



Gabinete Prof. Dr. Jean Alves Cabral

Naturopista Clínico, Teólogo, Pedagogo, Gestor

www.professorjean.com

(81) 9.9836.8811

Membro da Academia Brasileira de Ciências, Artes, História e Literatura (Abrasci C/48)

Membro da Ordem dos Ministros Evangélicos do Brasil (Omebe nº 14267)

Membro do Sindicato Nacional de Terapeutas Naturistas (Sinaten nº 0443)

Membro da Associação Geral da Ordem dos Naturopistas do Brasil (Agonab nº 038)

Ofício nº 006.08.03.2021

Pauta: Sobre a Questão da Acidose e da Alcalinidade.

Caríssimo Sr. Cícero Edy da Silva

Saudações Cordiais!

Em resposta à sua solicitação sobre "os fundamentos atualizados referentes à questão da acidose e da alcalinidade no corpo humano";

Considerando que se trata de pauta absolutamente essencial e recorrente no dia-a-dia dos Naturopistas Clínicos; e,

Entendendo que há uma enorme falta de "noção" clara em milhares de profissionais da saúde;

Faço chegar à Vossa Senhoria, bem como a quem interessar possa, explicação com a devida indicação de fontes que certamente lhe permitirão uma clareza plena acerca da pauta.

Acredito, sinceramente que, ninguém deve ingressar no debate de assunto algum, sem antes, com honestidade e rigor, com boa-vontade e respeito à inteligência alheia, verifique *os fatos, os dados, em ordem cronológica e baseando-se em princípios*, para depois, e só depois de reflexão e ouvir alguns especialistas da área, sair pelo mundo abrindo a boca para pretender ser "um entendido do assunto" e, como tem sido minha área de atuação profissional a mais de 26 anos, sugiro, como inicialização técnica sobre acidose/alcalinidade¹.

¹ Para que o interessado seja devidamente iniciado com a profundidade devida na pauta, sugiro os seguintes link's:

- ✚ <https://www.msdmanuals.com/pt/casa/dist%C3%BArbios-hormonais-e-metab%C3%B3licos/equil%C3%ADbrio-%C3%A1cido-base/acidose>
- ✚ <http://www.labmaricondi.com.br/blog/interpretacao-dos-gases-sanguineos-arterial/>
- ✚ <https://pt.wikipedia.org/wiki/Alcalose>
- ✚ <https://pt.wikipedia.org/wiki/Acidose>
- ✚ <https://www.msdmanuals.com/pt/profissional/dist%C3%BArbios-end%C3%B3crinos-e-metab%C3%B3licos/regula%C3%A7%C3%A3o-e-dist%C3%BArbios-%C3%A1cido-base/regula%C3%A7%C3%A3o-%C3%A1cido-base>

Com absoluta certeza, um dos melhores trabalhos disponíveis no mundo da internet sobre o assunto da Hiperacidose e da alcalinidade natural está na obra do Dr. Otto Heinrich Warburg que poderá achar neste link aqui:

[✚ https://www.urantiagaia.org/vital/cancer/acidose/acidose_hipoxia_cancer.html](https://www.urantiagaia.org/vital/cancer/acidose/acidose_hipoxia_cancer.html)

Não se trata de “opinião”, mas de pauta já consagrada para os que estudam a importância da boa qualidade do sangue humano, livre da Hiperacidose que, naturalmente ocorre em decorrência da produção do corpo humano das “excretas” naturais: fezes, urina, suor, muco catarral e ácido carbônico.

Mas, este texto que aqui lhe encaminho faz parte de uma manifestação que resolvi produzir, estendendo-a aos nobres Naturologistas Clínicos e à quem mais possa interessar, em face da importância imensa que a temática possui para quem deseja recuperar a saúde das pessoas!

Conhecer as causas das enfermidades físicas que assolam a humanidade é muito importante para o desenvolvimento científico e bem-estar de todos. No entanto, curá-las de acordo com os padrões naturais é ainda mais.²

O eminente Prof. Durval Stockler de Lima, escreveu:

O Dr. Tom Douglas Spies, numa reunião anual da American Medical Association, disse o seguinte: ‘Se tão somente conhecêssemos o bastante, todas as doenças poderiam ser evitadas e curadas pela nutrição apropriada... Se pudermos ajudar os tecidos a repararem-se a si mesmos, corrigindo suas próprias deficiências nutricionais, poderemos fazer a velhice esperar’. Outro médico americano, o Dr. George D. Crile, diretor da Crile Clinic, disse: ‘Não há morte natural. **Todas as mortes** das assim chamadas causas naturais **são meramente o ponto final de uma progressiva saturação ácida**’. E para citar apenas mais uma autoridade médica, transcrevemos as palavras do famoso cirurgião inglês, Sir William Arbuthnot Lane: ‘**Existe apenas uma doença – drenagem deficiente**.’ E depois, falando numa recepção feita pelo corpo médico do Johns Hopkins Hospital and Medical College, disse, referindo-se ao câncer: ‘Ele é causado por venenos criados em nosso corpo através do alimento que comemos. ... O que devemos então fazer, se queremos evitar o câncer, é comer pão de trigo integral, frutas e hortaliças cruas; primeiro, para que sejamos melhor nutridos, e segundo, para que melhor possamos eliminar os dejetos. ... Temos estado a estudar os germes, quando deveríamos ter estado a estudar dieta e drenagem. ... O Mundo tem estado na pista errada. A resposta tem estado conosco o tempo todo. **Drene o corpo de seus venenos, alimente-o apropriadamente, e o milagre estará feito**. Ninguém precisa ter câncer, contanto que se dê ao trabalho de evitá-lo.³

² COSTA, Luiz Carlos, *Viva Melhor Com a Medicina Natural*. Edições Vida Plena, Itaquaquecetuba, SP. 1997, p. 9.

³ LIMA, Durval Stockler de. *“Nutrição Orientada e os Remédios da Natureza”*. Casa Publicadora Brasileira. Tatuí, SP. 1985. Página 18.

Esta é uma breve e claríssima apresentação do que é a mãe de todas as moléstias físicas humanas, a saturação ácida, ou acidose.⁴

Indo diretamente ao ponto central, afirmamos que o sangue, que contém a vida do ser humano (ATP) só pode ser de três tipos: *muito ácido, muito alcalino, ou equilibrado na relação ácido-álcalis*.

Mas o que significam estas expressões? O que significa dizer que é muito ácido ou muito alcalino? Que importância possui esta questão em nossa saúde?

Sabemos que *“desde o passado este problema tem provocado inúmeras discussões contraditórias, em parte devido aos vários empregos dos termos: ácido e base (alcalino)”*⁵; entretanto, adotamos aqui uma linguagem que visa simplificar o que tem sido amplamente exposto em obras de renome no mundo da fisiologia médica⁶.

Partindo do sangue, que é o nosso centro de atenção neste assunto, porque é ele quem vai carregar *ácidos ou álcalis* para as células de nosso corpo, entendamos inicialmente o valor que este possui para nossa vida sob o ponto de vista da química orgânica mais elementar. O que é o sangue?

*O sangue é um líquido que contém todas as substâncias essenciais à vida de nosso organismo físico. A **substância mais importante presente no sangue é o oxigênio**:*

Quando o oxigênio se difunde dos alvéolos para o sangue, quase todo ele vai penetrar nas hemácias, onde se combina à hemoglobina. Somente uma pequena porção permanece no plasma e é transportada para os tecidos em solução simples. Este é o denominado oxigênio dissolvido, também chamado de oxigênio em solução física.⁷

Segundo esta afirmativa, associada com a anterior, o sangue com oxigênio em boa quantidade, é sangue de excelente qualidade. Quando o sangue está carregado de diversas substâncias que *inibem a natural ação do oxigênio*, então este sangue está em condições impróprias, ao invés de levar vida para as nossas células, leva intoxicação e morte.⁸

⁴ Sobre a Hiperacidose, sugiro os seguintes documentos:

 <https://revistapesquisa.fapesp.br/convivendo-com-o-cancer/>

 <http://www.medicinacomplementar.com.br/biblioteca/pdfs/Cancer/ca-0431.pdf>

⁵ GOODMAN & GILMAN. *As Bases Farmacológicas da Terapêutica*. Vol. I. Editora Guanabara Koogan. Rio de Janeiro, RJ. 1978, p. 687.

⁶ Cito como fonte de pesquisa adicional:

- GOODMAN & GILMAN. *As Bases Farmacológicas da Terapêutica*. Vol. I. Editora Guanabara Koogan. Rio de Janeiro, RJ. 1978, p. 672-698;
- AIRES, Margarida de Mello, *Fisiologia*. Editora Guanabara Koogan. Rio de Janeiro, RJ. 1991, p. 111-122 e 574-584.
- HARRISON, T.R & outros. *Medicina Interna*. Vol. I. Guanabara Koogan. Rio de Janeiro, RJ. 1992, p. 2/194 – 2/201.

⁷ AIRES, Margarida de Mello, *Fisiologia*. Editora Guanabara Koogan. Rio de Janeiro, RJ. 1991, p. 479.

⁸ Uma das melhores explicações que temos sobre *“a fome do câncer”* por destruir nossas células é esta que foi publicada pela FAPESP: <https://revistapesquisa.fapesp.br/a-fome-do-cancer/>

Examinando a questão do transporte de gases no organismo⁹, podemos saber que duas substâncias elementares se interpõem dentro de nosso sangue ininterruptamente: *oxigênio* (O₂) e *gás carbônico* (CO₂). Eles se interpõem na respiração, na ação renal, na pele e nos intestinos.

Estão em permanente *choque compensatório* em todas as nossas células, globalmente. Embora saibamos que existem muitas outras substâncias¹⁰ que flutuam em nosso sangue, os fisiologistas costumam dar maior ênfase a estas duas substâncias porque nossa respiração, que é o mais imediato fator de alimentação e sobrevivência consiste num ciclo urgente e urgentíssimo de equilíbrio entre estas duas substâncias.

Estando esta definição bem clara em nossa mente, consideramos que a *circulação sanguínea* é o assunto mais importante que pode existir sobre saúde física humana. Se a circulação sanguínea deixar de acontecer, o sangue não irá chegar nos tecidos mais diversos e, sem a chegada do sangue nos tecidos estaremos mortos.

O chamado *estresse oxigenativo*¹¹ cria uma enorme dificuldade interna no organismo, alimentando o câncer? Sim, mas todas as demais doenças crônicas degenerativas possuem sua origem neste estresse, também denominado *hipóxia*.

Mas esta ação sanguínea é dependente mecanicamente do ato respiratório, o que faz de nossos pulmões o centro de toda nossa vitalidade oxigenativa. Qualquer um de nós pode passar dias sem beber água e comer, mas não podemos ficar vivos se nossa respiração parar mais de 4 minutos (e teríamos o cérebro seriamente lesado se ficássemos 3 minutos e meio sem respirar).

Como ocorre então a *intoxicação orgânica*?

Sabemos que ela ocorre quando surge o quadro de hipóxia orgânica. Hipóxia esta que pode ser circunstancial ou pode levar-nos a anoxia, que significa morte.

Os fisiologistas criaram uma sigla para identificar os níveis de acidez e de alcalinidade em nosso sangue, esta sigla é **pH**. O que ela significa? Sob o ponto de vista da química orgânica, "*é a equação de Henderson-Hasselbach, de enorme utilidade. Por ela pode-se determinar o pH de uma solução desde que se conheçam as concentrações relativas da base conjugada e do ácido; ou vice-versa, conhecendo-se o pH, podem-se determinar as concentrações relativas do par conjugado. Recordar que a constante de dissociação é característica do ácido.*"¹²"; mas, sob o ponto de vista prático, diremos que **pH é uma unidade de referência criada para indicar-nos o nível de acidez e de alcalinidade do nosso sangue.**

⁹ AIRES, Margarida de Mello, *Fisiologia*. Editora Guanabara Koogan. Rio de Janeiro, RJ. 1991, p. 478-484.

¹⁰ AIRES, Margarida de Mello, *Fisiologia*. Editora Guanabara Koogan. Rio de Janeiro, RJ. 1991, p. 478.

¹¹ Sobre o *estresse oxigenativo* verifique-se este documento:

✚ http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0009-67252014000100015

✚ Também esta Tese de Doutorado: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/17/17137/tde-08112018-141134/publico/AGNESAFRODITESUMARELLIALBUQUERQUEFAGUNDES.pdf>

¹² AIRES, Margarida de Mello, *Fisiologia*. Editora Guanabara Koogan. Rio de Janeiro, RJ. 1991, p. 112.

A Dr^a Aires afirma:

Embora o metabolismo produza continuamente ácidos, o pH sanguíneo é normalmente mantido dentro de limites estreitos entre 7,35 e 7,43. Ácidos produzidos pelo metabolismo são imediatamente tamponados por tampões intra e extracelulares. Rins e pulmões intervêm em seguida. Os primeiros excretando na urina os ácidos fixos, e os segundos, excretando o ácido volátil CO₂. Nas perturbações em direção ao lado alcalino, o pulmão reduz a excreção do ácido volátil, para a compensação do excesso de bases, e os rins excretam as bases adicionadas.¹³

É de grande importância que haja perfeito equilíbrio na **homeostasia** do meio ambiente onde as nossas células estão entre os níveis de ácido-álcalis.¹⁴

Não há substâncias, depois do ar que respiramos na beira da praia, devido à influência do *plâncton marinho* em sua qualidade, mais perfeitas para a economia homeostática do que a água pura¹⁵. “A água pura tem um pH de 7,0 (...)”¹⁶. Numa escala de 0 a 14.¹⁷

Posto que nosso equilíbrio ácido-álcalis depende da situação de oxigenação de nosso sangue. É importante salientar que não somente o gás carbônico, mas outras substâncias podem acidificar excessivamente nosso sangue, dentre elas os chamados *ácidos endógenos* que promovem um desequilíbrio químico no organismo, provocam uma grande combustão homeostática e são oriundos dos estados patológicos (doentios) provocados por dietética insatisfatória ou inadequada:

Em estados patológicos pode ocorrer sobrecarga de ácidos endógenos (como geração excessiva de cetoácidos e ácido lático, por exemplo) ou perda de bases (comum em diarreias), como se verá oportunamente. Entretanto, o organismo normal é também confrontado com a produção diária de ácidos provenientes da dieta e do metabolismo. Os ácidos provenientes do metabolismo são:

- Ácido sulfúrico: resultante da oxidação de metionina e cisteína.
- Ácidos orgânicos: resultantes da oxidação parcial de carboidratos, gorduras, proteínas e ácidos nucléicos.
- Ácido fosfórico: resultante da hidrólise de fosfoésteres de proteínas e ácidos nucléicos.
- Ácido clorídrico: resultante do metabolismo de aminoácidos catiônicos (lisina, arginina e alguns resíduos de histidina).
- Ácido carbônico: resultante da combustão completa de carboidratos, gorduras e proteínas. Este é eliminado pelos pulmões na forma de CO₂.

¹³ AIRES, Margarida de Mello, *Fisiologia*. Editora Guanabara Koogan. Rio de Janeiro, RJ. 1991, p. 113-114.

¹⁴ AIRES, Margarida de Mello, *Fisiologia*. Editora Guanabara Koogan. Rio de Janeiro, RJ. 1991, p. 111.

¹⁵ Sobre o valor da água alcalinizada pura e de boa procedência, examine-se:

 <http://www.leb.esalq.usp.br/leb/disciplinas/Fernando/leb360/Fasciculo%206%20-%20Alcalinidade%20e%20Acidez.pdf>

¹⁶ AIRES, Margarida de Mello, *Fisiologia*. Editora Guanabara Koogan. Rio de Janeiro, RJ. 1991, p. 112.

¹⁷ Para compreender de modo específico o desequilíbrio ácido-álcalis, verifique este artigo científico:

 <https://revistas.pucsp.br/RFCMS/article/viewFile/2407/pdf>

A adição de ácidos ou bases ao organismo pode ser também consequência da atividade secretora de algumas glândulas exócrinas. As células oxínticas das glândulas gástricas secretam para a luz do estômago soluções de ácido clorídrico. A contrapartida da secreção de ácido é a produção, na célula excretora, de bicarbonato de sódio, que é transferido para o meio extracelular e finalmente para o plasma. A secreção de ácido clorídrico pelo estômago, então alcaliniza o plasma. Na sequência do processo digestivo o conteúdo gástrico, que é ácido, passa para o duodeno. Ali é progressivamente alcalinizado pela secreção exócrina do pâncreas. Além de enzimas digestivas, o pâncreas secreta volume considerável de solução de bicarbonato de sódio. A secreção do intestino delgado também é alcalina. A contrapartida da secreção alcalina pelas células do pâncreas e da mucosa intestinal é a produção de ácidos, transferidos nas membranas celulares para o plasma. Vê-se que enquanto o estômago acrescenta bases ao plasma, pâncreas e intestino adicionam-lhe ácidos. **No funcionamento normal do trato gastrintestinal as secreções digestivas não promovem perturbações do equilíbrio ácido-base**, a não ser as transitórias devidas às defasagens dos surtos de secreção gástrica e pancreático-intestinal. **As perturbações decorrentes dos processos digestivos acontecem** em situações mórbidas (vômitos, diarreia) ou são devidas **à natureza do que se ingere**.¹⁸

Para ampliar a investigação sobre acidose e alcalinidade, sob a perspectiva da clínica médica, sugiro a leitura de um capítulo de um dos clássicos da Fisiologia Médica:

+ <https://ppgbqa.ufsc.br/files/2011/07/material-para-estudo-de-Equilibrio-acido-base.pdf>

+ Também estes artigos muito bem produzidos:

✓ https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4854850/mod_resource/content/1/Equilibrio_acido_base.pdf

✓ https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4606179/mod_resource/content/1/Material%20complementar.pdf

Quando olhamos para uma pessoa doente, pensamos: estes sintomas que estamos vendo, por mais duros e profundamente molestos que sejam, são uma manifestação da força vital, contida na estrutura da bioquímica orgânica, procurando expulsar a toxemia do corpo. Em outra linguagem, *o sangue potencializado com oxigênio, possibilita ao organismo uma reação em busca do equilíbrio natural que lhe é peculiar e leva-o a expurgar os excessos ácidos que entravam sua homeostasia*.

O problema, para nossa visão, não está na doença em si (sintomas), mas na acidose, que é uma alteração estrutural na composição da vida orgânica como um todo, pela excessiva presença de toxinas.

A grande missão que temos é a de buscar restaurar esta química orgânica, trocando as substâncias toxêmicas (acidose), por substâncias naturais (alcalinizantes), encontradas na alimentação natural.

¹⁸ AIRES, Margarida de Mello, *Fisiologia*. Editora Guanabara Koogan. Rio de Janeiro, RJ. 1991, p. 114.

Por esta razão não possuímos uma “patologia” (estudo da doença), como usualmente se conceitua na Medicina Ortodoxa, porque como cremos que a doença (sintomas) é sempre a manifestação do desequilíbrio químico orgânico, a nossa ação em casos de enfermidade, é sempre para provocar uma desintoxicação, revitalização e restauração do referido equilíbrio homeostático. Diz Boarim com acerto:

Muitas pessoas sentem-se escravizadas aos remédios. Sentem-se cada vez mais doentes. Não se discute que muitos recursos terapêuticos e diagnósticos alopáticos, atrelados ao progresso técnico-científico, oferecem amplos benefícios à saúde humana. O que os naturistas questionam, entretanto, é o uso e o abuso de drogas, o descaso com que vêm sendo tratados assuntos vitais como alimentação, o estilo de vida, e sua relação com a saúde. O naturista crê que a saúde é resultado da harmonia com o meio ambiente. Doença é consequência da violação das Leis da Natureza. A cura pode ser obtida por meios naturais, como uma reação espontânea do organismo, desde que se cultivem hábitos sadios e se deixem hábitos nocivos. Saúde, portanto, é fundamentalmente questão de hábito.

Este é o mais importante passo rumo à cura, segundo os princípios do naturismo: cultivar o hábito da saúde: alimentar-se corretamente, praticar exercícios físicos, abandonar os vícios, dormir o suficiente, conservar a serenidade mental, etc.

Quando há doença, entretanto, é preciso abordá-la. A cura deve constituir a fase de transição para uma vida saudável. O organismo debilitado precisa reencontrar o equilíbrio. A doença nada mais é que um aviso do corpo de que há fatores de desequilíbrio em ação.

A Natureza nos dotou de um eficiente sistema de defesa. O organismo é capaz de se curar por si mesmo. O esforço do naturismo é concentrado no sentido de desimpedir o caminho das forças de autocura de nosso corpo. Como fazê-lo? Há duas alavancas básicas:

1. Aumentar a resistência do organismo; e,
2. Diminuir o poder de agressividade do agente injuriante.

Para aumentar a resistência do organismo, apela-se para uma desintoxicação orientada. Desintoxicação – palavra-chave.¹⁹

A acidez é um fator associado ao câncer e promove a sua metástase. As células tumorais promovem essa acidez extracelular através da maior produção de ácido lático. A dieta vai contribuir para essa acidez na justa medida em que rejeitamos frutas e vegetais como alimentos mais alcalinizantes; ao contrário das carnes, ovos, açúcar e laticínios que são alimentos mais ácidos.

Vale ressaltar que uma dieta lactovegetariana com baixa proteína é alcalinizante. Uma dieta rica em proteínas a curto prazo causa um desequilíbrio ácido/básico temporário. Ninguém, em sua consciência, poderá negar que uma fruta possui em si as sementes que sendo lançadas na terra criam vida (no surgimento de uma nova planta que vai constituir novas frutas), mas, se colocar um pedaço de carne (bicho morto) vai criar putrefação imediata em poucas horas. A observação empírica é primária e ilustra claramente o significado da alcalinidade e da acidose. Uma coisa morta não pode criar vida!

¹⁹ BOARIM, Daniel de Sá Freire. *A Dieta Que Evita o Câncer*. Itaquaquecetuba, SP. Editora Missionária, 1996. P.115, 116.

Estudos em animais relatam que um meio mais ácido aumenta os níveis de cortisol sanguíneo, o que pode exercer efeitos biológicos em tumores já existentes, por exemplo, os tumores de próstata e de mama. Além disso, o cortisol aumentado pode levar à resistência para com a insulina e, conseqüentemente, a uma síndrome metabólica. Estudos epidemiológicos relacionam os altos níveis de insulina circulantes a um risco aumentado de câncer colorretal e pancreático, de endométrio, renal e de mama.

Quando digo: “estudos” demonstram, me refiro exatamente ao quê? Isto aqui:

- ✚ ROBEY, I.F. Examining the relationship between diet-induced acidosis and cancer. *Nutrition & Metabolism*, v.9, n.72, 2012.²⁰

A acidose reduz os níveis de leptina responsável pelo controle da ingestão alimentar e de adiponectina. Níveis baixos de adiponectina são relacionados com maior incidência de câncer gástrico e de mama. Um aumento no ácido lático observado em meio mais ácidos resultante de uma redução ou inibição do metabolismo energético mitocondrial aumenta os níveis de radicais livres, que podem causar danos às células e ao DNA promovendo o surgimento do tumor.

Melhorar esse meio ácido por meio da dieta é essencial para prevenção e tratamento dessa doença; mas, se não serve para muitos a palavra de um Naturologista Clínico, por preconceito ou estupidez em imaginar que eu poderia desejar a desgraça na vida de alguém; ofereço nada mais e nada menos que *American Institute for Cancer Research*.²¹ (Use o Tradutor porque está em inglês)

✚ Conclusão.

Um de meus artigos já publicados em alguns sites sobre a pauta pode acrescentar uma boa visão sobre o tema:

- ✚ <http://www.institutofatimazanetti.com/pdfs/ciencia-biologica/a-lei-da-acidose-versus-alcalinidade.pdf>

Também o **ABC do Câncer** publicado pelo Governo Federal (Ministério da Saúde pode ser de grande valor investigativo): https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/abc_do_cancer.pdf

Com votos de sucesso, receba minha estima e consideração,

Prof. Jean Alves Cabral

Telegram: (81) 9.9960.8811 – Gabinete

<http://professorjean.com>

²⁰ Use o tradutor para português, porque está em inglês:

- ✚ <https://nutritionandmetabolism.biomedcentral.com/articles/10.1186/1743-7075-9-72>

- ✚ Também publicado aqui: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22853725/>

²¹ Veja o link da Instituição aqui e toda uma enorme carga de informações acerca do enfrentamento do câncer pela utilização de alimentação saudável e uso de água de altíssima qualidade: <https://www.aicr.org/>