



ÁGUA HIDROGENADA COM PODER ANTIOXIDANTE

Artigos de revisão

Dra. MANUELA CEREJEIRA

O HIDROGÉNIO E A CÉLULA

O hidrogénio é o mais pequeno e mais leve átomo existente na natureza. É um dos gases que respiramos e é um dos três principais constituintes do nosso corpo.

Até há poucas décadas foi considerado um gás “inerte”, ou seja, sem acção benéfica para a nossa saúde. No entanto, em 2007 surgiu a primeira publicação científica que identificava o hidrogénio molecular (H_2) como “agente terapêutico”. Desde então, a investigação sobre os seus benefícios no campo da saúde tem vindo a aumentar exponencialmente, tendo-se demonstrado os seus inúmeros benefícios tanto como agente preventivo como terapêutico.

É nas células que os fenómenos da saúde ou os desequilíbrios desta se fazem sentir. Quaisquer que sejam os nomes dados aos desequilíbrios (conhecidos como “doenças”) todos eles têm algo em comum: são o resultado do desequilíbrio de um grupo ou sistema de células. E o hidrogénio molecular por ser um gás tão leve, penetra fácil e directamente dentro das células, entrando no seu núcleo e nas suas mitocôndrias (as centrais energéticas das nossas células) – este facto coloca-o como agente privilegiado para o suporte à regulação das funções celulares.



Assim sendo, a sua acção terapêutica tem sido demonstrada em todas as doenças estudadas até à data. Também num corpo saudável aporta benefícios como: aumento de vitalidade e de clareza mental, por exemplo.

E como obter o hidrogénio molecular em concentração terapêutica? O meio mais simples e seguro é através da água hidrogenada, ou seja, água enriquecida com hidrogénio molecular.

O QUE É A ÁGUA HIDROGENADA?

Como sabes, a água é constituída por dois átomos de hidrogénio e um de oxigénio. A água hydrogenada é uma água enriquecida com hidrogénio gasoso na sua forma molecular mais comum, ou seja, H₂.

Um hydrogenador de água é um dispositivo munido de filtros que permitem a purificação da água e de um sistema produtor de hidrogénio molecular que ejecta H₂ na água purificada. Este gás, H₂, fica misturado na água sob a forma de minúsculas bolhinhas que se mantêm estáveis e aí permanecem por um período de nove horas, permitindo, assim, **levar uma “garrafa de saúde” com água hydrogenada para o dia de trabalho, para o treino desportivo ou para os exames escolares.**

Como a molécula deste gás é minúscula, quando bebemos água hydrogenada, o gás passa através da mucosa (a membrana de revestimento interno) do aparelho digestivo para o sangue e, daí, chega a todas as células quase instantaneamente, o que é extraordinário.

Sabíamos que o oxigénio era indispensável à vida, à oxigenação das células, mas só desde há menos de duas décadas se está a descobrir a importância do hidrogénio no suporte de todas as funções celulares. O hidrogénio molecular é um facilitador e um sinalizador de inúmeros processos celulares, numa palavra, o H₂ é um otimizador das funções celulares; assim, poderei dizer que o H₂ é indispensável a uma vida saudável e duradoura.

Para além das inúmeras vantagens clínicas na sua utilização, é muito relevante notar que a água hydrogenada é 100% segura e não tem quaisquer efeitos secundários negativos.



QUAL A MAGIA DO HIDROGÉNIO MOLECULAR?

Por muito que as investigações em medicina, biologia e bioquímica identifiquem cada vez mais processos da vida, muito há ainda por descobrir. A medicina oriental tem avançado muito na investigação direccionada para produtos naturais que possam maximizar a nossa homeostasia corporal (conjunto de processos automáticos de retorno ao equilíbrio de todas as nossas células, órgãos e sistemas); assim, **já foram publicados inúmeros estudos sobre os benefícios clínicos e terapêuticos do Hidrogénio Molecular (H₂).**

A vida, a nível molecular, é constituída por milhares de processos energéticos, eléctricos, electromagnéticos e químicos, em que se produzem, transformam e degradam uma imensidade de substâncias, cujo resultado final são: carências em algumas substâncias e acumulações de outras – os seus detritos.

Os **radicais livres** (moléculas com carga eléctrica instável) são dos detritos mais tóxicos se acumulados em excesso. **A sua acumulação excessiva (denominada, stress oxidativo) está na origem e na cronicidade da maioria das doenças.** A inflamação é um mecanismo natural de tentativa de regulação do corpo. No entanto, quando os processos inflamatórios se perpetuam ou ficam estagnados, os locais onde eles ocorrem começam a apresentar sintomas. O excesso de radicais livres e a inflamação de longa duração estão na base de todas as doenças crónicas.

Ora as duas principais “magias” do H₂ são precisamente a sua acção eficaz no combate ao stress oxidativo e no combate à inflamação.

Assim, beber água hydrogenada é uma medida preventiva e terapêutica recomendável para o nosso dia-a-dia.

O H₂ É UM REGULADOR DOS PROCESSOS DA VIDA

São já dezenas de milhares as publicações científicas que indicam inúmeros benefícios preventivos e terapêuticos do Hidrogénio Molecular. A minúscula molécula de H₂ presente na água hidrogenada chega a todos os recantos do nosso organismo que beneficiam da sua “assistência”.

O H₂ é um regulador dos processos da Vida, como tal actua nos principais mecanismos que poderiam conduzir à desregulação celular, sendo o principal deles a sua capacidade de minorar o stress oxidativo (o excesso de oxidação).

As suas principais acções são: anti-inflamatória, anti-alérgica, estimulante do metabolismo energético (produção de energia pelas células) e modelador da apoptose (morte celular).

Vê alguns dos benefícios já comprovados:

Aparelho digestivo

- Melhora a fragilidade e feridas gengivais
- Alivia a erosão do estômago causada por aspirina
- Inibe a inflamação intestinal
- Protege o fígado contra medicamentos tóxicos
- Melhora a Hepatite B

Sistema Urinário

- Melhora disfunções da bexiga
- Minimiza toxicidade renal por quimioterapia
- Minimiza complicações decorrentes de transplante renal

Cérebro e Sistema Nervoso

- Previne o declínio cognitivo (intelectual)
- Atrasa o desenvolvimento e a progressão da D. Parkinson
- Previne a neuro-inflamação e o declínio de memória na D. Alzheimer
- Auxilia na recuperação de AVC (Acidentes Vasculares Cerebrais)
- Protege dos efeitos de neurotóxicos cerebrais
- Efeito preventivo na Esclerose Lateral Amiotrófica

Condição Psicológica

- Melhora o humor
- Melhora a ansiedade
- Aumenta a sensação de relaxamento
- Atenua comportamentos depressivos

Olhos e Ouvidos

- Melhora lesões da córnea (aplicação nos olhos)
- Minimiza o efeito de medicamentos tóxicos para os ouvidos"



Diabetes e Síndrome Metabólica

- Melhora a Diabetes tipo II e a intolerância à glicose
- Diminui a concentração das “gorduras” no sangue

Coração

- Auxilia na recuperação do Enfarte Cardíaco

Pulmões

- Auxilia em Doenças Pulmonares graves

Pele

- Melhora a Dermatite Atópica

Radioterapia

- Alívio de efeitos colaterais: fadiga, perda de cabelo, problemas de pele, náuseas, dores de cabeça, dor na zona irradiada

Performance atlética

- Aumenta a energia
- Reduz tempo de recuperação
- Reduz dor muscular pós-treino intenso

A ÁGUA HIDROGENADA É TUA ALIADA!

A vida é criada por uma sequência de escolhas sucessivas, todas elas feitas por cada um de nós que a vive. Cada escolha tem uma ou mais consequências. O importante dessas escolhas é que elas sejam feitas de modo consciente, isto é, consequente. A saúde e o bem-estar dependem das escolhas que, repetidamente, realizamos no dia-a-dia.

Tu e toda a gente sabe que é prejudicial para a saúde, por exemplo: não comer vegetais e fruta; não beber água suficiente; comer doces em demasia; não fazer exercício físico; beber álcool; o uso excessivo de telemóvel, tablete, computador, etc. etc. Que hábito saudável queres introduzir a partir de hoje?

No percurso conjunto deste primeiro mês de 2024 fomos descobrindo algo tão simples, orgânico, sem limitações na sua utilização (desde que proveniente de equipamentos certificados) e sem condicionar efeitos indesejáveis – o hidrogénio molecular. A acção do hidrogénio molecular demonstrou ser benéfica em todas as doenças investigadas.

A forma mais simples e segura de ingerir H₂ é através da Água Hidrogenada.

Em síntese, o hidrogénio molecular, presente na Água Hidrogenada, tem acção terapêutica em todas as doenças crónicas associadas ao estilo de vida ocidental: doença coronária, obesidade, hipertensão, diabetes tipo 2, doenças neuro-degenerativas, doenças autoimunes, cancro e osteoporose; e também tem acção benéfica nas pessoas saudáveis: melhora o desempenho cognitivo, a ansiedade e o humor; e é benéfico na actividade física intensa.

E que tal escolheres a Água Hidrogenada como uma amiga, um complemento diário a ter ao teu lado para prevenção ou regulação terapêutica das doenças ou dos excessos diários?

SOBRE A AUTORA

(pequeno resumo biográfico)



DRA. MANUELA CEREJEIRA

- Médica
- Especialista e Consultora em Saúde Pública
- Mestre em Epidemiología de Campo, pela Escuela Nacional De Sanidad - Instituto de Salud Carlos III, Madrid
- Ex-Bolseira da União Europeia: European Programme For Intervention Epidemiology Training
- Ex-Delegada de Saúde e ex-Colaboradora da Direcção-Geral da Saúde e da Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo
- Formação em Coaching e Psych-K
- Formação em Medicina de Bio-Regulação de Sistemas e Nutrição Celular Activa
- Estudiosa de Física Quântica, Epigenética, Neurociências e Desenvolvimento Humano
- Estudiosa de várias áreas de Cura Natural cientificamente comprovadas
- Palestrante e Activista Consciencial.

"Independentemente da história de vida de cada um, todos queremos ser saudáveis, ter sucesso e ser felizes. Para ser saudável, ter sucesso e ser feliz, é necessário estar presente aqui e agora, assumir 100% de responsabilidade pela sua vida, e estar em coerência entre o pensar-sentir-agir"
Manuela Cerejeira

