

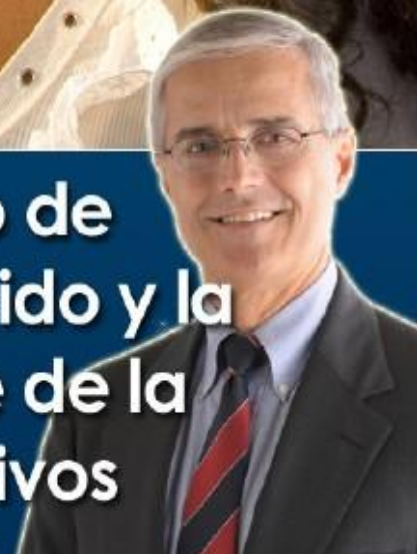
Material de Demostración

No Más Acidez[™]

**El Único Sistema Clínicamente Probado
de 5 Pasos para Curar la Acidez**



**Un Probado Sistema Holístico de
5 Pasos para Curar el Reflujo Ácido y la
Acidez Y Librarse para Siempre de la
Mayoría de Trastornos Digestivos**



No Más Acidez™

Único Sistema Holístico Paso a Paso para la Acidez Garantizado para Curar Su Reflujo Ácido Desde Dentro hacia Afuera, Librándolo Para Siempre de los Trastornos Gastrointestinales

Por Jeff Martin

www.curatureflujo gastrico.blogspot.com

Aviso de Derechos de Autor

Copyright © 2005-2014 Jeff Martin Todos los Derechos Reservados

Todo el contenido del libro "No Más Acidez™" está protegido por derechos de autor © 2005-2014 Jeff Martin

Todo el trabajo literario comprendido en la obra "No Más Acidez™" pertenece y es propiedad exclusiva de su autor, y ha sido reimpreso con el permiso respectivo. La reproducción, copia, o cualquier otra forma de utilización de los contenidos que figuran en el libro está estrictamente prohibida sin el permiso expreso de su autor. Si se descubre falso testimonio, los infractores serán procesados con todo el rigor de la ley.

Nota: El propietario de este libro está autorizado a imprimir una copia física de este manual electrónico para uso personal. Estas normas han sido establecidas para proteger los derechos y la propiedad del autor, y para garantizar que el trabajo se conserve como obra propia del autor.

Exención de Responsabilidad

Si bien se han hecho todos los intentos posibles para verificar la información que se proporciona en esta publicación, ni el Autor ni el Editor asumen ninguna responsabilidad por errores, omisiones o interpretaciones contrarias del tema de esta obra. Cualquier desprecio percibido hacia personas específicas, pueblos u organizaciones no es intencional.

CONTINÚA LEYENDO EN LA VERSIÓN COMPLETA...

[Comprar ahora la Versión Completa:](#)



TABLA DE CONTENIDO

CAPÍTULO 1 INTRODUCCIÓN	9
Bienvenida	10
Diez Hechos Sobre el Sistema No Más Acidez™	12
El Éxito es Suyo	16
Cómo Obtener el Máximo Provecho del Libro	18
Cómo Deshacerse del Reflujo Ácido Holísticamente	23
CAPÍTULO 2	25
TODO ACERCA DE LA ACIDEZ Y EL REFLUJO ACIDO	25
Primera Sección – La Verdad Sobre la Acidez	26
¿Qué es ERGE (r eflujo ácido)?	26
La Verdadera Causa del Reflujo Ácido	30
Factores de Riesgo para la Enfermedad del Reflujo	38
Grupo de Riesgo 1: Edad	38
Grupo de Riesgo 2: Tabaquismo y Alcohol	38
Grupo de Riesgo 3: Personas que Toman Medicamentos	39
Grupo de Riesgo 4: Obesidad	39
Grupo de Riesgo 5: Mujeres Embarazadas	39
¿Cómo se Diagnostica la ERGE?	41
Prueba del Ph	41
Manometría Esofágica	42
Endoscopia Digestiva Alta	42
Examen de la Garganta y de la Laringe	42
Estudios de Evacuación Gástrica	43
Biopsia	43
Signos y Síntomas de la Enfermedad de Reflujo	44
Complicaciones de la Enfermedad de Reflujo.....	46
Segunda Sección – Medicina Holística vs. Medicina Convencional en el Tratamiento de la Acidez.....	49
Medicina Natural vs. Medicina Convencional (Las Diferencias Cruciales)	49
Medicina Convencional	49
La Triste Verdad de los Medicamentos para la Acidez y la Trampa de la Medicación	50
¿Qué Tratamientos para la ERGE Ofrece la Medicina Convencional?	52
Medicamentos Sin Receta, Tratamientos con Receta y Procedimientos Quirúrgicos	53
El Método de la Medicina Holística	58
CAPÍTULO 3	60

EL MINI PROGRAMA DE RESULTADOS RÁPIDOS NO MÁS ACIDEZ™	60
Introducción al Mini-Program a de Resultados Rápidos No Más Acidez™	61
El Mini-Programa de Resultados Rápidos No Más Acidez™	63
CAPÍTULO 4	65
EL SISTEMA HOLÍSTICO DE 5 PASOS NO MÁS ACIDEZ™	66
Introducción al Sistema Holístico No Más Acidez™	66
Primera Sección – Los 5 Pasos del Sistema No Más Acidez™	69
Paso 1: El Tratamiento de Alivio del Reflujo de 2 Días	69
Secretos Elementos Naturales para Eliminar los Síntomas de Reflujo Ácido	72
Los 7 Principios de Alivio del Reflujo	78
Paso 2: Cambios en la Dieta y Optimización de la Digestión	81
Principio Alimenticio #1: Reducción de Grasa y Colesterol	81
Principio Alimenticio #2: Aumento de Fibra	83
Principio Alimenticio #3: Reducir el Contenido de Especies	84
Principio Alimenticio #4: Reducir el Consumo de Lácteos, Lactosa y Fructosa	84
Principio Alimenticio #5: Reducción de Alimentos que Producen Gases	86
Principio Alimenticio #6: Bajar Calorías	87
Principio Alimenticio #7: Reducir los Alimentos Tóxicos y las Sustancias que Alimentan la Candida)	88
Principio Alimenticio #8: Consumo Abundante de Alimentos Limpiadores	92
Principio Alimenticio #9: Mantener un Saludable Equilibrio Ácido-Alcalino	100
Principio Alimenticio #10: Optimización de la Digestión Adoptando Hábitos Alimenticios Correctos	100
Paso 3: Suplementos Poderosos contra el Reflujo Ácido	108
Paso 4: Limpieza Interna	120
¿Por qué Limpiar?	120
La Limpieza y el Reflujo Ácido	121
¿Qué es el Ayuno?	121
¿Por qué Debes Ayunar?	122
Tipos de Ayuno	123
Pautas Generales de Ayuno	125
Consejos para un Ayuno Exitoso	128
Limpieza con zumos de Tres Días	129
La Panacea del Plan de Zumos de No Más Acidez™	131
Mezclas Básicas de Jugos	132
Durante la Limpieza con Zumos	138
Ayudar a los Órganos de Eliminación a Expulsar las Toxinas	139
Suplementos de Vitaminas y Minerales Durante el Ayuno	142
Prevenir la Re-Absorción de Toxinas en el Torrente Sanguíneo	143
Seleccionar un Extractor de Jugos	147
Eliminación de los Parásitos – Programa de Una Semana	149
Paso 5: Elimine la Candida y Prove a a su Organismo de Abundantes Probióticos	151
5 Pasos para Desarrollar un Ambiente Libre de Candida	151

Suplementos Anti-Candida	154
Reposición y Recolonización de las Bacterias Benignas	159
Segunda Sección – Dur ante el Programa: Control del Estrés, Ejercicio y Optimización del Sueño	164
Estrés, Trastornos Gastrointestinales y Reflujo Ácido	164
Introducción al Programa de Control del Estrés de No Más Acidez	166
Las Maravillas de la Meditación y la Respiración Correcta	167
La Importancia de la Risa	174
Los Poderes Mágicos del Ejercicio	175
El Apasionante Mundo de la Fotografía	177
Control del Estrés a Través de Técnicas Mentales	178
Plan de Optimización del Sueño	187
El Vínculo Entre la Privación del Sueño, los Hábitos de Sueño y el Reflujo Ácido	187
Mi Plan de Optimización del Sueño	189
Notas sobre la Manzanilla	190
CAPÍTULO 5	192
CÓMO PREVENIR LA ACIDEZ Y MANTENER UN AMBIENTE LIBRE DE REFLUJO	192
Pautas Dietéticas	193
Pautas Referidas a Suplementos	193
Pautas de Limpieza	194
Pautas para el Control del Estrés y la Optimización del Sueño	194
CONCLUSIÓN	195
APÉNDICE 1 TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS PARA LA ACIDEZ	197
Aromaterapia	198
Masaje de Huesos y Articulaciones	199
Masaje de Drenaje Linfático	200
Masaje Digestivo	200
Acupuntura	201
Homeopatía	201
APÉNDICE 2	203
DIETA DE DESINTOXICACIÓN ANTI-REFLUJO	203
¿Qué es la Desintoxicación?	204
Síntomas Durante la Desintoxicación	204
Pautas Diarias Durante la Dieta de Desintoxicación	204
Qué Comer Durante la Dieta de Desintoxicación	205
Qué Evitar Durante una Dieta de Desintoxicación	208
Dieta de Desintoxicación Sugerida de 2 días Anti-Reflujo	209
APÉNDICE 3	212
PROGRAMA DE DESINTOXICACIÓN DE ACUERDO A AYURVEDA	212
Introducción	213

La Dieta de Desintoxicación Ayurveda	214
Las Hierbas de Desintoxicación Ayurveda	216
El Estilo de Vida de Desintoxicación y Meditación Ayurveda	219

APÉNDICE 4221

DEPURACIÓN DEL HÍGADO Y LA VESÍCULA BILIAR.....221

Introducción	222
Pasos Preliminares	225
Limpieza de Hígado y Vesícula de Un Día	227
Conclusión	229

APÉNDICE 5230

CONSEJOS ÚTILES DE NUESTROS CLIENTES.....230

Consejo #1: Paul de Inglaterra	232
Consejo #2: Elaine de Nueva Zelanda	232
Consejo #3: Mary de Nueva Jersey, EE.UU.	232
Consejo #4: Dylan de Oregon, EE.UU.	233
Consejo #5: Ruth de Inglaterra	233
Consejo #6: Mike de Australia	233
Consejo #7: Linda de Inglaterra	233
Consejo #8: Dan de Quebec, Canada	234
Consejo #9: Karen de California, EE.UU.	234
Consejo #10: Sean de Melbourne, Australia	234

Capítulo 1

Introducción

Bienvenida

Estimado Paciente de Acidez,

Independientemente de su edad o sexo, sea que usted tenga una acidez severa o sólo un caso leve, o sin importar cómo se manifiesta su trastorno de acidez, los métodos que comprende el Sistema No Más Acidez™ son la única respuesta práctica. Estos métodos son la única manera en que usted se libraré de la acidez, al igual que muchos otros se han librado por completo de todos los tipos de acidez en todos los niveles de severidad.

Al igual que usted, yo he sufrido de acidez severa, y como usted he probado casi todas las medicinas convencionales y productos de venta libre que están dirigidos a tratar los síntomas (y, a menudo agravan la causa que la origina), pero tuve poco o ningún éxito. Y como usted, algo me mantuvo buscando, creyendo que debe haber una cura permanente para la acidez, no sólo un alivio temporal.

Es imperativo que usted entienda que su acidez no simplemente sucedió. Hubo una causa, y si sigue el camino correcto para eliminar la causa raíz, puede deshacerse de ella para siempre. De hecho, hay un camino natural, seguro, barato y muy eficaz para curar la acidez.

Este libro contiene ese camino.

La información que usted descubrirá en este libro es el resultado de 7 años de búsqueda, de pruebas y errores y de experimentación. Es el resultado de tratar simplemente casi todo, manteniendo lo que funciona y descartando lo que no.

El "rompecabezas de la acidez" fue armado a partir de la información que aprendí de numerosos naturópatas, autores y curanderos, y producto de

Gracias por visitar este Libro Electrónico

Puedes leer la versión completa de este libro electrónico en diferentes formatos:

- HTML(Gratis / Disponible a todos los usuarios)
- PDF / TXT(Disponible a miembros V.I.P. Los miembros con una membresía básica pueden acceder hasta 5 libros electrónicos en formato PDF/TXT durante el mes.)
- Epub y Mobipocket (Exclusivos para miembros V.I.P.)

Para descargar este libro completo, tan solo seleccione el formato deseado, abajo:

