

## *PÓLEN - GELÉIA REAL*

Para mantermos nosso organismo em forma sadia e equilibrada, os alimentos devem possuir o máximo de substâncias nutritivas e indispensáveis para o nosso organismo. Quanto mais fugirmos de comidas processadas (enlatadas, que passaram por alguma forma de conservante, são, de alguma forma prejudiciais).

A geléia real, considerada o alimento perfeito quando está na temperatura da colméia, e fresca, rodeada de abelhas que a mantém estabilizada, tem um poder energético fantástico. Retirada de seu meio, muitas vezes congelada e mantida de forma não a ideal, retirada da floresta amazônica, viajando à outros países, que selecionam, ficando com o melhor para si.,perde sua força energética.

A geléia em natura, ao abrir a colméia, é tão poderosa que ao consumir apenas cerca de uma grama, a qual retirei da torre de cera num favo velho, me deixou de olhos brilhantes durante dias. Avaliando com as formas da Terapia Prânica, as oferecidas em lojas e farmácias, tem menos energia do que o recipiente vazio de cera, na colméia. Torna-se necessário consumir meio quilo para sentir efeitos valiosos. Quando Liofilizada sem ser necessário refrigeração, é a forma industrializada, disparadamente, muito melhor do que qualquer outra.

Ao comprar, examine com um pêndulo de cristal, veja como o vendedor fica encabulado.

Ele sabe, nós também sabemos que alimentos congelados perdem significativamente seu valor.

Felizmente, o verdadeiro poder energético do alimento Pólen, é infinitamente mais fácil de conservar e usufruir.

E é no pólen, um pó fino e colorido existente nas flores, que encontramos essas substâncias.

O pólen coletado pelas abelhas é o alimento mais complexo e valioso da natureza.

Uma nutrição com pólen nos permite viver mais e melhor, pois o pólen estimula o funcionamento de todos os órgãos internos, melhorando inclusive o desempenho sexual.

O pólen apícola apresenta na sua composição grande quantidade de aminoácidos essenciais, ácidos graxos, vitaminas, oligo-elementos, fibras vegetais, minerais e moléculas protéicas como flavonóides.

As substâncias nutritivas vão estimular o metabolismo celular, a síntese dos produtos indispensáveis para nossas glândulas, reforçar a imunidade, neutralizar os radicais livres, diminuir os riscos de câncer e doenças cardiovasculares, esses “elementos funcionais” têm papel importante na nossa saúde. Também, contém 30 oligo-minerais, elementos químicos que o nosso organismo necessita para um perfeito funcionamento.

O pólen favorece os neuro-hormônios aumentando a capacidade física e mental, trazendo benefícios no que diz respeito ao humor, euforia, vitalidade e principalmente a diminuição do envelhecimento cerebral.

O pólen devido a sua composição e por apresentar resquício de antibiótico natural, (própolis) tem ação benigna nas funções intestinais, permitindo o restabelecimento no

equilíbrio da flora intestinal, indicado para pessoas que sofrem de prisão de ventre crônica.

Muitos do terapeutas florais que vêm à nossa Escola, testam e comprovam a energia do pólen de boa qualidade, com a energia de uma flor viçosa.

Segundo pesquisa realizada em algumas Universidades, obteve-se informações sobre os aspectos qualitativos do pólen produzido na primavera e verão. São dados que, no futuro, poderão ser investigados com mais profundidade e amplitude, podendo assim classificar o pólen, também quanto a sua origem floral.

Na Europa, milhares de pessoas já se beneficiaram com o uso do pólen, e também, no Brasil, diversas pessoas tiveram curas de doenças como: próstata, anemia, stress e vários casos de redução com normalização dos níveis de colesterol e triglicerídeos no sangue.

É extraordinário o efeito do pólen no tratamento de anemias profundas, elevando rapidamente a taxa de hemoglobina no sangue, por sua composição ser rica em ferro e vitaminas do grupo B12. Também, do pólen obtém-se compostos flavonóides e hormônios esteróides.

Os compostos flavonóides são eficazes na diminuição dos níveis de gordura no sangue, combatem a arteriosclerose sendo muito utilizado na medicina, devido a sua ação antiinflamatória, antibiótica e anti-oxidante. E, os hormônios esteróides são eficazes no controle da síndrome do climatério feminino.

O pólen é rico em hormônios vegetais, os quais atuam sobre a próstata, prevenindo a prostatite (inflamação e crescimento da próstata). Pela sua riqueza em minerais, enzimas, vitaminas, aminoácidos e compostos revitalizantes, é um poderoso tônico e de grande valor terapêutico.

Enfim, o pólen é recomendado para: atividades do estômago, funções glandulares e intestinais, mal-estar e tensão nervosa (stress), espinhas na adolescência, fortalecimento dos capilares, poderoso anti-anêmico e pode normalizar a visão por conter vitamina A. Na vasta literatura consultada, não foi encontrado nenhum relato sobre contra indicação do pólen.

### *COMO CONSUMIR O PÓLEN*

Para um melhor aproveitamento e efeito imediato, o pólen deve ser consumido, preferencialmente, em jejum e mastigado (pólen granulado), desta maneira, devido a insalivação quando da trituração, haverá uma maior assimilação pelo organismo humano. Também pode ser consumido misturado com o mel, iogurte, sucos de frutas, cremes, etc. A dose aconselhável pode ser aconselhada pelo terapeuta, pois é melhor ingerir pequenas doses, até o organismo se acostumar.