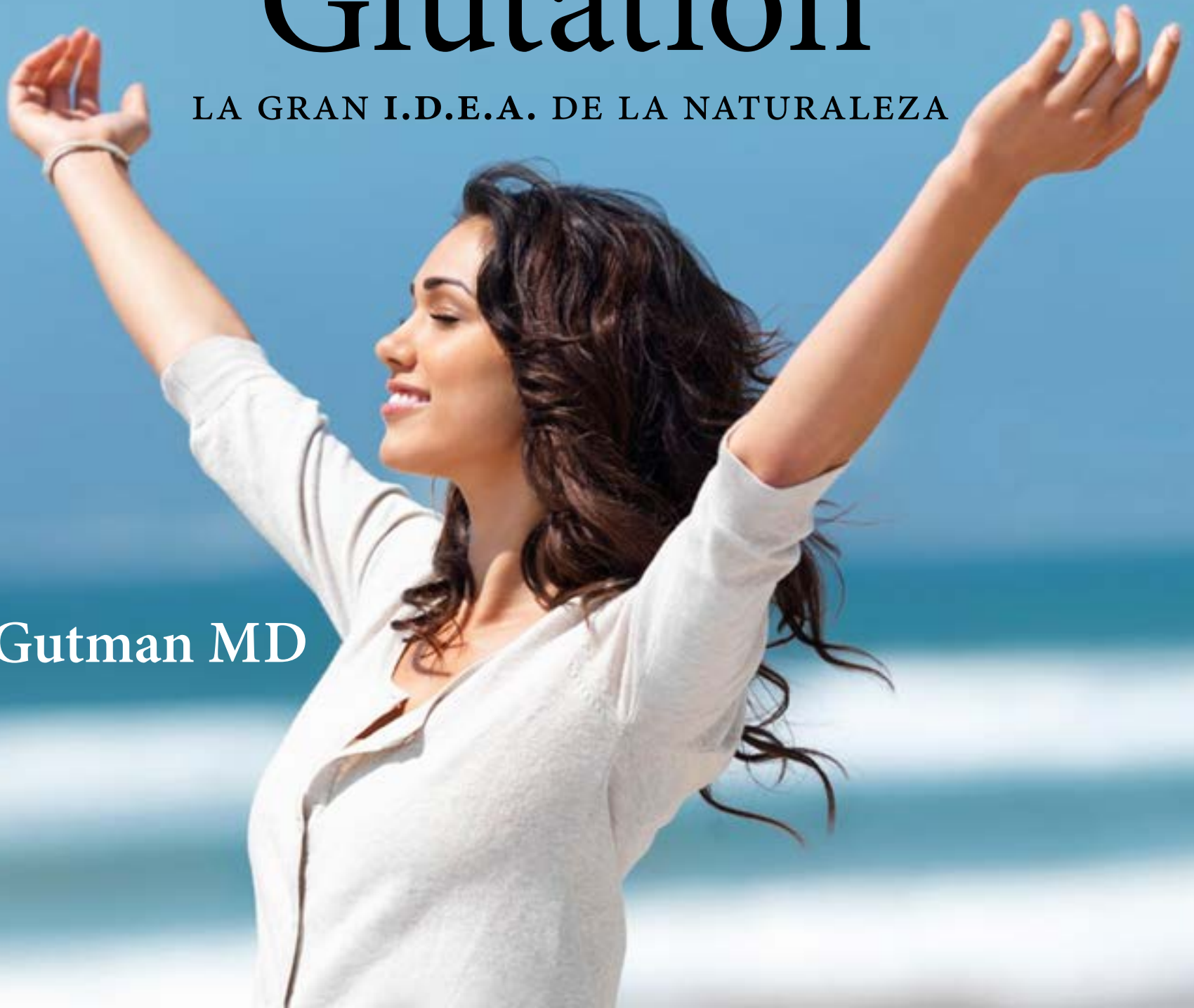


Glutación

LA GRAN I.D.E.A. DE LA NATURALEZA

Jimmy Gutman MD



Glutati3n

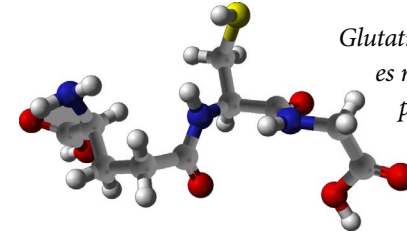
LA GRAN 'IDEA' DE LA NATURALEZA

Tu vida depende del glutati3n. Esta peque1a prote3na es producida naturalmente en el cuerpo para mantener cuatro funciones protectoras. Sin 3l, tus c3lulas se oxidar3an, tu cuerpo se enfermar3a y tu h3gado estar3a inundado de toxinas.

Estas cuatro labores esenciales son recordadas con el acr3nimo IDEA:

I	Inmuno-regulador
D	Desintoxicador
E	Energizante
A	Antioxidante

Se ha sabido por m3s de un siglo que el glutati3n es ubicuo—se encuentra en casi cada c3lula humana. Pero a3n hoy en d3a la mayor3a de los doctores tienen solo una idea vaga de c3mo funciona, y qu3 tan importante es el glutati3n para estas cuatro funciones esenciales de la vida.



Glutati3n: cuando se ingiere, es r3pidamente destruido por el sistema digestivo

Un enorme n3mero¹ de art3culos m3dicos se han enfocado en el glutati3n. Este eBook repasa brevemente esos hallazgos y los presenta en t3rminos de enfermedad y salud, para ayudar a explicar la enorme importancia del glutati3n en la biolog3a humana y traerlo al conocimiento com3n.

NOTA: Debido a que EL TOMAR GLUTATI3N NO ELEVA EL GLUTATI3N DE TU CUERPO, debes proveer a cada c3lula con los ingredientes puros o 'precursores' para que hagan su propio glutati3n. Es la disponibilidad de estos precursores lo que determina el estado de disposici3n de tu cuerpo.

¹ M3s de 130 mil

HEALTH

El Glutati3n es esencial

El glutati3n se encuentra en constante demanda y LOS NIVELES PUEDEN CAER RÁPIDAMENTE. Enfermedades, estr3s, fatiga e incluso el ejercicio lo presionan. Unas de las causas m3s conocidas de la ca3da del glutati3n se muestran A LA DERECHA. Los niveles de glutati3n NATURALMENTE disminuyen a medida que avanza la edad y muchas enfermedades que normalmente est3n asociadas con el envejecimiento est3n relacionadas a la deficiencia del glutati3n. Los **cuatro roles esenciales** del glutati3n en el cuerpo son analizados en las siguientes cuatro p3ginas

(Der.)

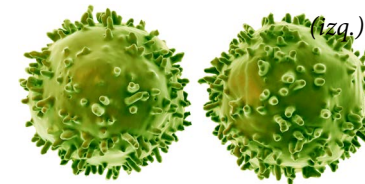
Niveles bajos de glutati3n (GSH) nos llevan al envejecimiento prematuro, enfermedad y muerte. Los suplementos que elevan el glutati3n (GSH) rompen el ciclo.
(Adaptado de Kidd & Huber, "Antioxidantes naturales—Primera l3nea de defensa," 1991)



I Inmuno-regulador

El Glutatión Estimula el Sistema Inmune (IDEA)

El sistema inmune identifica y ataca a los gérmenes y a otros invasores incluyendo a las células cancerígenas. Siempre y cuando tenga un suministro de glutatión listo, estamos mejor equipados para combatir estas amenazas. Al frente de nuestra defensa está un ejército formidable de glóbulos blancos (linfocitos) —los soldados rasos del sistema inmune. Estas células inmunes dependen del glutatión para su desarrollo y actividad. En este sentido, el glutatión es considerado ‘el alimento’ del sistema inmune.



(17a.) Imagen microscópica electrónica de los linfocitos humanos



“El factor limitante en la actividad apropiada de los linfocitos es la disponibilidad del glutatión.”

—DR. GUSTAVO BOUNOUS
Pionero Investigador del Glutatión

D Desintoxicador

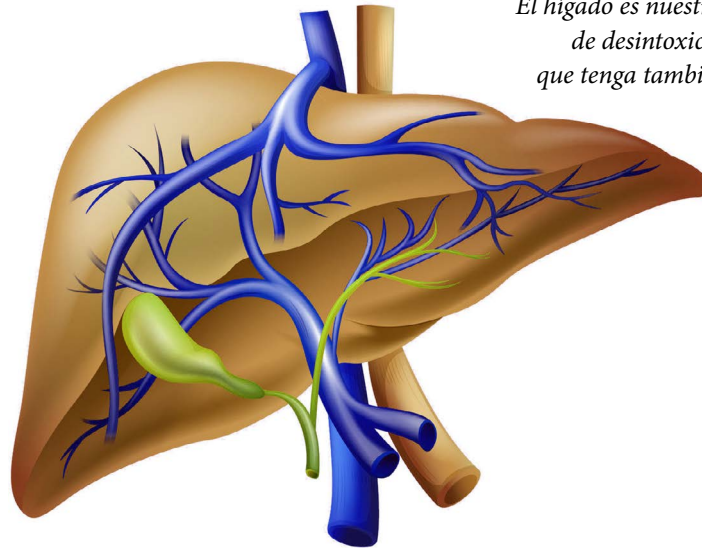
El Glutatión Desintoxica de Forma Natural (IDEA)

No hay manera de evitarlo. Inhalamos, ingerimos y absorbemos componentes naturales y sintéticos cada día. Algunos son más tóxicos que otros. De algunos de ellos ni nos enteramos. Esto es especialmente cierto en ciudades contaminadas con reserva de alimentos que están biológicamente manipulados y tratados con pesticidas.

El cuerpo no está indefenso. El sistema inmunológico es Bueno eliminando ciertas toxinas y protegiéndose a sí mismo, especialmente a través del hígado. El hígado es el órgano más grande del cuerpo y también es el principal órgano de desintoxicación.

Así que no es una sorpresa que el hígado contenga más glutatión que cualquier otro órgano. Los estudios han demostrado que bajos niveles de glutatión resultan en una función hepática precaria y esto a su vez permite que las toxinas circulen por todo el cuerpo, causando un daño incalculable a las células y órganos particulares.

EN RESUMEN: Sabemos que absorbemos toxinas diariamente, pero no cuánto y cuántas. Tampoco estamos completamente seguros de los efectos a largo plazo mientras se acumulan en el cuerpo.



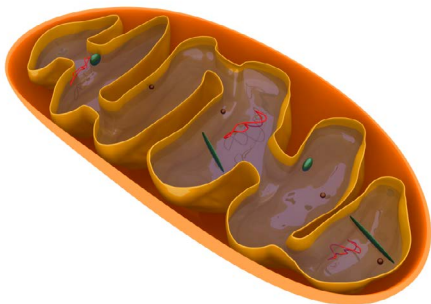
El hígado es nuestro más importante órgano de desintoxicación. No es coincidencia que tenga también los niveles más altos de glutatión en el cuerpo.



E Energizante

El Glutati3n Provee Energía Prolongada (IDEA)

Las células requieren de un suministro constante de energía para llevar a cabo sus múltiples tareas. La producción de energía tiene un inconveniente también—peligrosos desechos que pueden interferir con la producción de más energía. Aquí es donde entra el glutati3n.



Las Mitocondrias son estructuras pequeñas en la célula que actúan como ‘generadores’ para producir energía celular. Cuando estos generadores ‘se calientan’ por la acumulación de radicales libres, se pueden lentificar o hasta consumirse. El glutati3n es esencial para ‘enfriar’ estas estructuras

El glutati3n está críticamente involucrado con la energía en a) un nivel molecular, b) un nivel celular y c) un nivel del cuerpo entero:

- A nivel molecular**, la energía es liberada cuando los nutrientes son quemados en el proceso de oxidación, produciendo subproductos no deseados como los radicales libres. El trabajo del glutati3n es hacerse cargo de ellos. Si no hay suficiente glutati3n, los radicales deambulan libremente, desintegrando enlaces químicos importantes y causando caos en general.
- A nivel celular**, el glutati3n permite la producción continua de energía por medio del centro energético de las células, la mitocondria.
- A nivel del cuerpo entero**, el papel del glutati3n es evidente para mantener el desempeño físico y mental.



A Antioxidante

El Glutación es el Antioxidante Maestro (IDEA)

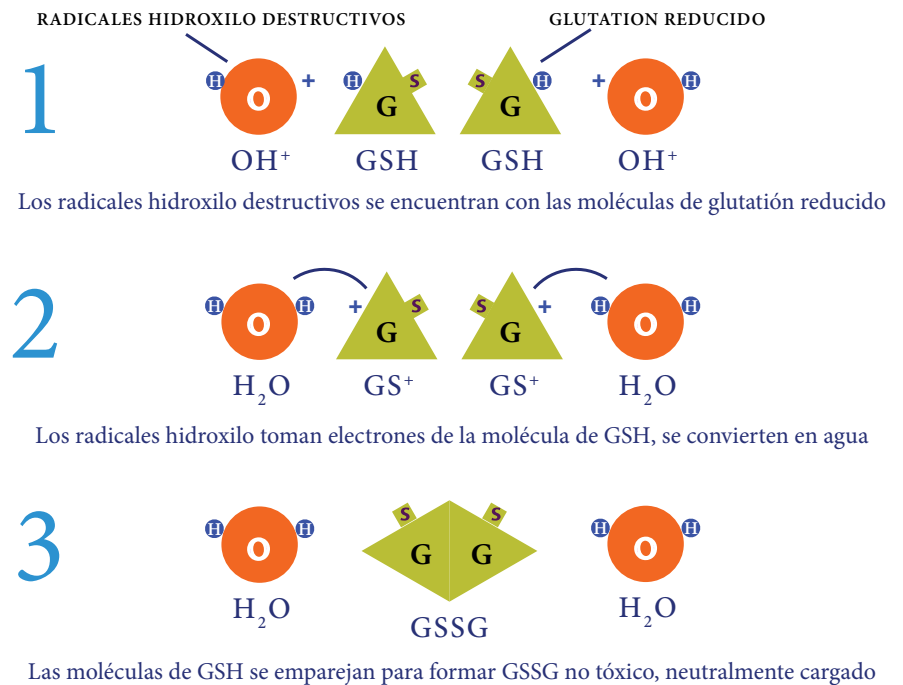
Este es el papel mejor conocido del glutatión. Desde la mitad del siglo veinte, los investigadores han reconocido la fuerte asociación entre cientos de procesos de enfermedades y el estrés oxidativo.

Una gran variedad de alimentos antioxidantes y otros nutrientes es absolutamente esencial para la buena salud, y es cada vez más usada para prevenir y tratar muchos procesos de enfermedad. Este campo reciente de la 'Biología de los Radicales Libres' ha involucrado el estrés oxidativo en enfermedades del corazón, cáncer, diabetes y envejecimiento. Conexiones con otros problemas de salud están siendo todavía descubiertos.

El cuerpo combate los radicales libres usando los conocidos y ampliamente usados antioxidantes como la vitamina C, vitamina E y el selenio. A diferencia del glutatión ellos no son producidos en el cuerpo y su disponibilidad depende de las fuentes alimenticias. Lo que es menos sabido, es que ellos no podrían funcionar adecuadamente sin la presencia del glutatión. Por lo tanto, los científicos a menudo se refieren a él como el 'Antioxidante Maestro.'

(DER.)

El Glutación es el único antioxidante que no se convierte en radical libre después de ser absorbido. Esto lo hace emparejándose con otra molécula de glutatión para neutralizarse.



G = Estructura del Glutación S = Grupo Sulfhidrido
 O = Oxígeno OH = Radical Hidroxilo
 + = Electrón faltante H₂O = Agua
 H = Electrón de Hidrógeno GSSG = Moléculas GSH emparejadas



Considerándolo todo

El Glutación en la Salud y en la Enfermedad

Los investigadores han descubierto que el glutación tiene un papel importante que participa en docenas de retos de salud. Es importante para la salud así como una dieta integral, ejercicio y un buen estilo de vida. Estudios clínicos muestran que está involucrado con algunos de los mayores problemas de salud de nuestros tiempos, incluyendo enfermedades del corazón, derrames cerebrales, diabetes, colesterol alto, asma, tabaquismo, hepatitis, SIDA y más. El glutación provee al cuerpo con las herramientas para ayudar a combatir estas amenazas naturalmente.

La gente sana también debería prestar especial atención a mantener sus niveles de glutación porque mejora su capacidad de ahuyentar toxinas, enfermedades infecciosas, y el proceso de envejecimiento. Los niveles de glutación reducidos de la vejez son evidentes en padecimientos propios de la edad como el mal de Parkinson y Alzheimer. Se le está prestando gran atención a la acción del glutación en el cerebro envejecido.

El glutación es esencial también para la gente físicamente activa. Muchos atletas de clase mundial están descubriendo que el mantener los niveles de glutación les da una ventaja sobre los competidores. Ellos tienen una fuerza y duración mayores, un tiempo de recuperación más rápido de lesiones y menos dolores musculares y fatiga. También se benefician de las actividades naturales promotoras del músculo del glutación.

Sumario

- La ciencia médica continúa descubriendo los papeles críticos del glutación en la buena salud y en la resistencia de enfermedades. La evidencia clínica relaciona al glutación con las enfermedades más comunes de nuestros tiempos así como a las nuevas que están surgiendo.
- Como una IDEA esencial para mejorar la salud, el glutación funciona para el soporte del sistema Inmune, Desintoxica una larga lista de contaminantes y carcinógenos, contribuye a la Energía en varios niveles, y es el Antioxidante maestro del cuerpo.
- No puedes elevar los niveles de glutación tomando glutación ya que se desintegra en el sistema digestivo; debe ser fabricado dentro de las células del cuerpo. Por lo tanto, la manera de elevar los niveles de glutación es obteniendo los bloques de construcción usados por las células para crearlo ellas mismas.
- Las medicinas farmacéuticas hacen esto efectivamente, así que son usadas rutinariamente en situaciones críticas. Pero sus efectos secundarios hacen que el uso repetido no sea recomendable. Recientemente, los científicos han desarrollado una forma natural de elevar los niveles de glutación por medios alimenticios confiables. Mientras escribo, estas proteínas de suero de leche 'bioactivas' son el camino correcto.



AIDA LORENA TORRES

Consultora Immunotec

Whatsapp: **+34 672 242 754**
<https://vivirmejoryglutacion.com/>