

Mente Sã em Corpo
Saudavelmente Alimentado

Timothy J. Smith [9], John W. Tintera [11],

Linus Pauling [8], William Dufty [4],

E.M. Abrahamson [1],

T. Szasz [10], A. Cott [3]

Sumário

1 Saúde mental no livro do Dr. Timothy	1
1.1 Medicina nutricional e transtornos mentais	2
1.2 Rendimento escolar prejudicado por aditivos alimentares	2
2 Saúde mental no livro “Sugar Blues”	2
2.1 Açúcar, euforia e depressão	3
2.2 Açúcar e neuróticos	3
2.3 Açúcar e doenças mentais	4
2.4 Vitamina B ₁₂ e doenças mentais	4
2.5 Açúcar, crianças hiperativas e esquizofrenia	5
2.6 Dieta e doenças mentais	5
2.7 Teste de tolerância à glicose	5
2.8 Açúcar e psique infantil	6
2.9 Açúcar e psiquiatria	6
3 Alimentação e paz	6
3.1 A paz e alegria dos Hunzas	6
3.2 A dieta vegetariana e o caráter pacífico	7
4 Ação lesiva do flúor sobre o cérebro	7
4.1 O flúor, a bomba atômica e a ação lesiva sobre o cérebro	7
4.2 Ligação do flúor com drogas antidepressivas	8
4.3 O flúor e a função cerebral	8
4.4 A intoxicação pelo flúor e o déficit cerebral: um estudo marcante	9
4.5 Efeitos cumulativos do flúor no cérebro	9
4.6 O flúor sistêmico e o depósito anormal na glândula pineal	10
4.7 O flúor, o lixo tóxico e a longevidade cerebral	10

1 Saúde mental no livro do Dr. Timothy

Em dois trechos do livro “*A Revolução Antienvhecimento*”¹, o Dr. Timothy mostra a relação entre alimentação e saúde mental. Primeiramente ele descreve sua experiência em uma clínica médica especializada no tratamento de doenças mentais por meio da nutrição. Mais adiante no livro, ele relata um aumento surpreendente do rendimento escolar de crianças, de cujos lanches foram retirados certos aditivos químicos.

¹**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”.

1.1 Medicina nutricional e transtornos mentais

“*A Revolução Antienvhecimento*”, parágrafo 18_6²: ... Eu já tinha me formado em medicina e feito estágio e residência em um hospital quando tomei **consciência da relação entre alimentação e saúde**. Uma das minhas primeiras experiências clínicas teve profunda influência sobre mim. Eu aceitara um emprego noturno com Michael Lesser, M.D., **pioneiro em medicina nutricional que dirigia uma clínica médica em San Francisco especializada no tratamento de doenças mentais por meio da nutrição**. Para meu grande espanto, os clientes que sofriam de uma ampla variedade de **doenças neuropsiquiátricas, inclusive depressão psicótica, esquizofrenia e neuroses, apresentavam grande melhora quando submetidos a dietas especiais, suplementadas com vitaminas, minerais, aminoácidos e outros nutrientes**.

1.2 Rendimento escolar prejudicado por aditivos alimentares

“*A Revolução Antienvhecimento*”, Seção 11.11³:

Aumentando a Durabilidade, Encurtando a Vida Humana

Alimentos cheios de aditivos não podem fazer parte de uma alimentação que beneficie a Renovação. As toxinas presentes nesses alimentos destroem o processo de Renovação, minando a saúde e a longevidade no âmbito celular.

Pesquisas mostraram que os aditivos acarretam distúrbios no desempenho mental, no humor e no comportamento. Os cientistas sabem que as toxinas prejudicam células cerebrais saudáveis e misturam as mensagens transmitidas entre elas.

Quando o conselho educacional da cidade de Nova York decidiu cortar todos os alimentos que continham certos corantes do seu programa de lanche escolar, descobriu algo notável. As pontuações dos estudantes em um teste de escolaridade nacional padronizado subiram do desolador 39^o percentil (o que significava que 61% dos alunos de escolas públicas do país tinham pontuações mais altas) para o 47^o percentil. Intrigado, o conselho resolveu eliminar dos lanches das escolas todos os corantes e aromatizantes sintéticos. Dessa vez, as pontuações dos testes dos alunos atingiram o 51^o percentil.

Calculando a importância desse fato, membros do conselho concordaram em que não deveriam mais servir, nas escolas municipais, qualquer alimento que tivesse BHT ou o seu “irmão”, o conservante butil-hidroxianisol (BHA). Mais uma vez, as pontuações dos estudantes subiram rapidamente, dessa vez para o 55^o percentil. (Antes da experiência do conselho, as pontuações nunca haviam aumentado mais de 1% de um ano para outro.)

Visivelmente, os aditivos alimentares suprimiam, de alguma maneira, o processo mental dos estudantes. Imagine só quanto as suas pontuações melhorariam se seus pais instituíssem, em casa, uma proibição de aditivos semelhante.

2 Saúde mental no livro “Sugar Blues”

No livro “*Sugar Blues*”⁴, várias referências são feitas sobre a sensibilidade do cérebro, em relação a concentração de açúcar no sangue. Oscilações abruptas desta concentração, podem provocar surtos de euforia e depressão, como descritos no livro “*Body, Mind and Sugar*” (“Corpo, Mente e Açúcar”).

²**Livro:** “*A Revolução Antienvhecimento*”, **Capítulo 18:** “Alimentos que Renovam: Adotando a Dieta Antienvhecimento”, **Parágrafo 6.**

³**Livro:** “*A Revolução Antienvhecimento*”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.11:** “Aumentando a Durabilidade, Encurtando a Vida Humana”.

⁴**Informativo:** “Citações: Sugar Blues”.

A relação entre a saúde mental e o excesso de doces na dieta, é mais aguda nas pessoas com o organismo menos capaz de metabolizar a glicose. Por isso o endocrinologista John W. Tintera foi enfático em dizer:

... ninguém, realmente ninguém, deve ter permissão para iniciar o que é chamado tratamento psiquiátrico, em qualquer lugar, a qualquer tempo, a menos que seja submetido a um teste de tolerância de glicose para descobrir se é capaz de lidar com o açúcar.

2.1 Açúcar, euforia e depressão

“Citações: Sugar Blues”, Seção 4⁵:

O cérebro é, provavelmente, o órgão mais sensível do corpo. A diferença entre sentir-se **eufórico ou deprimido**, são ou insano, calmo ou muito louco, inspirado ou melancólico depende, em larga escala, daquilo que você põe na boca. Para máxima eficiência do corpo - do qual o cérebro é apenas uma parte - o volume de glicose no sangue deve estar em equilíbrio com o volume de oxigênio. Como observaram os Drs. E. M. Abrahamson e A. W. Pezet, no livro *Body, Mind, and Sugar*, “... uma condição em que o nível de açúcar no sangue seja relativamente baixa... tende a sufocar as células do corpo, especialmente as células cerebrais. Tal condição é tratada através da dieta... O que ocorre quando as células do nosso corpo, e especialmente de nosso cérebro, encontram-se cronicamente subnutridas? As células mais fracas, mais vulneráveis... *sofrem primeiro*”. (O grifo é nosso.) Quando tudo vai bem este equilíbrio é mantido, com grande precisão, sob a supervisão de nossas glândulas supra-renais. Quando ingerimos o açúcar refinado (sacarose), ele está a um passo de se tornar glicose, de forma a escapar grandemente aos processos químicos de nosso corpo. A sacarose passa diretamente para os intestinos, onde torna-se glicose “*pré-digerida*”. Esta, por sua vez, é absorvida pelo sangue *onde o nível de glicose já havia sido estabelecido, num preciso equilíbrio com o do oxigênio*. Desta forma, o nível de glicose no sangue é dramaticamente elevado. O equilíbrio é rompido. O corpo entra em crise.

O cérebro é o primeiro a registrá-la. As cápsulas supra-renais expõem hormônios que conduzem todas as reservas químicas para enfrentar o açúcar: a insulina das “ilhotas” do pâncreas tem a função específica de controlar o nível de glicose no sangue, num antagonismo complementar aos hormônios supra-renais, ocupados em mantê-lo elevado. Tudo isso num clima de emergência, com resultados previstos. Indo tão rápido, tem uma atuação profunda. O nível de glicose do sangue cai bruscamente e uma segunda crise se origina da anterior. As ilhotas pancreáticas têm que fechar, o mesmo ocorrendo com alguns departamentos das cápsulas supra-renais. Outros hormônios supra-renais devem ser produzidos para regular a reversão na direção química e novamente elevar o nível de glicose do sangue [1].

Tudo isso se reflete na maneira como nos sentimos. Enquanto a glicose está sendo absorvida pelo sangue, nos sentimos eufóricos. Um rápido empurrão. No entanto, essa onda de energia hipotecada é sucedida por períodos de depressão. Quando o nível de glicose do sangue cai ficamos apáticos, cansados; precisamos esforço para nos mover e até mesmo para pensar, enquanto o nível de glicose do sangue está novamente se elevando. Nosso pobre cérebro fica vulnerável a suspeições e alucinações. Podemos nos tornar irritados, nervosos, sobressaltados. A severidade da crise, no ápice de outra crise, depende da sobrecarga de glicose. Se continuamos a ingerir açúcar uma nova crise dupla está sempre começando, antes da anterior terminar. No fim do dia, a crise cumulativa poderá se tornar um desastre irreparável.

2.2 Açúcar e neuróticos

“Citações: Sugar Blues”, Seção 5⁶:

⁵**Informativo:** “Citações: Sugar Blues”, **Seção 4:** “Açúcar, euforia e depressão”.

⁶**Informativo:** “Citações: Sugar Blues”, **Seção 5:** “Açúcar e neuróticos”.

Após anos de dias como este, o resultado final é a avaria das glândulas adrenais. Elas se tornam gastas, não por trabalho excessivo, mas por contínuas surras. A produção global de hormônios é baixa, os volumes não se harmonizam. Este funcionamento irregular, desequilibrado, se reflete por todo circuito supra-renal. O cérebro poderá, em breve, ter problemas, tomando o irreal por real; somos possíveis de enlouquecer. Quando chega o *stress*, ficamos em pedaços porque não mais possuímos um sistema endócrino saudável para enfrentá-lo. Nossa eficiência se esvai a cada dia, estamos sempre cansados, parece que nunca conseguimos terminar coisa alguma. Realmente contraímos o **sugar blues**.

Membros da classe médica que têm estudado este problema observam que, “como as células do cérebro são aquelas que dependem inteiramente do momentâneo nível de açúcar no sangue para sua nutrição, talvez sejam elas as mais suscetíveis a avarias. O número perturbadoramente grande e sempre crescente de **neuróticos** em nossa população deixa isso completamente evidente.” ...

O falecido endocrinologista John W. Tintera foi bastante enfático: “É perfeitamente possível melhorar sua disposição, aumentar sua eficiência e alterar para melhor a sua personalidade. A maneira de fazer isso é evitando o açúcar de cana e de beterraba sob todas as suas formas e disfarces.” [11]

2.3 Açúcar e doenças mentais

“Citações: Sugar Blues”, Seção 6⁷:

Por séculos, médicos desenformados e incapazes continuariam a relegar sinais do **sugar blues** (depressão do açúcar) - cujo remédio fingiam desconhecer - ao feitiço. Três séculos de malícias médicas produziram uma verdadeira Babel de sintomas gregos e latinos: esquizofrenia, paranóia, catatonia, demência precoce, neurose, psicose, psiconeurose, cefalalgia, urticária crônica, neurodermatites, hermicrania, taquicardia paroxismal - todas tão medonhas quanto o próprio diabo.

2.4 Vitamina B₁₂ e doenças mentais

“Citações: Sugar Blues”, Seção 9⁸:

“O funcionamento do cérebro e do tecido nervoso é mais sensivelmente dependente da velocidade das reações químicas do que o funcionamento de qualquer outro órgão ou tecido. Acredito que a doença mental é, na maioria dos casos, provocada por velocidades anormais de reação, determinadas pela constituição genética, pela dieta e pelas concentrações moleculares anormais de substâncias essenciais ... A seleção dos alimentos (e drogas) num mundo que está passando por rápidas mudanças científicas e tecnológicas pode frequentemente ser considerada longe do ideal.

Uma deficiência de **vitamina B₁₂**, oriunda de qualquer causa leva à doença mental, frequentemente mais pronunciada do que as consequências físicas da doença ... Outros investigadores têm igualmente relatado maior incidência de baixas concentrações de vitamina B₁₂, nos exames realizados em pacientes psiquiátricos do que na população, como um todo, e têm sugerido que a deficiência de B₁₂, não importa de que origem, pode levar à doença mental.

O ácido nicótico (niacina), quando de sua introdução, curou de suas psicoses centenas de milhares de portadores de pelagra, assim como da manifestação física da doença ... Mais recentemente, muitos outros investigadores têm relatado o uso do ácido nicótico e da nicotinamida no tratamento de doenças mentais ... Uma outra vitamina que tem sido usada, dentro de certos limites, no tratamento de doenças mentais é o ácido ascórbico, vitamina C ...

Sintomas mentais (depressão) acompanham sintomas físicos de deficiência de vitamina C (escorbuto) ... Minha opinião, formada após o estudo da literatura, é que muitos esquizofrênicos

⁷**Informativo:** “Citações: Sugar Blues”, **Seção 6:** “Açúcar e doenças mentais”.

⁸**Informativo:** “Citações: Sugar Blues”, **Seção 9:** “Vitamina B₁₂ e doenças mentais”.

têm o metabolismo do ácido ascórbico exacerbado, presumivelmente, de origem genética e que a ingestão de grandes doses de ácido ascórbico tem certo valor no tratamento de doenças mentais.

Existe a possibilidade de que alguns seres humanos tenham um tipo de escorbuto cerebral, sem nenhuma outra manifestação, ou um tipo de pelagra cerebral, ou anemia cerebral profunda ... Cada vitamina, cada aminoácido essencial, cada um dos outros nutrientes essenciais representa uma doença molecular que nossos ancestrais distantes aprenderam a controlar através de uma dieta terapêutica e que continuaram a ser mantidas sob controle desta maneira.” [8]

2.5 Açúcar, crianças hiperativas e esquizofrenia

“Citações: *Sugar Blues*”, Seção 10⁹:

A pesquisa clínica realizada com **crianças** psicóticas e **hiperativas**, assim como aquelas com deficiências cerebrais e dificuldades de aprendizagem, mostrou: Uma ocorrência anormalmente alta de diabetes na família - ou seja, pais e avós que não podiam lidar com o açúcar; uma alta incidência de pouca glicose no sangue, ou a hipoglicemia funcional nas próprias crianças, indicando que seus sistemas não eram capazes de lidar com o açúcar; dependência de um alto nível de açúcar na dieta das próprias crianças que não eram capazes de lidar com ele.

Um histórico da alimentação dos pacientes diagnosticados como **esquizofrênicos** revela que a dieta de sua preferência é rica em doces, bolos, balas, café, bebidas cafeinadas, comidas preparadas com açúcar. Estas comidas, que estimulam as glândulas adrenais, devem ser eliminadas ou severamente restritas [3].

2.6 Dieta e doenças mentais

“Citações: *Sugar Blues*”, Seção 11¹⁰:

A tradicional medicina oriental tem insistido permanentemente que a mente e o corpo não são dois. Aquilo que chamamos de doenças são meros sintomas de que o corpo está fora de forma. Para que um homem se torne novamente são, deve, simplesmente, comer alimentos são. O maior psiquiatra da China Comunista insiste em que “... neuroses e psicoses não existem aqui, nem mesmo paranóia” [10].

Sagen Isiduka, famoso médico/antimédico japonês (ele era assim chamado por sua insistência em enveredar pelos métodos tradicionais, enquanto o resto do Japão adotava as práticas da medicina e da ciência ocidentais, desde o início do século passado), ensinava a seus discípulos que aquilo que o Ocidente chamava **doença mental** poderia ser tratado através da dieta.

2.7 Teste de tolerância à glicose

“Citações: *Sugar Blues*”, Seção 12¹¹:

Na década de 40, Dr. John Tintera redescobriu a importância vital do sistema endócrino (especialmente as glândulas supra-renais) em “mentação patológica” - ou estupor cerebral.

Em duzentos casos em tratamento de hipoadrenocorticismo (não produção do hormônio cortical adequado, ou o desequilíbrio entre estes hormônios), ele descobriu que a principal queixa de seus pacientes era frequentemente similar à encontrada em pessoas cujos sistemas eram incapazes de lidar com o açúcar: fadiga, nervosismo, depressão, incapacidade para lidar com o álcool, apreensão, ânsia por doces, dificuldade para concentrar-se, alergias, baixa pressão arterial. *Sugar Blues (depressão do açúcar)!!!*

Finalmente, ele insistiu em que seus pacientes se submetessem a um **teste** de quatro horas de **tolerância à glicose** (TTG) para descobrir se eram ou não capazes de lidar com o açúcar.

⁹**Informativo:** “Citações: *Sugar Blues*”, **Seção 10:** “Açúcar, crianças hiperativas e esquizofrenia”.

¹⁰**Informativo:** “Citações: *Sugar Blues*”, **Seção 11:** “Dieta e doenças mentais”.

¹¹**Informativo:** “Citações: *Sugar Blues*”, **Seção 12:** “Teste de tolerância à glicose”.

2.8 Açúcar e psique infantil

“Citações: Sugar Blues”, Seção 13¹²:

Estas condições poderiam surgir ou ser agravadas durante a puberdade, mas uma investigação no passado do paciente iria, frequentemente, revelar indícios presentes no nascimento e no primeiro ano de vida, e por todo o período pré-escolar e primário. Cada um desses períodos possui seu próprio quadro clínico característico. Tal quadro torna-se mais marcante durante a puberdade e leva as autoridades escolares a queixarem-se da delinquência juvenil ou do pouco rendimento na escola. Um teste de tolerância de glicose, realizado em qualquer um desses períodos, poderia alertar os pais e os médicos e poderia poupar incontáveis horas de preocupações e pequenas fortunas gastas em buscar na **psique infantil** e no ambiente doméstico a causa de desajustamentos de questionável significado no desenvolvimento emocional da criança padrão. O negativismo, a hiperatividade e o obstinado ressentimento à disciplina são indicações absolutas da necessidade de testes laboratoriais: exame de urina, hemograma completo, determinação de P.B.I., e um teste de 5 horas de tolerância à glicose . . .

Tintera publicou diversos artigos notáveis. Enfatizava continuamente que a melhora, o alívio, a palição ou a cura estavam “em dependência da restauração do funcionamento normal do organismo como um todo”. O primeiro item prescrito em seu tratamento era dieta. A todo momento dizia: “A importância da dieta não pode ser superenfatizada.” Ele formulara uma estratégia permanente contra o açúcar em todas as formas e disfarces.

2.9 Açúcar e psiquiatria

“Citações: Sugar Blues”, Seção 14¹³:

Hoje, os médicos de todo o mundo estão repetindo aquilo que Tintera anunciara anos antes: ninguém, realmente ninguém, deve ter permissão para iniciar o que é chamado tratamento **psiquiátrico**, em qualquer lugar, a qualquer tempo, a menos que seja submetido a um teste de tolerância de glicose para descobrir se é capaz de lidar com o açúcar.

3 Alimentação e paz

No livro *“Hortaliças na Medicina Natural”*¹⁴, descreve-se o exemplar povo Hunza no Himalaia. Certamente a alimentação é um dos fatores que contribuem para longevidade, alegria e paz deste povo.

3.1 A paz e alegria dos Hunzas

“As Hortaliças na Medicina Natural”, Seção 2.5.3¹⁵:

Tudo isso unido à sua grande sobriedade, explica suficientemente a boa saúde e a longevidade dos hunzas, que talvez nunca satisfaçam seu apetite completamente, evitando assim a formação de toxinas no organismo. São de fato muito resistentes ao trabalho; e seu gênio é bom, alegre, meigo, tolerante e as brigas entre eles são muito raras. Naquela região não existem cárceres, nem tribunais, pois as admoestações dos anciãos servem de leis e bastam para resolver qualquer questão.

¹²**Informativo:** “Citações: Sugar Blues”, **Seção 13:** “Açúcar e psique infantil”.

¹³**Informativo:** “Citações: Sugar Blues”, **Seção 14:** “Açúcar e psiquiatria”.

¹⁴**Informativo:** “Citações: As Hortaliças na Medicina Natural”.

¹⁵**Informativo:** “Citações: As Hortaliças na Medicina Natural”, **Seção 2:** “Vegetarianismo: vida longa, saudável e tranquila”, **Subseção 2.5.3:** “A paz e alegria dos Hunzas”.

3.2 A dieta vegetariana e o caráter pacífico

“*As Hortaliças na Medicina Natural*”, *Seção 2.6*¹⁶:

A relação entre a alimentação, o caráter e a vida daquele pequeno povo, impressionou o Dr. Mc Carrison de tal modo que, em Londres, pretendeu refazer no laboratório as experiências feitas aos pés do Himalaia.

Alimentou uns ratos com comida típica de um bairro popular de Londres (alguns doces de farinha de trigo, conservas de frutas, carne, arenques, frituras e um pouco de hortaliças cozidas). Constatou que os bichinhos aos poucos adoeciam de todas as moléstias dos homens, tornavam-se nervosos, agressivos, inquietos, até se devorarem reciprocamente. E outros ratos, alimentados conforme a dieta dos hunzas, conservavam-se, pelo contrário, sadios e sossegados.

Hoje a chamada “dieta hanser” (de evidente derivação da dieta hunza) é conhecida em todo o mundo.

4 Ação lesiva do flúor sobre o cérebro

O elemento químico flúor afeta a saúde física e a sanidade mental. É muito importante que os pais, mães, professores e educadores estejam conscientes dos efeitos do flúor prejudiciais a inteligência de nossas crianças, jovens e das pessoas em geral.

Transcrevemos aqui a seção **2.2** do seguinte trabalho:

- *A Fluoretação Sistêmica: a Maior Fraude C. do Século XX*

- 2 *Saúde prejudicada pelo flúor*

- **2.2 Ação lesiva do flúor sobre o cérebro**¹⁷

4.1 O flúor, a bomba atômica e a ação lesiva sobre o cérebro

Para desenvolver a bomba atômica, milhões de toneladas de flúor foram produzidas, e muitos processos surgiram por impactos ambientais. Antes do advento do lobby pró-fluoretação, sabia-se da capacidade do flúor produzir danos cerebrais, segundo estudos secretos para pesquisar os efeitos desse tóxico sobre os operários em atividade no desenvolvimento da bomba atômica, os quais se queixavam de fadiga mental, déficits cognitivos e falhas de memória.



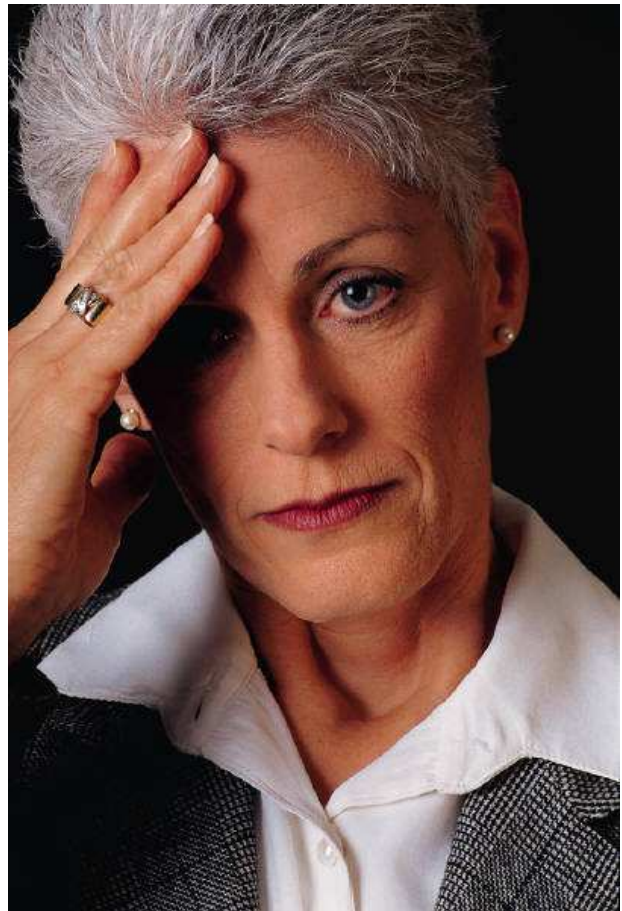
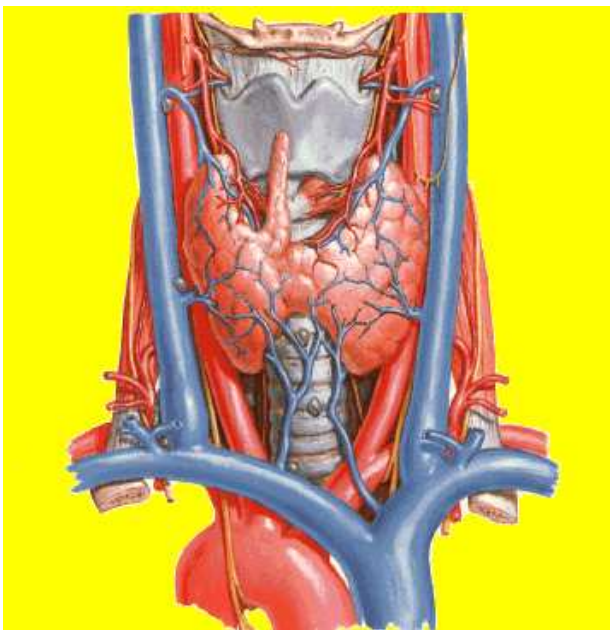
¹⁶**Informativo:** “Citações: *As Hortaliças na Medicina Natural*”, **Seção 2:** “Vegetarianismo: vida longa, saudável e tranquila”, **Subseção 2.6:** “A dieta vegetariana e o caráter pacífico”.

¹⁷**Informativo:** “*A Fluoretação Sistêmica: a Maior Fraude Científica do Século XX*”, **Seção 2:** “Saúde prejudicada pelo flúor”, **Subseção 2.2:** “Ação lesiva do flúor sobre o cérebro”.

4.2 Ligação do flúor com drogas antidepressivas

O flúor está na fórmula de antidepressivos como o Prozac e pode ter efeito somatório com o flúor presente na cadeia alimentar (água e alimentos). O hipotireoidismo, potencialmente induzido pelo flúor pode provocar vários sintomas psiquiátricos, incluindo depressão e e surtos psicóticos de agressividade.

O flúor e o iodo são halogênios e antagonísticos; o excesso de flúor no corpo produz quase invariavelmente hipotireoidismo, de forma clínica ou subclínica.



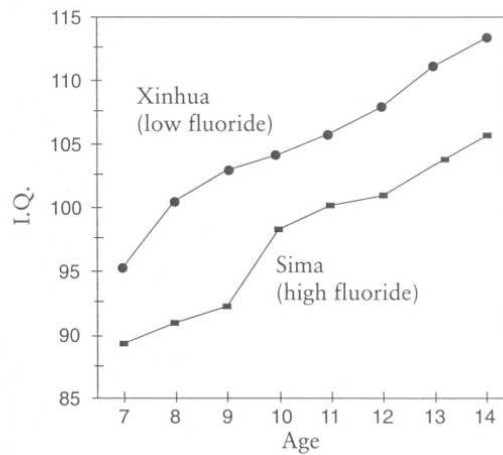
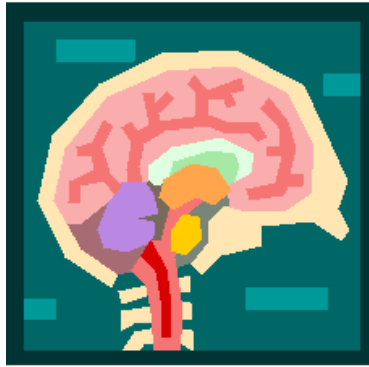
4.3 O flúor e a função cerebral

O flúor age sobre o cérebro, cuja função de alta atividade metabólica depende do suplemento de energia, reduzido por ação tóxica em múltiplas inibições enzimáticas.

Os efeitos são cumulativos: fadiga cognitiva, dificuldade para exercícios mentais e problemas de memória.

Comparação dos níveis de QI em crianças de duas cidades chinesas abastecidas naturalmente de água com níveis diferentes de flúor.

Ver: Zhao, L.B. et al., “*Effect of High Fluoride Water Supply on Children’s Intelligence*” [12].



Source: Zhao et al. *Fluoride* 1996; 29: 190-2.

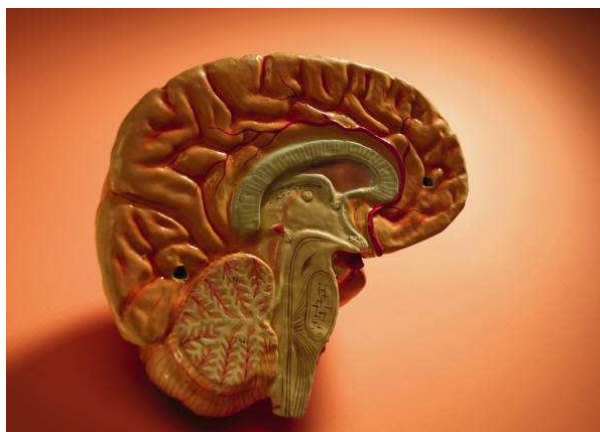
Figure 1. Comparisons of average IQ by age in Sima and Xinhua

4.4 A intoxicação pelo flúor e o déficit cerebral: um estudo marcante

Estudos experimentais em ratos, em doses equivalentes aos humanos consumindo água fluoretada mostraram que o flúor induz deficits do QI com falhas de memória e deficits de aprendizagem

Estudo da Profa. Phyllis Mullenix Department of Neuropathology, Harvard University.

- Pesquisa de 10 anos sobre a toxicidade do Flúor -



4.5 Efeitos cumulativos do flúor no cérebro

Os efeitos sobre comportamento dependem da idade de exposição ao flúor.

O flúor se acumula nos tecidos cerebrais.

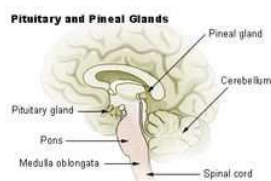
Os níveis de flúor nos experimentos eram menos de $\frac{1}{10}$ da dose empregada na fluoretação tópica meia hora após aplicação do gel de flúor.

A gravidade dos efeitos comportamentais é correlacionada com os níveis de flúor no sangue e no cérebro.

Os humanos estão expostos a níveis de flúor capazes de produzir em ratos disfunções motoras e déficit de memória, equivalentes à baixa do QI em crianças.

Ver: Mullenix, P.J. et al., “*J. Neurotoxicol. Teratol.*” [7].

4.6 O flúor sistêmico e o depósito anormal na glândula pineal



A pineal acumula um depósito de cálcio nos “*corpora arenacea*” (*areia cerebral*) composta de carbonato de cálcio, fosfato de cálcio, fosfato de magnésio. O flúor acumula-se nessa área 2500 vezes mais do que em outras áreas cerebrais induzindo inibição da produção da melatonina com distúrbios do sono e puberdade prematura em meninos e meninas.

Ver: Luke, J. A., “*Effect of Fluoride on the Physiology of the Pineal Gland*” [6].

4.7 O flúor, o lixo tóxico e a longevidade cerebral

“O flúor é proveniente da indústria de lixo tóxico, o que significa que também é altamente tóxico. Então, se por um lado, ele mata germes, por outro também interfere no programa genético do ser humano. E faz isso matando as células da epífise, que são responsáveis, por no mínimo, 25% da longevidade cerebral”.



Ver: Callegaro, J., “*Mente Criativa, A Aventura do Cérebro Bem Nutrido*” [2].

Referências

- [1] Abrahamson, E.M. e Pezet A.W. *Body, Mind and Sugar (Corpo, Mente e Açúcar)*. New York: Pyramid, 1951.

- [2] Callegaro, J., “*Mente Criativa, A Aventura do Cérebro Bem Nutrido*”, Editora Vozes, 2007, pg. 22.
- [3] Cott, A. *Orthomolecular Approach to the Treatment of Learning Disabilities (Enfoque Ortomolecular para o Tratamento da Deficiência de Aprendizagem)*. Sinopse de um artigo reimpresso, publicado por The Huxley Institute for Biological Research, New York.
- [4] Dufty, William *Sugar Blues*.
- [5] Griffiths J. e Bryson, C., “*Toxic Secrets: Fluoride and The Manhattan Project*”, 1997.
- [6] Luke, J. A., “*Effect of fluoride on the physiology of the pineal gland*”. *Caries Res.* 1994; 28; 204
- [7] Mullenix, P.J. et al., “*J. Neurotoxicol. Teratol.*” 1995, 17. 169-177.
- [8] Pauling, Linus. *Orthomolecular Psychiatry (Psiquiatria Ortomolecular)*. *Science*, 19 de abril de 1968, vol. 160, pág. 265-271.
- [9] Smith, Timothy J. *A Revolução Antienvelhecimento*.
- [10] Szasz, T. *The Manufacture of Madness (A Fabricação da Loucura)*.
- [11] Tintera, John W. *Hypoadrenocorticism (Hipoadrenocorticismo)*. Mt. Vermon, New York: Adrenal Metabolic Research Society of th Hypoglicemia Foundation Inc., 1969.
- [12] Zhao, L.B. et al., “*Effect of High Fluoride Water Supply on Children’s Intelligence*”. *Fluoride*, 1996, 29(4); 190-192.