

... gaia/

Grupo de Aprendizizes da Informação Aberta (GAIA)

A família é o berço do corpo. O corpo é o abrigo da mente. A mente é o ventre da alma. A alma é filha do espírito. Por isso, estes informativos do GAIA são dedicados à felicidade e edificação da alma, à espiritualização da mente, à saúde do corpo e à união da família.

... gaia/pt/vital/i.html

Alimentação Natural e Saudável

Tinham acesso ao **“leite de uma grande variedade de nozes e aos sucos de muitas frutas”**¹ ... Eles consideravam os seus alimentos - **frutas, nozes e cereais** - já preparados quando amadureciam.

Medicina Nutricional Preventiva - Exposição em forma de diálogo sobre a alimentação natural necessária para saúde do corpo. 47 páginas.

Alimentação Para Uma Vida Saudável de 120 Anos - Texto síntese sobre a alimentação saudável, que resume parte deste material organizado pelo Grupo de Aprendizizes da Informação Aberta (GAIA). 29 páginas.

A Revolução Antienvelhecimento - Uma alimentação para se viver 120 anos com saúde de acordo com o médico Timothy J. Smith, vice-presidente da Associação Médica de Nutrição dos Estados Unidos. 257 páginas.

Terapia Nutricional de Max Gerson - Livros e informativos sobre a terapia, de nutrição natural e de desintoxicação, proposta pelo doutor Max Gerson. Mais informações podem ser obtidas no “Instituto Gerson” (www.gerson.org) e também no “Centro Médico Gerson” de Medicina Integrativa: CHIPSA (www.chipsahospital.org).

Cura Natural do Câncer - Livros e informativos sobre medicina nutricional preventiva, toxicologia e doenças degenerativas, mais especificamente o câncer.

Entendendo, prevenindo, revertendo e curando diabetes - Legendas traduzidas do vídeo **Reversão da Diabetes Pela Alimentação Viva**. O doutor Gabriel Cousens explica como **Alimento Vegano com Pouco Carbohidrato Cura Diabetes e Obesidade**.

O Milagre dos Alimentos Vivos - A experiência da médica Kirstine Nolfi, que se curou de um câncer de mama através da alimentação viva! 24 páginas.

Citações: Lugar de Médico é na Cozinha - Cura e saúde pela alimentação viva. Nossa sincera gratidão ao autor e médico: **Dr. Alberto Peribanez Gonzales**. 82 páginas.

Fundamentos da Culinária Viva e Receitas Vivas - Prática e teoria da alimentação viva, curativa e deliciosa. Experimentado e escrito por Adriano Caceres & Ana Paula Boquadi, idealizadores da **Semente N’Ativa**. 80 páginas.

A Saúde Depende do Estado do Intestino - Entrevista com o médico Hiromi Shinya, criador do método de colonoscopia de filmagem do colo intestinal. É mostrado como os alimentos de origem animal intoxicam o intestino e o corpo. 4 páginas.

Citações: As Frutas na Medicina Natural - Escrito por A.B. e Daniel S.F. Boarim. Livro de referência com tabelas expositivas da concentração de vários nutrientes minerais, vitaminas e o poder de alcalinização e acidificação de inúmeros alimentos. 23 páginas.

Citações: Alimentação Naturista - Frutas e vegetais compõe a alimentação natural da natureza natal do nascimento do corpo humano, como mostra o professor Dieno Castanho. 17 páginas.

Citações: Sugar Blues - Os malefícios do açúcar refinado e a avareza das corporações da indústria químicas, de alimentos e drogas farmacêuticas. Escrito por William Dufty. 26 páginas.

¹“Livro de Urantia”, página 834, Item 74.6: “A Vida Familiar de Adão e Eva”, **Parágrafo 3**.