

# Lithothamnium :

[http://www.parolesvivantes.com/sante\\_remedes.htm](http://www.parolesvivantes.com/sante_remedes.htm)

**Posible tratamiento :** Excelente antiácido para el estómago, importante fuente de calcio y oligoelementos, beneficia la mineralización de los huesos, estimula el tránsito intestinal, favorece la formación de hemoglobina, eficaz contra el estrés, la fatiga crónica, el nerviosismo y los trastornos del sueño.

**El lithothamnium es una pequeña alga de 2 cm :** (*Phytoflore.com*)

Esta alga está representada por brotes calcificados reunidos en racimos, del tamaño de una nuez. Una vez seca, esta alga se asemeja al coral blanco, por lo que toma su nombre del aspecto calcáreo que le da. Se encuentra en el fondo del mar y siempre está sumergido. El lithothamnium se encuentra en Noruega (9-28 metros de profundidad), en Inglaterra (10 a 13 metros de profundidad), en la costa bretona (10 a 30 metros de profundidad) y en la costa mediterránea (30 a 60 metros de profundidad). El medio marino del lithothamnium está muy agitado y oxigenado por las mareas y la agitación del mar. El lithothamnium tiene la particularidad de cristalizar los minerales del agua de mar (más concretamente el carbonato de calcio) en su talo. Este entorno particular le confiere una composición excepcional en oligoelementos.

## Historia :

El lithothamnium se ha utilizado durante muchos años en la agricultura ecológica para reducir la acidez del suelo y fertilizar la tierra. En los años 50, cuando una epidemia de fiebre aftosa hacía estragos en Bretaña, el veterinario Dr. L. Daniel y varios de sus colegas observaron que en algunas granjas no había animales enfermos. Se dieron cuenta de que estas explotaciones llevaban varios años esparciendo lithothamnium triturado en sus tierras...

## Composición del lithothamnium :

El lithothamnium comestible consiste en el esqueleto de las algas muertas; su composición en carbonato de calcio lo hace altamente biodisponible. El lithothamnium contiene principalmente calcio, sodio, yodo, azufre, hierro, magnesio en forma de carbonato, cal y magnesia, sílice, manganeso, flúor, molibdeno, boro, cobre, cobalto, níquel, selenio, zinc, plata, titanio, estroncio... El lithothamnium también contiene aminoácidos (prolina, lisina), vitamina C, ácido aspártico y glutámico y alginatos. El lithothamnium sintetiza los beneficios del mar y se convierte así en un auténtico "concentrado sólido de agua de mar".

## Propiedades y virtudes terapéuticas del lithothamnium como complemento alimenticio :

Los oligoelementos desempeñan un papel importante en el organismo. El lithothamnium concentra por sí solo 19 oligoelementos, lo que lo convierte en una importante fuente de oligoelementos. Hoy en día, nuestra dieta proporciona a nuestro cuerpo una dosis exagerada de ácido (grasas, dulces, café, etc.). Al mismo tiempo, sufrimos numerosas carencias de vitaminas y oligoelementos, lo que impide la neutralización y transformación eficaces de estos ácidos.

De hecho, para compensar y neutralizar la agresión de los ácidos, nuestro cuerpo necesita vitaminas y oligoelementos. Las carencias que sufrimos obligan a nuestro organismo a recurrir a sus reservas de bases minerales, lo que provoca una importante desmineralización de nuestro cuerpo. Estas pérdidas de minerales debilitan la mayoría de los órganos (estómago, huesos, etc.). El lithothamnium colma estas pérdidas gracias a las sustancias minerales que contiene; permite una remineralización completa en el individuo.

### **Lithothamnium y acidez :**

Por su composición básica (PH igual a 9) y sus componentes altamente asimilables por el organismo (carbonato de calcio), el lithothamnium es importante para apoyar y equilibrar el ácido-base del organismo. El carbonato de calcio es un excelente antiácido, neutraliza la acidez gástrica (dolores de estómago, quemaduras, reflujo, gastritis y úlceras pépticas) así como la acidez del organismo (acidosis tisular) encontrada en numerosas afecciones del cuerpo (reumatismo, tendinitis, desmineralización, calambres, ciática, gingivitis, fatiga crónica...).

### **Lithothamnium y huesos :**

El calcio es esencial para la mineralización de los huesos, asegura su crecimiento, mantenimiento y solidez. El alto contenido de carbonato de calcio del lithothamnium proporciona calcio en una forma perfectamente asimilable por el organismo humano. La riqueza y la calidad de sus minerales, su alto contenido en carbonato de calcio y sus oligoelementos, combinados con su acción antiácida, confirman el valor del lithothamnium en todos los tipos de osteoporosis. Por todas estas razones, el lithothamnium es conocido por su eficacia para los huesos y los cartílagos.

### **Lithothamnium y la digestión :**

Su alto contenido en minerales permite al lithothamnium estimular el tránsito intestinal y desempeña un papel antiácido en la mucosa del estómago. El lithothamnium favorece la formación de hemoglobina (la hemoglobina se une y suministra oxígeno a las células del organismo).

### **Lithothamnium y la fatiga :**

Su acción remineralizante hace que el lithothamnium sea eficaz contra el estrés, la fatiga crónica, el nerviosismo y los trastornos del sueño.