



Basta De GASTRITIS™



Brenda Anderson

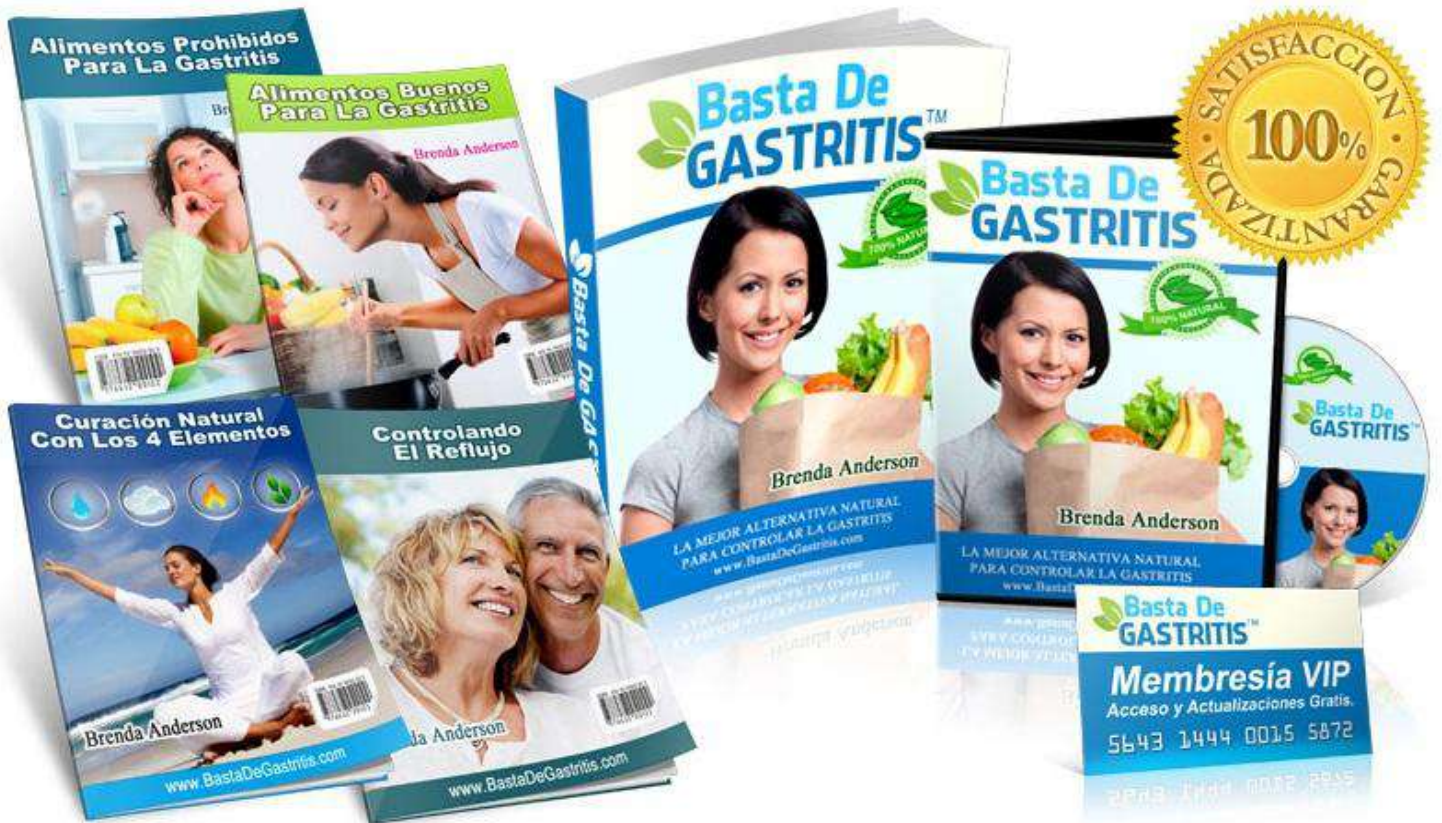
ISBN 456-90-98082-02-8

976632 00123

**Basta De
GASTRITIS™**



Tratamiento Natural Para
Controlar La Gastritis



DESCARGAR BASTA DE GASTRITIS COMPLETO

DA CLICK AQUÍ

*Recomendado
por expertos*



Tabla De Contenidos

	Página
Las Gastritis, La Enfermedad Del Estomago	05
Síntomas Y Consecuencias	06
¿Cuál Es El Origen De Las Gastritis?	08
¿Las Gastritis Se Cura De Raíz?	10
El Control o La Cura De La Gastritis	12
La Alimentación Es La Clave De Curación Para La Gastritis	15
Tres Remedios Naturales Para Curar La Gastritis	19
Disminución De Peso Es Igual A Reducción De Riesgos De Complicaciones De La Gastritis	21
Conclusión	23



INTRODUCCIÓN

¿Estas sufriendo de gastritis? ¿Quieres curarte? En este reporte te aportare información valiosa y algunos consejos para que te ayudes a controlar o curar tu estómago y que evites seguir gastando tu dinero sin resultados efectivos, o someterte a cirugías, a seguir sufriendo de por vida de dolor, ardor, sangrado o complicaciones como úlceras o cáncer de estómago. Así como ir poniendo fin a periodos de depresión y aislamiento de tu familia y amigos a causa de la gastritis.

Espero te sea de utilidad.



Las Gastritis, La Enfermedad Del Estomago

A continuación veremos un poco que es la gastritis, sus síntomas, la opinión de la medicina convencional, y los tratamientos comunes y no efectivos.

Lo más seguro es que ya sepas que el estómago es el encargado de una parte importante del proceso de la digestión de los alimentos.



Si se padece gastritis se tiene un estómago con problemas de inflamación interna que causa muchas molestias antes de comer, durante la comida y después de comer.

Para comenzar a aprender sobre la gastritis, debemos entender que: "La gastritis es la inflamación de la mucosa gástrica o de las paredes del estómago.

En algunas personas la gastritis se presenta con síntomas molestos y en otras no hay síntomas lo que suele ser peligroso por la falta de alerta que indique prestarle atención al problema a tiempo.

Esta inflamación puede ser total o parcial y causar serias complicaciones en la salud.

Existe la gastritis aguda y gastritis crónica. Los factores para diferenciarlas son:

El momento y la duración de la enfermedad, el desarrollo o avance del daño del estómago visto a través del endoscopio o microscopio, y los síntomas que se presentan.

En la actualidad y según las estadísticas de mayo 2013, el 62% de la población mundial tiene gastritis y el 35% tiene gastritis crónica, y por si fuera poco cada día se incrementa el porcentaje.

Síntomas Y Consecuencias

Cuando el estómago está enfermo, se debilita y se ven alteradas las funciones de todo el organismo.

Si sientes algunos de los siguientes síntomas a nivel físico es importante atender el problema con seriedad antes de sufrir complicaciones.



Síntomas:

Dolor en la boca del estómago

Mareos, náuseas frecuentes o falta de apetito

Ardor en la boca del estómago, que puede correr hacia la espalda y cuello (es constante o temporal)

Abdomen apretado (inflamación)

Hambre y sensación de vacío

Sensación de llenura inmediata

Diarrea, reflujo ácido, eructos y colitis

Pérdida de peso

Fatiga

Quemazón, punzada y cólicos, sangrado (en vómitos o en las heces fecales)

Alteración del sistema nervioso

Depresión

Manos frías y algunas veces irregularidades del corazón.

Y otros.

Complicaciones por agravamiento de la gastritis:

Cuando no se atiende a tiempo el problema o no funcionan los medicamentos de la medicina común, puede surgir lo siguientes: La generación de úlceras, el sangrado que pone en peligro la vida, Peritonitis que puede ser mortal, daños serios a lo largo del tracto gastrointestinal, formación de tumores estomacales malignos (cáncer) y otros.

Además, la gastritis es muy dolorosa y debilitante para todo el organismo a nivel físico y mental. Nadie se merece este sufrimiento.

La gastritis pone el peligro la salud física, emocional y en ocasiones hasta la vida, debido a sus complicaciones.



La gastritis es la carencia de salud y la infelicidad. Nadie se merece vivir y sufrir así.

El aporte deprimente de la medicina convencional

Con la aplicación y versión de la medicina científica alópata o tradicional la gastritis es crónica, no se cura, solo se controla con antiácidos y antibióticos. Y la infección por la bacteria del H. Pylori es muy difícil de controlar.

Por lo tanto, no se le atribuye curación total o permanente. A base de medicamento y cirugías invasivas, solo se mantiene bajo control los síntomas de forma temporal, y padeciendo el problema de por vida.

Sin dejar de mencionar que el uso eterno de medicamentos solo empeora el problema, estando cada día más lejos de la cura natural y real de la gastritis.

Más adelante te explicare por qué. Por ahora continúa leyendo.

Estas a punto de conocer información más motivante, que lo anterior, y que te va a encantar y vas a querer saber más, y desde luego comenzar a aplicar lo que te voy a revelar, desde ahora mismo.

Sigue leyendo y lo comprobaras.



¿Cuál Es El Origen De Las Gastritis?

De acuerdo a mi experiencia, de ser una expaciente de gastritis crónica, la inflamación de

la mucosa gástrica se da por ignorancia de cómo llevar un buen estilo de vida.

Aunque te cueste trabajo creerlo ¡El estilo de vida moderno y según civilizado influye! Con una incorrecta alimentación y demás hábitos de vida erróneos.

Todo esto lleva a tener problemas digestivos, un ambiente ácido y la deficiente función del sistema inmunológico.

Te explico:

Debido a la mala digestión puede haber problemas principalmente con los ácidos gástricos que terminan ocasionando serios daños a los tejidos internos del estómago (la mucosa gástrica).

Y en cuanto a la infección por la bacteria del H. Pylori (bacteria de la gastritis) entra al organismo porque existe un sistema inmune muy débil y un ambiente interno sucio o muy ácido.



El problema de gastritis es un problema de desgaste interno, autointoxicación y de infección.

Mi argumento es que la causa de la gastritis y cualquier otra enfermedad siempre es la sangre intoxicada, maleada o enferma por los desarreglos en la digestión.

Además del consumo de medicamentos; incluidos los utilizados los antiácidos, antibióticos, medicamentos para una cirugía, sueros y las vacunas son siempre un factor que agrega sustancias tóxicas al organismo.

Los desarreglos en la digestión se originan por llevar una dieta deficiente y antinatural. El excesivo consumo de "comida basura" sin aporte nutricional, como los productos procesados, y alimentos inadecuados para el consumo humano.

Además de los venenos tóxicos que estos contienen en el proceso de transformación, refinación o conservación.

Veamos como sucede:

La comida al no ser bien digerida, crear muchos residuos. Se forma una capa que se acumula sobre los vellos intestinales, lo que impide la correcta absorción de nutrientes dentro del cuerpo.

Para comenzar esto ya es un problema debilitante para las funciones de nuestro organismo.

Al haber debilitamiento, el sistema digestivo es más lento, más lentas las evacuaciones de las heces fecales. Y estas materias no expulsadas forman una capa que va engrosando con el tiempo, provocando el "estreñimiento".



Los intestinos se enferman y crean reacciones químicas tóxicas. Los órganos importantes se debilitan, se enferman y se sobre saturan.

El cuerpo se autointoxica, **las funciones se alteran**, la sangre se contamina, el **ambiente interno se acidifica**, y se crean un ambiente perfecto para desarrollar la infección por la bacteria H. Pylori y otras bacterias. Además de ser este el origen de otras enfermedades.

Este es el origen del problema y para evitar complicaciones se debe limpiar la sangre y el ambiente interno.

La solución real del problema es tomar control adoptando alternativas naturales para el equilibrio de la salud.

¿Las Gastritis Se Cura De Raíz?

Miles, millones de personas están hoy en el mundo haciéndose la misma pregunta ¿La gastritis se cura de raíz? Y lamentablemente siempre aterrizan en el mismo lugar con un NO ROTUNDO.

Este pensamiento, miedo, creencia, se introduce cada vez más a la mente y se llega al convencimiento de que así es, de que por más que busque no va a lograr curarse.

Este mensaje deprimente no solo lo dan los médicos, sino, los medios de comunicación, otros enfermos que tampoco han encontrado la cura de la gastritis, otros que ya se tuvieron que someter a forzosas y costosas cirugías.

Y que crees ¡Esto es mentira!



Claro que las gastritis se pueden curar de raíz, atendiendo el origen del problema. Miles de personas alrededor del mundo ya lo hemos comprobado.

Gracias al empeño de concentrarse en educarnos y aplicar las técnicas adecuadas para: El fortalecimiento del proceso de digestión con una mejor alimentación, aprovechamiento de nutrientes y la correcta eliminación de desechos.

La reactivación de los órganos desintoxicadores: riñón, pulmón, hígado, páncreas. El fortalecimiento del sistema inmune para la eliminación de infección del H. Pylori y la creación de un ambiente alcalino (limpio).

Todo esto ayuda a la restauración de los tejidos dañados de la mucosa gástrica. Todo desde la raíz.

La cura de raíz. Esto no lo puede lograr ni un medicamento, ni tratamiento quirúrgico, ni simplemente un remedio caseros o píldora mágica.

¡Lo Puedes Lograr Tú Mismo!

Tú fuerza de voluntad, fe y confianza en el poder de tu cuerpo y principalmente de tu mente para elegir lo que te conviene.

Tu estilo de vida es el que te enferma y el mismo te puede devolver la salud.

Tu cuerpo es una maravilla del creador, es capaz de auto-repararse. Solo necesita de la ayuda idónea y darle el tiempo necesario para lograr su curación o restauración.

En este reporte te tengo listos algunos consejos para lograr la eliminación de tu gastritis. Por favor sigue leyendo y aprendiendo.



El Control o La Cura De La Gastritis

Somos testigos de que el serio problema de gastritis ya es muy frecuente en la población, y a pesar de que la medicina convencional supuestamente se esfuerza por estudiar el problema y dar solución no lo ha logrado hasta hoy.

La medicina convencional no ofrece una cura definitiva. Puede que haya que admirar que si le es posible mantenerla estable y reducir daños al cuerpo a corto, mediano y largo plazo. Pero no solo esto queremos ni merecemos los que llegamos a sufrir de este serio problema. Siempre se quiere la cura total.

Todos sabemos que los medicamentos son efectivos pero solo para controlar la gastritis, para algunos de manera eficiente, desafortunadamente para otros no.

Además de que la mayoría de las veces estos son muy costosos, y resulta frustrante sostener una tratamiento de por vida, o costear una cirugía. Y peor aún si no se cuenta con el servicio de seguridad social.

¡Pero, animo! Vamos por la medicina natural ¿Qué te parece?

A pesar de la versión de la medicina científica, existen formas naturales de cómo curar la enfermedad, y es revirtiendo las causas que la originaron.

Estas son alternativas utilizadas desde la antigüedad y que han funcionado a millones de personas a través de generaciones con excelentes resultados.



Técnicas que no han sido muy difundidas, simplemente porque no les conviene a los intereses de la medicina convencional. Continuemos...

Técnicas de curación:

Técnicas de curación:

1. Lo principal para terminar con el problema de gastritis es modificar la forma de alimentarse. Mejorar la digestión de cada comida es la clave y base principal.
2. Para esto tienes que conocer exactamente y evitar los alimentos que originan y complican tu problema. También conocer que alimentos comer, para fortalecerte y desintoxicarte.
3. Corregir tus hábitos erróneos al comer, implementar hábitos saludables, y el uso de técnicas de higiene interna para lograr un ambiente limpio y alcalino que necesitas para la salud de tus células.
4. Como por ejemplo: El realizar ejercicio de forma habitual es uno de los estimulantes naturales para fortalecer el sistema digestivo y lograr una acelerada desintoxicación de todo el organismo.
5. Otro es el control del estrés.
6. Técnicas de desintoxicación rápida con alimentos y elementos naturales como hierbas medicinales y el uso de minerales.

Con esto se lograr eliminar la infección por la bacteria H. Pylori y la restauración de la mucosa gástrica.



Siempre, como en todo, depende de ti: si quieres controlar o curar definitivamente la gastritis, es fácil pero depende de determinación y decisión el aplicar lo necesario.

Controlar o curar la gastritis es algo que puedes hacer. Dejando atrás creencias, y pensamientos erróneos, o hasta la opinión de los demás.

Ejemplo:

No te debe afectar demasiado lo que puedan decir tus amigos cuando ya no consumas los mismos alimentos que ellos a la hora que comer juntos, o las quejas de tus hijos por tratar de imponer una nueva alimentación en casa.

Se debe actuar con la confianza de que todo tendrá un efecto positivo en tu vida, familia y amigos. De nada servimos en este planeta ENFERMOS, somos más útiles con energía, creatividad y felicidad, ¿O no?

Activar el cambio, sin duda alguna, no solamente te ayudará a ti, si no que servirá de ejemplo para todos los que te rodean, ya que podrás influir en ellos con el ejemplo de curación.

Además de que podrás prevenir la gastritis y otras enfermedades en tus seres queridos.

Estas técnicas son 100% efectivas para curar la gastritis de raíz, naturalmente y de forma segura.

Pero la principal técnica de limpieza del organismo es mediante la buena o correcta alimentación.



La Alimentación Es La Clave De Curación De La Gastritis



Ahora ya sabemos que la salud o enfermedad comienza por la boca.

Nuestro estomago comienza con la digestión (mezcla de alimentos), el intestino delgado hace la absorción de nutrientes y el colon concluye con la eliminación de desechos.

Cuando existe mala digestión ya sea por lo que se consume (comida chatarra), por los malos hábitos la comida mal digerida forma desechos que se acumulan, forman reacciones químicas internas y crean un ambiente acido ideal para las bacterias dañinas (H. Pylori).

¡Imagínate!

Esto es como si acumularas la basura de tu casa; por días, meses o por años.

Te aseguro que llegaría el momento en que tendrías un ambiente putrefacto dentro de tu hogar, mal oliente, con bacterias y gusanos. Que ya ni tu soportarías.

Lo mismo pasaría dentro de ti con residuos de comida mal digeridos. Estos estarían creando condiciones apropiadas para infecciones y todo tipo de males.



¿Cómo estarían de decepcionados tus órganos internos con este ambiente?

Para comenzar de ahí nace el sobrepeso que está ligado con la acumulación de toxinas.

Y si no lo sabías: La sangre envenenada es igual a células, tejidos, órganos y los sistemas del cuerpo enfermos. Cuerpo repleto de sangre intoxicada.

Inflamaciones. Dolores. ¡Como resultado la gastritis!

¿Qué debes hacer?

La respuesta es fácil, se debe hacer un cambio en la alimentación y hábitos que ayuden a mejorar la digestión, eliminar los desechos estancados y tóxicos, y contar con los nutrientes necesarios para estar bien nutrido y curarte.

¿Cuál es esa alimentación?

Principalmente alejarte de lo que acostumbrabas consumir como:

1. Comida rápida, enlatada o empaquetada.
2. Carnes, Leche y lácteos.
3. Alimentos refinados o procesados industrialmente como: harinas, arroz blanco, sal refinada y azúcar refinada; panes, galletas, pasteles, mermeladas, dulces, chocolates, refrescos de cola y demás bebidas azucaradas.
4. Comida rápida, enlatada o empaquetada.



5. Alimentos irritantes como café, alcohol, condimentos, vinagres, encurtidos, picantes y salsas.
6. Todo producto con aditivos como conservadores, colorantes, saborizantes, y adictivos, que pueden dar sabor a las sustancias más repugnantes y venenosas.

Algo que te ayudara a reducir hasta evitar el consumo total de estos productos es que sepas y seas consiente del daño que ocasiona cada uno de ellos en tu organismo. Todo comienza por la mente.

Y te has de preguntar ¿Entonces que como?

Lo ideal es consumir los regalos que la naturaleza nos otorga, comiendo alimentos naturales y de preferencia orgánicos; sin químicos y madurados en su tiempo normal.

Existe variedad de alimentos naturales para comer rico y nutritivo. La madre tierra tiene abundancia.

Aquí vemos algunos:

Los cereales, pero los INTEGRALES, que aún conservan su capa integral. Esta capa es nutritiva.

Los cereales integrales como arroz, trigo, mijo, centeno, cebada, etc. deben consumirse en un 50 a 60% en cada comida.

Este debe considerarse como platillo principal. Cocinado en una infinita variedad de recetas, ricas, apetecibles y saludables. Dependiendo de los productos a tu alcance y de tu región.



Combinado con los alimentos secundarios, que son: las verduras en un 20 a 30%, las legumbres en un 10%, algas en un 5% y semillas también en un 5%. Cantidades aproximadas.

Puedes consumir pescado una vez por semana, en un porcentaje inferior al 15% de tu plato. De preferencia cuando ya estés más recuperado.

Las frutas si se tiene problemas de salud es mejor no consumirlas hasta que se haya dado la recuperación, y en pequeñas cantidades.

Estos alimentos además de ser muy deliciosos, son ricos de todos los nutrientes que nuestro cuerpo necesita: desde proteínas vegetales, carbohidratos complejos (azúcares de lenta asimilación que no causan picos elevados de insulina, ni altibajos de energía), vitaminas y minerales (en especial las algas). Además de ser altos en fibra que ayuda a drenar los intestinos.

Todos estos alimentos de más fácil digestión, no dejan residuos en el organismo, ni crean químicos tóxicos, sino que además, ayudan al desalojo de la acumulación de desechos en los intestinos, toxinas de la sangre a través del fortalecimiento y reactivación de los órganos desintoxicadores.

Creando un ambiente alcalino libre de gastritis.

Solo una alimentación saludable puede dar paso a revertir el problema de gastritis y volver a comer sin dolor y ardor, a vivir y disfrutar la vida sin síntomas de gastritis. A dormir tranquilo. A volver a disfrutar de las reuniones con familia o amigos.

Y lograr de nuevo la tranquilidad en salud que se desea.



Tres Remedios Naturales Para Curar La Gastritis

Remedio 1: Llantén

El Llantén tiene importantes propiedades curativas por ser astringente, cicatrizante, antihemorrágico, expectorante y purificador de la sangre.

A nivel digestivo las propiedades del Llantén abarcan una amplia variedad de patologías como: gastritis, úlcera péptica, diarrea, disentería, síndrome del intestino irritable, hemorragia, hemorroides y muchas otras.

Su preparación: Para prepararlo en infusión hay que hervir 3 cucharaditas de Llantén en 3 tazas de agua durante unos minutos. Dejar en reposo, colar y tomar una taza tres veces al día. Si las hojas de Llantén son frescas es aún mejor.

Las hojas cocidas también las puedes agregar a tus comidas o ensaladas con otras vegetales de hoja verde. Son nutritivas y curativas.

Remedio 2: Diente De León

La planta de diente de león cocido es muy efectiva para fortalecer el estómago y los intestinos. También para impartir mucha vitalidad a nivel general.

Los efectos de esta planta es alcalinizante, incrementa la secreción de las glándulas digestivas mejorando la digestión. Facilita el vaciamiento de la vesícula biliar para descongestionar el hígado y estimular la desintoxicación. Es eficaz en casos de acidez, diurético y depurativo, ya que favorece la eliminación de sustancias ácidas de desecho.

Su preparación: Para su consumo pueden utilizarse todas las partes de la hierba, excepto las flores. Pueden comerse cocidas con verduras o se



consume seco en forma de té (de preferencia tibia y inmediatamente después de la comida).

Remedio 3: Flotaciones Corporales Rápidas Y En Caliente

Estas aplicaciones ayudan a movilizar sustancias estancadas. Reducir el dolor, ardor, inflamación y reparar los tejidos internos dañados.

El agua de jengibre caliente: Se utiliza una pequeña toalla empapada con agua caliente (que no queme) y bien escurrida, se pasa por la piel de la zona adolorida e inflamada del vientre. La piel debe estar seca, NO MOJADA. Hacer estas flotaciones siempre en pequeños círculos en dirección al corazón.

Estas flotaciones deben hacerse por las mañana (en ayunas) y por la noche.

Comprensas de jengibre: Se hacen aplicaciones de compresa con una toalla mojada colocándola sobre la zona afectada, durante unos 15 minutos. Cada dos minutos se debe remojar y exprimir la toalla y volverla a colocar. En caso de no tener jengibre, solo puede aplicarse con agua caliente o un empaque con sal tostada.

Disminución De Peso Es Igual A Reducción De Riesgos De Complicaciones La Gastritis

Uno de los problemas más serios que se relacionan con la gastritis y con problemas en el sistema digestivo "Es el sobrepeso", tanto en su origen como en crear alteraciones o complicaciones.

Por lo anterior es importante tomar control urgente de este problema.



El origen del sobrepeso es una alteración del organismo, señal una mala alimentación y malos hábitos. Acumulación de toxinas y desechos en el organismo, más en vientre y en zonas donde hay grasa que tiene temporalmente atrapada a sustancias dañinas.

Además la dieta pobre en fibra produce constipación, lo cual provoca lentas evacuaciones, acumulaciones, fermentaciones, toxicidad y finalmente enfermedad de todo tipo.

Cuando el sobrepeso es significativo, conviene adoptar una dieta para adelgazar. Con esto se aliviará mucho la presión a los órganos, mejoraría la función de organismo (en especial mejorara el sistema digestivo), y ayudaría a prevenir problemas futuros de salud.

No conviene aplicar una dieta desequilibrada, ya que el cuerpo congestionado y desnutrido utiliza los nutrientes y las grasas necesarias de sus depósitos de reserva y esto causa más desequilibrio. Y cuando se sale de la dieta rigurosa regresa todo multiplicado. "El efecto rebote".

¿Cómo lograr el peso ideal con un buen estilo de vida?

Adoptando el tipo de alimentación arriba mencionado y hábitos saludables en la forma de comer, tales como: masticar bien, insalivar, comer moderadamente, y en las cantidades correctas...

Bajar de peso se logra: "Sin Pasar Hambre, Ni Desnutrición"

Complementando con:

Una rutina habitual y correcta de ejercicios y otras técnicas importantes de desintoxicación que han resultado sumamente efectivas.



Con información y técnicas correctamente aplicadas claro que se puede lograr tener la figura, el peso y la autoestima tan elevada como se desea.

Como vez, bajar de peso no solo puede ayudarte a eliminar las gastritis, sino también a mejorar tu mentalidad y espíritu.

Por experiencia te digo: Es tan agradable sentirse una persona nueva y plena.

Creo que la salud y una mejor apariencia son dos buenas razones para motivarte, y comenzar el gran cambio de tu vida.



Conclusión

Espero con todo mi corazón que estos consejos, te ayuden a curar tu gastritis, así que comencemos a aplicarlos para lograr la salud integral.

Y si crees que necesitas aprender más sobre el método completo y efectivo de como eliminar la gastritis en solo unas semanas, te recomiendo que leas "Basta de Gastritis", y adentro tendrás lo que necesitas para ponerle fin al sufrimiento.





Mi deseo es que comiences hoy mismo a curar tu gastritis. ¡Hoy es el gran día!

Si tienes alguna pregunta, solo ingresa a mi sitio web, y allí estaremos en contacto:

>> www.BastaDeGastritis.com <<

Tú puedes curar tus gastritis en menos de ocho semanas, solo mejorando tu alimentación, aplicando remedios naturales, haciendo ejercicio, y mejorando algunos otros aspectos de tu estilo de vida.

Estoy para ayudarte, y también quiero me cuentes tu historia.

Dedicada a tu salud y felicidad



Brenda Anderson
www.BastaDeGastritis.com



DESCARGAR BASTA DE GASTRITIS COMPLETO

DA CLICK AQUÍ