



## ¿Cuáles son los beneficios de beber agua alcalina?

### **Contribuye a la buena digestión**

Beber agua alcalina promueve la eliminación de toxinas y evita que se vuelvan a acumular, de esta manera se encarga de la eliminación de desechos de nuestro organismo y previene diferentes enfermedades. **Se recomienda para los casos de diarrea crónica, para la indigestión, las enfermedades del estómago e intestino y el estreñimiento.** Además, favorece la digestión de los alimentos, neutraliza la hiperacidez gástrica, origen de gastritis y úlceras gastroduodenales.

### **Previene enfermedades**

El consumo de agua alcalina puede prevenir a mediano plazo enfermedades frecuentes como diabetes, asma bronquial, dermatitis, hepatitis, artritis crónica reumática, colesterol alto, síndrome de Meniere, insomnio, obesidad, dolores de espalda, neuralgias, enfermedades del climaterio, hemorroides, disentería crónica, entre otros.

### **Previene el envejecimiento prematuro**

**La acumulación de toxinas en nuestro organismo hace que se frene la regeneración celular, lo que a su vez causa envejecimiento prematuro.** El agua alcalina al promover la eliminación de estas toxinas y desechos promueve una buena oxigenación de las células y previene el envejecimiento. Además, también combate los radicales libres, que son causantes de enfermedades y de envejecimiento prematuro.

## Combate la retención de líquidos

Beber agua alcalina con frecuencia nos ayuda a purificar nuestro cuerpo, haciendo una eficaz desintoxicación para eliminar todos los residuos ácidos, desechos y toxinas que afectan la salud de nuestro organismo y causa problemas como la retención de líquidos. **Al promover un equilibrio del pH de nuestro cuerpo, las células no tendrán la necesidad de retener líquidos para luchar contra la acidosis y pondrá en marcha el metabolismo.**

## Previene la osteoporosis

Beber agua mineral alcalina promueve la eliminación de residuos sólidos como el ácido úrico y los nefrolitos a través de la orina, ayudando a prevenir los problemas como la osteoporosis, ya que su acción permite liberar el calcio que estaba atrapado en dichos residuos, devolviéndole el pH alcalino a nuestra sangre

