

TENDENCIAS

Esto es lo que le sucede a tu cuerpo si comes ajo con el estómago vacío

El Ciudadano · 2 de septiembre de 2015



Lo que sucede cuando comes el ajo con el estómago vacío es muy importante para mejorar la calidad de tu vida y de tu alimentación,

para ello lee hasta el final esta nota para aprender a cerca de *los beneficios del ajo* para el cuerpo cuando lo *comes con el estómago vacío*.



Los beneficios del ajo en el estómago

Muchas personas piensan que el consumo de ajo en ayunas no es beneficioso. A menudo se puede oír a la gente decir que sólo su abuela y sus amigos piensan que este remedio casero es realmente beneficioso. Sin embargo, es realmente muy eficaz en la prevención y el tratamiento de muchas enfermedades.

Resultados de numerosos **estudios científicos que han llevado a cabo, demostraron que si se consume ajo con el estómago vacío, sólo aumentará su poder, por lo que es un fuerte antibiótico natural.** ¿Sabes por qué es más efectivo cuando lo comes antes del desayuno y con el *estómago vacío*? Las bacterias están sobreexpuestas, así que no pueden defenderse de su poder.

Porqué es bueno comer ajo con el estómago vacío

Muchas personas afirmaron que el ajo realmente puede aliviar los síntomas de la hipertensión. No sólo al regular la circulación, también estimula el correcto funcionamiento del hígado y la vejiga y previene de diversos problemas cardíacos.

El ajo puede ser muy eficaz en el tratamiento de problemas estomacales, como la diarrea – estimula la digestión adecuada y una buen apetito. Algunas personas incluso afirman que el ajo es un remedio increíble para problemas nerviosos, pero sólo si se consume con el estómago vacío.

El ajo también ayudará a controlar el estrés, deteniendo la producción de ácido del estómago que produce el cuerpo cada vez que te pones nervioso.

El ajo es popular por sus beneficios para la salud en todas las partes del mundo. Esa es la razón principal por la que la gente hace mucho tiempo comenzó a llamarlo “un alimento curativo”.

Ajo y la medicina alternativa

El ajo es considerado como uno de los alimentos más eficaces en la medicina alternativa cuando se trata de desintoxicación. Los médicos en esta rama dicen que el ajo es tan poderoso que limpia el cuerpo de gusanos y parásitos, previene enfermedades como la depresión, la diabetes, el tifus e incluso algunos tipos de cáncer.

Si eres alérgico al ajo, debes tomar dos cosas importantes a consideración: nunca lo comas crudo, y si todavía consigue cualquier brote en la piel, dolor de cabeza, o una temperatura corporal alta, deja de consumirlo.

Algunos estudios han demostrado que el consumo de ajo a veces puede tener efectos secundarios entre los pacientes que utilizan medicamentos para el HIV / SIDA. Estas condiciones de salud requieren una atención especial y hay que tener mucho cuidado. Asegúrate de hacer todas las pruebas necesarias para determinar si el ajo es seguro para ti antes de empezar a consumirlo.

Su fuerte olor y sabor no debe dejar de lado todos sus beneficios para la salud. Grandes sustitutos de ajo crudo son los suplementos de ajo, e incluso en esa forma, aún pueden aprovecharse sus beneficios.

Otros beneficios del ajo

El ajo es excelente para las vías respiratorias: es increíblemente eficaz en la prevención y curación de la tuberculosis, catarro, bronquitis, asma, congestión pulmonar, neumonía, tos catarrhal y bronquial crónica.

En los casos de tuberculosis, puedes probar este tratamiento a base de ajo:

1. Come todo un diente de ajo durante el día. Dividir en algunas piezas, y consumirlo en cualquier forma que te parezca adecuado. Se obtienen los mejores resultados si se come crudo o si se asan ligeramente en el horno.
2. Se hace una gran salsa cuando se combina con una yema de huevo y un poco de aceite de oliva. No dejes que hierva la mezcla, ya que el ajo, perderá muchas de sus propiedades curativas.
3. Haz una mezcla especial si necesitas tratar cualquier tipo de enfermedad bronquial.

Usa 24 oz / 700 gramos de azúcar orgánica/panela/mascabado, etc., 7 oz / 200

gramos de ajo, y 33 oz / 1 litro de agua. Cuando el agua empieza a hervir, junto con el ajo, añadir el azúcar. Consumir tres cucharadas al día.

El extracto de ajo es especialmente eficaz para el tratamiento de la bronquitis crónica.

1. Necesitas 3,5 oz / 100 ml de alcohol de 90 pruebas (45% de alcohol) y 1,5 oz / 40 gramos de ajo. Picar el ajo y ponerlo en una botella, y luego verter el alcohol. Sella bien. Deja que se quede durante cinco o seis días, y filtrarlo. Consumir una cucharada de este remedio todos los días. También dura durante un largo tiempo.

2. Puede utilizar el mismo remedio para tratar el catarro y asma. Para estas condiciones de salud, agregar de 15 a 30 gotas del extracto en agua caliente. Si no puedes soportar su sabor y olor, puedes añadir un poco de extracto de menta. De esta manera también aumentas su potencia.

4. El ajo puede también ser utilizado para aplicaciones externas. Úsalo como una apuesta sobre el abdomen para aliviar el frío. Aplica directamente sobre una picadura de insecto o animal venenoso. Pequeñas cantidades de ajo te ayudarán a eliminar las verrugas, y estos crecimientos de la piel se caerán sin ningún dolor. Es muy útil en el dolor de muelas, todo lo que tienes que hacer es poner un pequeño trozo de ajo en el diente dolorido.

5. La lista de sus propiedades para la salud parece ser interminable. El ajo también es eficaz para curar las hemorroides, dolor de oído, y el estreñimiento. Si deseas tratar el estreñimiento y las hemorroides, hervir un poco de agua y añadir una buena cantidad de ajo.

Mantén la infusión en un recipiente que te permita inhalar el vapor. Inhala hasta que el agua se enfríe. Para tratar un dolor de oído, exprime un poco del jugo de ajo y poner una o dos gotas en el oído dolorido.

Vida Lúcida

Fuente: El Ciudadano