientemente, incapacita o organismo de utilizar os alimentos adequadamente. Mas por que uma pessoa é ou se torna diabética? Há duas explicações que se complementam, uma científica e outra esotérica:

Cientificamente: O diabetes caracteriza-se pela deficiência de produção e/ou de ação da insulina. Pode ocorrer devido a defeitos na secreção ou na ação da insulina, hormônio produzido no pâncreas, por determinadas células chamadas Beta. A função principal da insulina é promover a entrada de glicose para as células de forma que ela possa ser aproveitada para as diversas atividades celulares.

O diabetes pode ser desencadeado por uma série de fatores, tanto externos quanto internos: vida agitada dos grandes centros urbanos, vida sedentária e falta de exercícios físicos, o estresse, a poluição, alimentação sem qualidade e rica em gordura e açúcar, além do consumo excessivo de refrigerantes, bebidas alcoólicas e tabaco.

Se não tratado, produzirá, com o decorrer do tempo, problemas graves e até mesmo fatais, como o infarto cardíaco, derrame cerebral (AVC), cegueira, impotência sexual, doenças renais, câncer no pulmão, úlceras nos membros inferiores e amputações de membros.

Esotericamente: Esta doença nasce primeiramente no corpo astral (embora possa ser desencadeada até mesmo no mundo físico por

hábitos não saudáveis). O chacra do pâncreas, ligado intimamente aos chacras da barriga (do plexo solar, do fígado e do baço), sofre grande influência não somente pelo que nos alimentamos, mas especialmente por nossas emoções inferiores (dizemos emoções inferiores aquelas nascidas do Ego, que geram energias deletérias, negativas, que infectam e desestabilizam os chacras, especialmente da barriga), tais como raiva reprimida e não compreendida, rancores, revoltas, indignações etc.

Publicações para o seu bem-estar social, pessoal, econômico e financeiro:

<http://topbook.com.br/pacto-de-riqueza>

ALIMENTOS

Estes alimentos aliviam o trabalho do pâncreas, auxiliam a agilizar a eliminação do excesso de açúcares no sangue ou os concentram no fígado para posterior utilização. Eis a seguir, uma pequena lista dos alimentos preventivos que o diabético precisa usar, sempre que possível:

- Canela
- Cúrcuma
- Cominho
- Manga háden (uma porção por dia)
- Amêndoas
- Batata Yacon (de sabor agradável, que lembra a pera, deve ser consumida logo após as refeições, pois também equilibra a glicemia)
- Quinoa e Amaranto (combatem a resistência à insulina e o colesterol, são riquíssimos em micronutrientes)
- Gengibre
- Cogumelos (não em conserva, mas in natura, pois são ricos em ergosterol, enzima que “obriga” as células a reagir positivamente com a insulina)
- Arroz integral (rico em cromo, que é um oligoelemento benéfico para a absorção da insulina pelas células)
- Orégano
- Alecrim
- Espinafre
- Quiabo
- Alho cru
- Agrião fresco
- Levedura de cerveja

- Extrato de Stévia
- Ervilha fresca
- Cogumelos Reishi, maitake e shiitake
- Água de coco

Abacate

O abacate é um ótimo alimento para os portadores de diabetes. Isto porque ele é rico em gorduras monoinsaturadas e também possui poli-insaturadas, ambas gorduras boas para a saúde. "O abacate, assim como as outras gorduras monoinsaturadas como azeite, nozes, castanhas, auxiliam na resistência à insulina e na prevenção de doenças cardiovasculares, o contrário das gorduras saturadas", explica a nutricionista Nicole Trevisan, do ADJ Diabetes Brasil.

Uma pesquisa publicada no The American Journal of Clinical Nutrition concluiu após revisar diversos estudos que as gorduras monoinsaturadas são benéficas para a dieta de quem tem diabetes tipo 1 e 2.

O estudo constatou que este alimento ajuda a reduzir os níveis do colesterol ruim, LDL, e aumentar o bom, HDL, o que é ótimo para os diabéticos que tem maior tendência a desenvolver problemas cardiovasculares. A pesquisa também observou que quando consumidas em quantidades moderadas, as gorduras monoinsaturadas não favorecem o ganho de peso em pessoas com diabetes.

Procure ingerir no máximo quatro colheres de sopa de abacate no dia, pois este alimento é muito calórico.

Aveia

A aveia é um alimento importante para quem tem diabetes tipo 2, isto porque ela é rica em fibras solúveis. "Este nutriente ajuda a diminuir a velocidade da absorção da glicose, o que irá evitar os picos de glicose. Além disso, ele também controla a absorção do colesterol", explica o nutrólogo Roberto Navarro.

Uma pesquisa publicada no Journal of The American Board of Family Medicine revisou quinze estudos e concluiu que o consumo de fibras por pessoas com diabetes tipo 2 ajuda a reduzir a velocidade da absorção de glicose e por isso, o consumo deste nutriente é benéfico e deve ser

Gracias por visitar este Libro Electrónico

Puedes leer la versión completa de este libro electrónico en diferentes formatos:

- HTML(Gratis / Disponible a todos los usuarios)
- PDF / TXT(Disponible a miembros V.I.P. Los miembros con una membresía básica pueden acceder hasta 5 libros electrónicos en formato PDF/TXT durante el mes.)
- Epub y Mobipocket (Exclusivos para miembros V.I.P.)

Para descargar este libro completo, tan solo seleccione el formato deseado, abajo:

