

# LOS BENEFICIOS DEL AGUA DE MAR PARA LA SALUD Y OTROS USOS

**Montse Puyol**

Directora de Talasoterapia

Fundación Aqua Maris

## LA FUNDACIÓN AQUA MARIS

- Creada en 2003
- Sede en Badalona – Barcelona
- Fundadores: Francisco Sánchez, Mariano Arnal, Laureano Domínguez.
- **Objetivos:**
  - > Coordinar los esfuerzos dispersos que se realizan en diversos puntos del planeta para restaurar, sobre bases científicas, el prestigio nutritivo y terapéutico del agua de mar en el hombre, los animales y la agricultura.
  - > Abrir el mayor número de dispensarios marinos en zonas con grave déficit nutricional.
  - > Informar y promover los beneficios del Agua de Mar y el medio marino sobre la salud.

## ACTUACIONES

- Implantación de dispensarios Marinos
- Congresos y Jornadas sobre Agua de Mar
- Formación:
  - Curso de Dietética y Nutrición
  - Curso de Hidrología Marina
  - Curso de Talasoterapia
- Desarrollo de productos turísticos
- Experimentación en agricultura y cocina
- Charlas y publicaciones divulgativas

## PROPIEDADES DEL AGUA DE MAR

Hechos aceptados universalmente:

- El 70% del cuerpo humano es agua de mar isotónica (9gr/litro), este medio interno lo compartimos con todos los vertebrados, peces incluidos. El feto en el vientre materno es 94% agua de mar.
- La vida se originó en el agua de mar. La primera célula surgió en el agua de mar.
- El agua de mar es hipertónica en una concentración de 35gr de sales por litro.
- El agua de mar no es agua con sal (sodio y cloro). La componen los 118 elementos de la tabla periódica en su forma orgánica y biodisponible.
- Las moléculas de sodio ( $\text{Na}^+$ ) y cloro ( $\text{Cl}^-$ ) van por separado.
- El  $\text{Cl}^-$  constituye el 19-20% de los minerales del agua de mar hipertónica (35g/1L) y el  $\text{Na}^+$ , solamente el 9-10%. El 5% son los elementos restantes.
- El pH alcalino del agua de mar, 8.4, no es compatible con la vida microbiana de procedencia terrestre o accidental.

## “El mar cura las enfermedades del hombre” (Hipócrates)

El mar posee unas propiedades que hacen de él un efecto muy saludable sobre nuestro organismo.

- Es el nutriente orgánico por excelencia, ingerida, por contacto con la piel o inyectada.
- Contiene todos los oligoelementos y nutrientes existentes en el planeta, considerados como necesarios para el buen funcionamiento del metabolismo humano y difíciles de obtener a través de la dieta diaria, imprescindibles para nuestra vida y bienestar.
- El agua de mar tiene propiedades antibióticas y bactericidas, evita la proliferación de bacterias nocivas.
- Algunas de las sustancias de origen marino tienen propiedades terapéuticas muy beneficiosas por ser antitumorales, antibacterianas y antivirales.

- Desde el siglo pasado se sabe, por los descubrimientos de René Quinton que el agua de mar tiene un gran valor para:
  - 1) Hidratar y recargar electrolíticamente las células
  - 2) Reequilibrar la función enzimática
  - 3) Promover la regeneración celular
  
- Suministrar generosamente al organismo agua de mar significa poner a su disposición la información nutricional que, amén de nutrir, mantiene en equilibrio todas sus funciones, revitaliza el medio interior en caso de hallarse intoxicado y cura enfermedades provocadas por dicha intoxicación.

## PREPARACIÓN DEL AGUA DE MAR PARA BEBER

El agua de mar es el hidratante y el nutriente más completo de la Naturaleza.

- Contenido sales mar actual 36 gr por litro (hipertónica)
- Composición agua corporal extracelular (isotónica) y plasma sanguíneo 9 gr. por litro
- Conversión de agua de mar hipertónica en isotónica, para beber y cocinar :  
1 parte de agua de mar + 3 partes de agua de manantial



## DÓNDE OBTENER EL AGUA DE MAR

- Embotellada en supermercados, centros de dietética y farmacias.
- Del mar directamente, de zonas profundas, mejor en zonas rocosas sin contaminación ni vertidos o en playas con control sanitario.





## CÓMO SE USA EL AGUA DE MAR

- **Ingestión:**
  - Purgativa: hipertónica: efecto depurador y desontoxicante
  - Nutritiva: 250 cc./día
    - isotónica (1/4 agua de mar + 3/4 agua dulce) como bebida (mejor con zumo de limón) para cocinar y añadir a jugos
    - hipertónica, a sorbos.
- **Enemas:** lavativas, hidroterapia de colon
- **Inhalación:** en la playa o con nebulizadores
- **Impregnación:** inmersión, aspersion, vaporización
- **Inyección:** intravenosa, intramuscular, subcutánea



## INDICACIONES

- En casos de anemias y enfermedades suele ser muy útil para una recuperación más rápida y natural, sin contraindicaciones.
- En la cocina, básicamente para salar los alimentos.
- Para regular el tránsito intestinal, preferentemente hipertónica
- Como dentífrico y para hacer gárgaras. Actúa de higienizador de la cavidad bucal y sus conductos. Hipertónica
- Como digestivo cuando se siente pesadez. También es mejor sin rebajar
- Antes de las comidas para reducir el hambre y la ansiedad. Adelgazante. Isotónica
- Como lavativa completa o parcial del aparato digestivo. Hipertónica

## USOS TERAPÉUTICOS

- Alcalinización del organismo
- ayuda a curar o mejorar los síntomas de patologías como:  
las afecciones de la piel -incluida la psoriasis-
- desnutrición
- problemas de próstata
- gingivitis
- desequilibrio de los sistemas nervioso central e inmune
- obesidad
- sinusitis
- avitaminosis
- asma
- artritis
- problemas gastrointestinales
- cansancio crónico
- anorexia
- bronquitis
- osteoporosis
- estrés

## OTROS USOS

- Agricultura
- Veterinaria
- Ahorro de agua dulce: en piscinas, limpieza y jardinería
- Turismo:
  - Talasoplaya: la talasoterapia en la misma playa

**El Agua de Mar es el recurso natural más abundante en el planeta Tierra**

**Constituye el 70 % de su composición**

**Es gratuita y ofrecida generosamente por la Naturaleza a la humanidad**

**¡¡Aprovechémosla!!**

[www.aquamaris.org](http://www.aquamaris.org)