

# Gustul acru este gustul cancerului. Tot ce este acru sau acrișor trebuie evitat. Inclusiv lămâia – Doctor Călin Mărginean

Domnul doctor Călin Mărginean este un **medic specialist** din Piatra Neamț care de peste 25 de ani promovează un regim de viață sănătos, în special prin puterea exemplului.

Pe siteul dânsului puteți găsi foarte multe materiale video din conferințele susținute în întreaga țară, cu sala plină, dar și numeroase articole despre *"Ce înseamnă un stil de viață sănătos"* .

Teoriile pe care le susține domnul doctor pot fi pentru unii dintre noi mai greu de digerat, mai ales dacă am fost crescuți sau îndoctrinați cu anumite idei.

Zilele trecute, după ce am studiat câteva din **protocoale de tratament** pe care dânsul le-a creat special pentru anumite afecțiuni, am rămas cu mai multe semne de întrebare.

Așa c-am apelat la bunăvoința domnului doctor de a-mi răspunde la mai multe întrebări.

– Bună dimineața domnule **doctor Călin Mărginean**. Vă rog dacă aveți timp să-mi răspundeți la mai multe "semne de întrebare" cu care am rămas după studierea protocoalelor dumneavoastră.

– Precizați în protocoale ca **tot ce este acru trebuie evitat**. Aici intră chiar tot sau există anumite excepții ?

**Dr. C.M.** : – Stimate d-le Popescu,

TOATE alimentele ACRE sau acrișoare DACĂ vreți să fiți sănătos, le veți evita !

- Aici vorbim inclusiv despre lămâie ?

Dr. C.M. : - Da, **lămâia nu trebuie folosită DELOC**, dar nici ORICE ALT aliment acru sau acrișor !!!



- Dar lămâia este recomandată de toată lumea aproape și este folosită în foarte multe combinații, se pune în salate în loc de oțet, se face limonadă, se pune pe spanac pentru o mai bună absorbție a fierului, în compania vitaminei C.

Dr. C.M. : - Spanacul NU determină nicio absorbție de fier (căci conține 1-1,5 mg% Fier și ...778 mg% acid oxalic), ci **spanacul SCOATE fierul din corpul nostru** prin cantitatea GIGANT de acid oxalic !

Dr. C.M. : - **Acru = acid = chimie de clasa a VII-a = mediul specific și de dorit pentru dezvoltarea cancerului !** (asta-i valabil și pentru mine și pentru dumneavoastră dacă nu vrem să facem cancer. Să NU uitați asta vreodată : gustul acru este gustul cancerului !!!)

Dr. C.M. : - **(Sucurile de) legume(le) se amestecă ÎNTRE ELE, iar (sucurile de) fructe(le) ÎNTRE ELE.**

Amestecându-le ÎNTRE ELE "se bubuie" generând aciditate, balonări și "baraj" reciproc de absorbție al mineralelor, vitaminelor și antioxidanților, reflux gastro-esofagian + generează secreții în cavitățile corpului => nu numai că le luați DEGEABA, dar pot genera și **aciditate = otravă + inflamație în organismul dvs. + mediul favorit de dezvoltare al cancerului !**

**ÎNTRE ELE** (deci între sucurile de legume și fructe) va fi **CEL PUTIN o distanță de 2 ore, căci altfel... "se bubuie" !!!**

Încă ceva : noi la o masă facem o salată cu tomate, salată, ardei, ceapă verde, castraveți, ridichi. Ce sunt astea ? Răspuns corect : LEGUME ! Însă suntem așa de... "deștepți", căci peste ele stoarcem o... lămâie !?! Ce-i aia ? Răspuns corect : fruct !?! Fruct + legume =

aciditate + balonări + baraj de absorbție !!!

**NU CUMVA combinația suc de măr + suc de morcov**  
! Măru-i fruct, morcovul e legumă ! Iar se "bubuie" !

– Și cum rămâne cu celebrul guacamole, pe care eu și copiii mei îl mâncăm cu foarte mare plăcere ? Este o combinație total greșită ?

**Dr. C.M. : – SINGURUL fruct** care se amestecă DOAR cu legumele (și **NU cu fructele !**) este **AVOCADO !** NU există alte excepții !!! PERMIS dvs. avocado, indiferent de cantitate !

– Am înțeles. Dar totuși cum rămâne cu ideea că **lămâia**, în organism, **are o reacție bazică**. Chiar și eu pot susține c-am învățat acest lucru la cursul de nutriție. Am băut o perioadă dimineața apă caldută cu lămâie și am **recomandat acest lucru la foarte multă lume**.

**Dr. C.M. : –** În urma cu un an, pe postul TV BBC earth în cadrul unei emisiuni de sănătate a fost dat publicității un studiu din 2018 al Universității de Nutriție Oxford, care susținea următoarele (citez exact) : **"dacă organismul nostru nu ar reacționa prompt prin scoaterea de calciu din oase, pentru a tampona aciditatea generată, o picătură de lămâie într-un pahar cu apă ne-ar omorâ în câteva minute !"**

Cred că era FOARTE MARE nevoie de această luare de poziție din partea Universității Oxford, nu de alta dar eu susțin de peste 10 ani că lămâia NU e sănătoasă și mai ales în combinație cu legumele + eu caut să demolez pe toate căile MAREA MANIPULARE medicală potrivit căreia **"lămâia când intră în corpul nostru ar deveni... alcalină (bazică)" !?!**

– Mulțumesc frumos pentru toate aceste răspunsuri și informații. O să încerc să respect recomandările dumneavoastră și să transmit la cât mai multă lume aceste recomandări pe care le faceți și le susține cu argumente foarte logice și corecte.

**Dr. C.M. : –** Numai bine și sănătate vă doresc !