



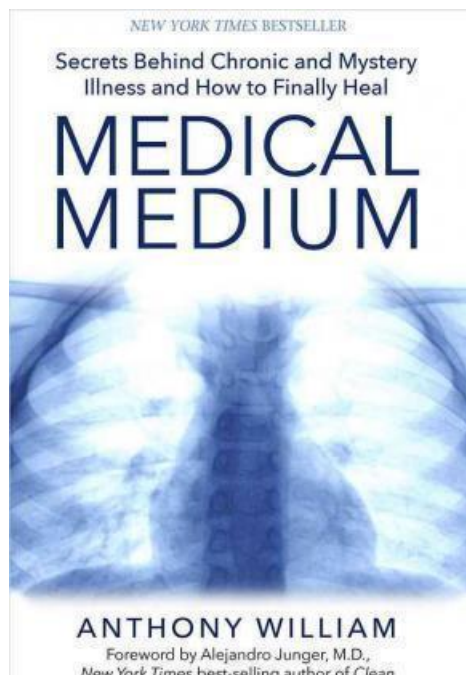
## Paquete de Información. Nutrición para combatir la intoxicación con plomo / Desintoxicación de metales pesados.

Por Elizabeth O'Brien, "The Lead Education and Abatement Design" (LEAD) Group Inc. (Organización sin ánimo de lucro para la salud ambiental), [www.lead.org.au](http://www.lead.org.au), Gerente, "Lead Safe World Project (LSWP) [www.lead safeworld.com](http://www.lead safeworld.com) , Fundadora, "Volcano Art Prize" (VAP) [www.volcanoartprize.com](http://www.volcanoartprize.com)

*Traducido al Castellano por Orlando Aguirre-López*

Las Vitaminas "estándar" y los Minerales que son importantes para "desintoxicación por plomo" son: Vitamina C (un quelante natural), Vitamina D, el hierro (mejor como alimento), el calcio, el zinc, el magnesio y el fósforo. Recientemente, un nuevo artículo encontró también una asociación entre una mayor dieta de zinc, calcio y níquel y menores niveles de plomo en la sangre de los Niños.

Véase " El Zinc para dieta, el calcio y el níquel están asociados con menores niveles de plomo en la sangre en la niñez" (Gulson y otros, en la red Octubre 2018) en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0013935118305620>



En el 2018 leí el libro de Anthony Williams "Medium Médico: Secretos tras de las Enfermedades Crónicas y Misteriosas y Como Curarse Finalmente" porque un cliente lo recomendó para las personas que quieren desintoxicarse de metales pesados. (Observe la portada a su izquierda).

Por favor encuentre abajo algunos textos sobresalientes de las páginas que el cliente fotografió del libro:

"ELIMINACION DE METALES TOXICOS PESADOS DE SU INTESTINO [página 242] En nuestra moderna era, es prácticamente imposible no ingerir una cierta cantidad de metales tóxicos pesados, tales como mercurio, aluminio, cobre, cadmio, níquel y plomo. Estos metales pesados se acumulan con frecuencia en su

hígado, vesícula biliar y/o los intestinos. Como estos metales tienden a ser más



pesados que el agua que hay dentro de su sistema digestivo y su sangre, se profundizan y localizan dentro del tracto intestinal – exacto como el oro se asienta en el fondo del lecho de un río.

“Los metales tóxicos pesados son venenosos y, si empiezan a oxidarse, su escorrentía química mutará y dañará cualesquiera células que estén en la proximidad. Sin embargo, el mayor problema con los metales pesados es que son comida de primera para bacterias malas, virus, hongos, parásitos y gusanos...

Una vez que los agentes patógenos que mencioné anteriormente se hayan establecido, comenzarán a inflamar su intestino, por ejemplo, saturando los revestimientos de dichos intestinos o del colon. Soltarán tóxicos en su intestino directamente a través de las neurotoxinas que ellos producen, e indirectamente a través de sus residuos y materia tóxica muerta. Así es como la mayoría de la gente desarrolla enfermedades y trastornos como el SII, la enfermedad de Crohn (una inflamación del tracto gastrointestinal), y la colitis (una inflamación del colon – que es típicamente una infección crónica del virus de la culebrilla, descrito en el Capítulo 11, junto con la bacteria estreptococo.

“Bajo microscopio, estos subproductos de la materia viral muerta y fundiciones virales parecen frecuentemente como actividad parasitaria. Esto sale de muchos análisis de muestras de heces y da como resultado numerosos diagnósticos erróneos, lo que significa que hay frecuentemente error cuando alguien es diagnosticado con un parásito. Hay una gran confusión en la salud intestinal hoy en día”.

El libro de Anthony William continúa con la descripción de la desintoxicación de metales pesados y él ha publicado también otro libro titulado: “**El Medium Médico: Alimentos para Cambio de Vida**”, que lista los desintoxicantes de metales pesados como un resultado de ingerir muchos de 50 alimentos identificados para un cambio de vida. Solo como un catador, en caso de que usted no esté seguro/a de comprar “**El Medium Médico: Alimentos para un Cambio de Vida**”, he seleccionado también 35 condiciones que, dice Anthony William, será de ayuda si se ingieren 50 alimentos para el cambio de vida – aunque su libro lista cientos de condiciones y síntomas – e, incluidos los alimentos que él recomienda para desintoxicación de metales pesados, en la tabla. Por favor, contácteme si deseara usted una copia.

Y mientras leo un tercer libro publicado recientemente, llamado “**El Medium Médico: Curación de la Tiroides**”, que incluye una dieta de 30 días para la desintoxicación de metales pesados, he realizado una prueba de sangre antes y durante la dieta para desintoxicación de metales pesados de 30 días de Anthony William (comiendo principalmente en crudo, preferiblemente frutas y vegetales orgánicos y batido de arándanos y cilantro cada día), y mi nivel de plomo en la sangre ha empezado a caer!. Mi nivel de plomo en la sangre descendió de 3.1 microgramos por decilitro (ug/dL) el 9 de Febrero, 2018, a 2.7 ug/dL (una caída de 0,4 ug/dL, ó descenso del 10%) el 10 de



Abril, 2018 – un período de 69 días ó casi una tercera parte del camino de la tercera ronda de 30 días de dieta para desintoxicación de metales pesados.

Como soy una mujer post-menopáusica y las mujeres post-menopáusicas tienen un nivel de plomo en la sangre ELEVÁNDOSE (debido al plomo almacenado de los huesos por desmineralización ósea, con lixiviación), he decidido que continuaré la dieta de Anthony William para desintoxicación de metales pesados y repetiré las pruebas de plomo en la sangre aproximadamente dos o tres por mes hasta que el nivel de plomo en la sangre alcance el objetivo recomendado por el “LEAD Group” de estar por debajo de 1.0 ug/dL. A la tasa actual de caída, mi nivel de plomo en la sangre podría alcanzar el objetivo hacia el 24 de Febrero 2019!. Creo que tiene sentido que ello tomaría más de un año para desintoxicar más de 60 años de ingesta de plomo.

Actualizaré este Paquete de Información (“Info Pack”), así que por favor manténganse en contacto! También actualizaré la lista de “LEAD Group” de Alimentos para Desintoxicar porque Anthony Williams lista los Alimentos para Desintoxicación de Metales Pesados en todos sus tres libros, la cual está disponible en [www.medicalmedium.com](http://www.medicalmedium.com) y si mi nivel de plomo en la sangre sigue bajando (cuando sería correcto que subiera), entonces la lectura de esos tres libros puede llegar a ser mi única recomendación. Mientras tanto, si más personas de diferentes edades fuesen a probar su nivel de plomo en la sangre, entonces ensayen la dieta de 30 días para desintoxicación de metales pesados (o cualquiera otra dieta que ustedes crean podría reducir su nivel de plomo en la sangre) y probar de nuevo dicho nivel, tal que la recomendación pueda ser hecha antes del próximo Febrero!

Del sitio Web del Medium Médico, usted puede bajar gratis (si usted se registra para recibir “e-newsletters”) “Informe Especial: Diez Principales Alimentos de Super Curación”, por Anthony William, y seis de los diez alimentos (apio, arándanos, cilantro, coles, ajo y verduras de hoja verde), lista él en sus libros por ser alimentos desintoxicantes de metales pesados. Así, leer el Informe Especial e ingerir los super alimentos sería un buen comienzo para su jornada de desintoxicación de metales pesados. Si usted decide de verdad desintoxicarse por medio de alimentos, por favor envíe su resultado de nivel de plomo en la sangre antes y después, de tal modo que podamos iniciar una ciencia ciudadana a través de nuestro Desafío de Plomo en la Sangre (leer en la parte inferior de la página).

Una lista útil de Alimentos para Desintoxicación de Plomo tomada de la versión antigua de este Paquete de Información (Info Pack) está en línea en:

[http://www.leadsafeworld.com/solutions/foods-for-lead-detox/;](http://www.leadsafeworld.com/solutions/foods-for-lead-detox/)  
[http://www.lead.org.au/fs/fst86.html;](http://www.lead.org.au/fs/fst86.html) and  
[http://www.lead.org.au/fs/Foods\\_for\\_Lead\\_Detox\\_A-Z\\_20150214.pdf](http://www.lead.org.au/fs/Foods_for_Lead_Detox_A-Z_20150214.pdf)

Los resultados de plomo en la sangre muestran un signo “menor que” (<) cuando están por debajo del límite de detección para el laboratorio. En respuesta a niveles de plomo en la sangre por encima del límite de detección – 1 ó 2 microgramos por



decilitro (1 or 2 ug/dL, pero en algunos laboratorios, aún menores), o por encima de 1 ug/dL, recomendamos un enfoque de dos puntas:

1. Identificar la/s fuente/s de plomo y retirar a la persona de esa/s fuente/s ó la/s fuente/s de su medio; y
2. Institucionalizar la intervención nutricional siguiendo lo aconsejado este Paquete de Información.

Si alguien en la familia tiene plomo en la sangre por encima de 5 ug/dL, el Departamento de Salud debería intervenir y enviar sus asesores sobre plomo (sin costo para usted) a su casa. Si no mandan a alguien, el comprar uno de nuestros paquetes “DIV-Sampling lab-analysis lead test kit” (Paquete de muestreo-DIV para prueba de plomo para análisis de laboratorio) es su mejor opción, ver:

<http://www.lead safeworld.com/solutions/lead-group-diy-sampling-lab-analysis-lead-test-kits/>); como las muestras son coleccionadas por usted pero enviadas por correo al laboratorio para análisis (el costo del análisis y del informe interpretativo está incluido en el precio del paquete).

Usted puede probar en su agua potable utilizando 2 recipientes de muestra del total de 8 del Paquete Integrado o, si usted solo quiere probar si hay plomo en el agua potable, puede justo comprar el Paquete para Agua de doble muestra. Si un niño o adulto tiene nivel de plomo en la sangre por encima del límite de detección, el Paquete Integral deberá utilizarse – usted puede aún pedir a un profesional el empleo del Paquete para coleccionar las muestras.

La vía más corriente de exposición para intoxicación por plomo en niños pequeños es la ingestión (de los dedos u objetos que van a la boca) o polvo o suelo, así que muestras de limpieza de polvo y muestras del suelo, son las mejores para probar para plomo. Pero para los adultos, la vía más corriente de exposición (excluyendo medicinas contaminadas con plomo, bebidas, alimento o cosméticos) es la inhalación – más frecuentemente durante las actividades de demolición o renovación de construcciones antiguas, pero también durante actividades de afición y escenarios de trabajo. Usted debería observar todas las fuentes y caminos de envenenamiento por plomo que hemos logrado listar (en modo alguno incluye TODAS las fuentes ya que algunas de éstas se crean regularmente) en : <http://www.lead.org.au/lasn/lasnoo6.html> antes de determinar qué prueba hacer ( si alguna cosa requiere prueba una vez que usted tenga los resultados de la prueba de plomo en la sangre).

Nuestro antiguo Paquete de Información 23 sobre “Nutrición para Combatir la Intoxicación por Plomo” está en la red! Para la completa hoja de noticias sobre el tema (incluyendo vínculos a todas las referencias) vaya por favor a:

“LEAD Action News Vol 10 No 2 (LAN v10n2)” “Alimento, Nutrición y Absorción de Plomo” – Hoja de noticias incluyendo artículos sobre vegetarianismo y



nutrición para combatir la intoxicación por plomo (incluyendo todas las referencias):

[http://www.lead.org.au/lanv10n2/LEAD Action News vol 10 no 2.pdf](http://www.lead.org.au/lanv10n2/LEAD%20Action%20News%20vol%2010%20no%202.pdf)

Y

Hoja B de Hechos: Nutrientes que reducen la intoxicación por plomo (un resumen del artículo de hoja de noticias mencionada):

[http://www.lead.org.au/fs/Fact sheet-Nutrients that reduce lead poisoning June 2010.pdf](http://www.lead.org.au/fs/Fact_sheet-Nutrients_that_reduce_lead_poisoning_June_2010.pdf)

Hay alguna información básica sobre nutrición en:

[https://www.lead.org.au/fs/lead safe/Lead Your Health & the Environment-English.pdf](https://www.lead.org.au/fs/lead_safe/Lead_Your_Health_&_the_Environment-English.pdf) por EPA, NSW (Autoridad Para la Protección del Ambiente, por sus siglas en Inglés, de Nueva Gales del Sur), y alguna sugerencia detallada sobre nutrición en:

<http://www2.epa.gov/sites/production/files/documents/nutrition.pdf> by the US por EPA, EE.UU.

Una más reciente adición a este Paquete de Información es “El Ajo vence a la Medicina en la Desintoxicación de Plomo del Cuerpo con Seguridad” está en at <http://www.greenmedinfo.com/blog/garlic-beats-drug-detoxifying-lead-safely-body-1> y puede usted seguir el vínculo en esa página a: [Natural Agents for Lead Poisoning](#) para más información sobre el ajo (y sauna) y otros agentes naturales para el tratamiento del envenenamiento por plomo.

El ajo cada día por el resto de su vida es un gran antídoto para el plomo que usted recibió cada día que usted vivió durante la era de la gasolina con plomo (1935 a 2002 en Australia). Se estima que en EE.UU. una de cada diez personas vivientes durante la era de la gasolina con plomo (1921 a 1995 en EE.UU.), tendrá su vida recortada por el plomo (principalmente por infarto o derrame). El impacto más preocupante para la salud de la exposición al plomo para los humanos es que le plomo aumenta su tensión arterial. La gente con hipertensión debería en especial tener como objetivo el evitar completamente exposición posterior al plomo, y quitar el plomo de sus cuerpos, para vivir más largo y con mejor salud.

Las páginas orientadas a la nutrición en nuestro [Lead Safe World website](#) incluyen:

**“Tome el examen de Anthony, Poder Nutricionista, sobre metales pesados y otros tóxicos en su cuerpo”.**



anthony  
power  
nutrition

nutritional advice for life

El Poder de la Nutrición, por Anthony – localizado en Hawthorne, en Brisbane, Queensland 4171, Australia. La gran fortaleza de Anthony está en el hecho que él gasta tiempo de calidad con sus pacientes con el fin de entender por qué ellos no están bien. Tiene una gran experiencia en ayudar a los pacientes con enfermedades difíciles de tratar y buscar la causa raíz de sus enfermedades. El da prioridad a las pruebas y cambios que deben ponerse en práctica inmediatamente y hace la programación de aquellos que pueden hacerse en fecha posterior.

---