

PROPRIEDADES DA LINHAÇA PARA A CURA DE VÁRIAS DOENÇAS

Nos últimos anos tem-se publicado uma grande quantidade de informação sobre os efeitos curativos da semente de linhaça moída. Os investigadores do INSTITUTO CIENTÍFICO PARA ESTADO DA LINHAÇA DO CANADÁ e dos Estados Unidos, têm focado sua atenção no rol desta semente na prevenção e cura de numerosas doenças degenerativas. As investigações e a experiência clínica têm demonstrado que o consumo em forma regular de semente de linhaça, previne ou cura as seguintes doenças :

CÂNCER: de mama, de próstata, de colón, de pulmão, etc., etc. A semente de linhaça contém 27 componentes anti-cancerígenos , um deles é; a LIGNINA.

A semente de linhaça contém 100 vezes mais Lignina que os melhores grãos integrais. Nenhum outro vegetal conhecido até agora iguala essas propriedades. Protege e evita a formação de tumores. Só no câncer se recomenda combinar semente de linhaça moída com queijo cottage baixo em calorias.

BAIXA DE PESO: A linhaça moída é excelente para baixa de peso, pois elimina o colesterol em forma rápida. Ajuda a controlar a obesidade e a sensação desnecessária de apetite, por conter grandes quantidades de fibra dietética, tem cinco vezes mais fibra que a aveia. Se você deseja baixar de peso, tome uma colher a mais pelas tardes.

- **SISTEMA DIGESTIVO:** Prevêm ou cura o câncer de colón. Ideal para artrite, prisão de ventre, acidez estomacal. Lubrifica e regenera a flora intestinal. Expulsão de gases gástricos. É um laxante por excelência. Previne os divertículos nas paredes do intestino.

Elimina toxinas e contaminadores. A linhaça contém em grandes quantidades dos dois tipos de fibras dietéticas solúvel e insolúvel. Contém mais fibra que a maioria dos grãos.

SISTEMA NERVOSO: É um tratamento para a pressão. As pessoas que consomem linhaça sentem uma grande diminuição da tensão nervosa e uma sensação de calma. Ideal para pessoas que trabalham sob pressão. Melhora as funções mentais dos anciãos, melhora os problemas de conduta (esquizofrenia). A linhaça é uma dose de energia para teu cérebro, porque contém os nutrientes que reduzem mais urotransmisores (reanimações naturais).

SISTEMA INMUNOLÓGICO: A linhaça alivia alergias, é efetiva para o LUPUS. A semente de linhaça por conter os azeites essenciais Omega 3, 6, 9 e um grande conteúdo de nutrientes que requeremos constantemente, faz com que nosso organismo fique menos doente, por oferecer uma grande resistência às doenças.

Contém grandes quantidades de rejuvenescedor, pois retém o envelhecimento. A linhaça é útil para o tratamento da anemia.

- SISTEMA CARDIOVASCULAR: É ideal para tratar a arteriosclerose, elimina o colesterol aderido nas artérias, esclerose múltipla, trombose coronária, alta pressão arterial , arritmia cardíaca , incrementa as plaquetas na prevenção da formação de coágulos sanguíneos. É excelente para regular o colesterol ruim. O uso regular de linhaça diminui o risco de padecer de doenças cardiovasculares. Uma das características UNICAS da linhaça é que contém uma substância chamada taglandina, a qual regula a pressão do sangue e a função arterial e exerce um importante papel no metabolismo de cálcio e energia. O Dr. J H. Vane, ganhou o prêmio Nobel de medicina em 1962 por descobrir o metabolismo dos azeites essenciais Omega 3 e 6 na prevenção de problemas cardíacos.

- DOENÇAS INFLAMATÓRIAS: O consumo de linhaça diminui as condições inflamatórias de todo tipo. Refere-se a todas aquelas doenças terminadas em "ITIS", tais como: gastrite, hepatite , artrite, colite, amidalite, meningite , etc.

- RETENÇÃO DE LÍQUIDOS: O consumo regular de linhaça, ajuda aos rins a excretar água e sódio. A retenção de água (Edema) acompanha sempre à inflamação de tornozelos, alguma forma de obesidade, síndrome pré-menstrual, todas as etapas do câncer e as doenças cardiovasculares.

- CONDIÇÕES DA PELE E CABELO: Com o consumo regular de sementes de linhaça você notará como sua pele volta-se mais suave . É útil para a pele seca e pele sensível aos raios do sol. É ideal para problemas na pele , tais como: psoríase e eczema .

Recomenda-se também como máscara facial para uma limpeza profunda do cutis. Ajuda na eliminação do pano branco, manchas, acne, espinhas, etc.

É excelente para a calvície. Essa é uma boa notícia para quem sofre de calvície. Também é útil no tratamento da caspa. Use-a como geléia para fixar e NUTRIR teu cabelo. Não use vaselinas que danificam teu couro cabeludo e teu cabelo.

- DIABETE: O consumo regular de linhaça favorece o controle dos níveis de açúcar no sangue. Esta é uma excelente notícia para os insulina -dependentes.

- VITALIDADE FÍSICA: Um dos mais notáveis indicativos de melhora devido ao consumo de linhaça é o incremento progressivo na vitalidade e na energia. A linhaça aumenta o coeficiente metabólico e a eficácia na produção de energia celular. Os músculos se recuperam da fadiga do exercício.

MODO DE USAR: Duas colheres de sopa por dia, batidas no liquidificador, se misturam em um copo de suco de fruta, ou sobre a fruta, ou com a aveia, ou iogurte no café da manhã ou no almoço. Podem tomar pessoas de todas as idades (crianças, adolescentes e anciãos). Inclusive mulheres grávidas.