

A Declaração de Barletta

A Saúde Natural Preventiva é um Direito Humano

do Dr. Matthias Rath, MD
Barletta, Itália, 19 de outubro de 2014



DR. RATH HEALTH FOUNDATION

Conteúdo

Introdução	4	Educação e participação do povo como chave para construir o Sistema de Saúde Preventiva	14
Os princípios da Nova Saúde Preventiva	6	As principais estratégias de uma campanha Mundial de Educação em Saúde Preventiva	18
Saúde Nutricional e Celular - a base científica para um Sistema de Saúde Preventiva	10		

Barletta 2014

Em 19 de outubro de 2014 um evento memorável aconteceu no sul da Itália, no histórico porto de Barletta.

Dirigindo-se ao público e ao mundo, Dr. Matthias Rath fez uma declaração na qual apresentou a base para um futuro sistema de saúde preventiva. Exigindo que os poderosos interesses corporativos parem de impor o "negócio com a doença" sobre os povos do mundo, descreveu estratégias únicas e impressionantes que permitirão a humanidade libertar-se do atual sistema ditatorial de saúde.

Neste folheto você pode ler o discurso do Dr. Rath e aprender muito mais sobre essa importante questão.

"Atualmente muitos lugares do planeta foram declarados livres do analfabetismo – mas essencialmente o mundo inteiro ainda encontra-se escravizado pelo analfabetismo relacionado à nossa saúde e nosso corpo." *Dr. Matthias Rath*



Elementos chave de um Sistema de Saúde Preventiva20

Sustentabilidade e auto reforço.....24

A necessidade de uma Alfabetização Mundial de Saúde26

O impressionante paralelo histórico de Nossa Missão28

Os próximos passos.....30

Principais fatos

ONU: Metas de Desenvolvimento do Milênio até 2015.....5

A hipocrisia da FAO7

A Declaração de Alma Ata.....9

Porque os alimentos de hoje são tão pobres em nutrientes..... 11

Dieta saudável – Fator chave 13

Permacultura 15

Nutrição - Fator chave..... 17

Jardins e hortas Escolares..... 19

Direito à saúde - Fator chave.....21

Centros de Saúde de Medicina Celular ..23

As hortas comunitárias.....25

Agricultura Sustentável.....27

A Saúde
Natural Preventiva é um
Direito Humano

Introdução

Hoje, no início do terceiro milênio, nós, os povos do mundo, temos a oportunidade e a responsabilidade de controlar e erradicar grande parte das doenças que têm perseguido a humanidade desde o princípio, incluindo o câncer e as doenças cardiovasculares.

Ao longo do século passado foram realizados grandes progressos no campo da saúde humana. Apesar disso, as doenças mais comuns hoje em dia continuam existindo em proporções epidêmicas. A saúde humana converteu-se, numa escala mundial, em refém do "status quo" – uma indústria de investimentos farmacêuticos que tem como mercado-alvo a propagação das doenças, prosperando a medida em que as doenças continuam a existir.



Dr. Matthias Rath

A Organização Mundial de Saúde e outros órgãos das Nações Unidas definiram que ter uma ótima saúde é um dos maiores objetivos sociais a serem alcançados pela humanidade. Mas, apesar das muitas declarações, estas organizações internacionais não conseguiram atingir esse objetivo, principalmente por sua dependência dos interesses corporativos e por não haver nenhuma justificativa científica permitindo que as pessoas do mundo participem apoiando e ajudando a implementar a grande meta de "saúde para todos".

Aproveitando-se destes fatos, o "status quo" já declarou uma guerra econômica contra a humanidade a ser travada no campo de batalha da saúde humana. Foi dito que ao longo da próxima década e meia teremos de gastar quase 50

A Declaração de Barletta
Barletta, Itália, 19 de outubro de 2014

trilhões de dólares somente com a gestão de doenças cardiovasculares, câncer, diabetes, doenças mentais e doenças respiratórias. Este montante equivale, essencialmente, à soma dos produtos internos brutos de quase todo o mundo, excluindo apenas os Estados Unidos e a China.

Nesta situação, nós, os povos do mundo, temos as seguintes opções: ou permitimos que esta e todas as gerações futuras tornem-se economicamente dependentes das empresas que investem nas doenças como um negócio e sejamos todos controlados por seus atores políticos - ou assumimos **AGORA** a responsabilidade pela criação de um novo sistema de saúde orientado para a prevenção, para o povo e pelo povo.



ONU: Objetivos de Desenvolvimento do Milênio até 2015

Meta 1: Erradicar a pobreza extrema e a fome

Meta 2: Atingir o ensino básico universal

Meta 3: Promover a igualdade de gênero e a autonomia das mulheres

Meta 4: Reduzir a mortalidade infantil

Meta 5: Melhorar a saúde materna

Meta 6: Combater a AIDS, a malária e outras doenças

Meta 7: Garantir a sustentabilidade ambiental

Meta 8: Fomentar uma parceria mundial para o desenvolvimento

Nações Unidas (UN)

Declaração do Milênio, assinada em setembro de 2000
http://en.wikipedia.org/wiki/Millennium_Development_Goals

Algum desses objetivos já foram alcançados?

É hora de mudar isso!

A Saúde
Natural Preventiva é um
Direito Humano

Os Princípios da Nova Saúde Preventiva

Em primeiro lugar temos que definir os princípios deste novo sistema de saúde preventiva. A saúde é uma das necessidades humanas mais importantes, um objetivo social em todo o mundo. A meta de proporcionar saúde e bem-estar para todas as pessoas do mundo não pode ser alcançada através de uma medicina meramente intervencionista, que trata apenas os sintomas das doenças quando eles aparecem.

O objetivo de oferecer saúde a todas as pessoas do mundo só poderá ser alcançado quando o foco da atenção médica passar da intervenção para a prevenção –

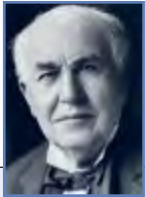
ou seja, no sentido de evitar e corrigir o mau funcionamento do nosso organismo antes que ele adoença.

Uma vez que as causas de uma doença são entendidas, estratégias preventivas eficazes podem ser implementadas. Além disso, a prevenção eficaz a longo prazo de qualquer enfermidade em escala mundial deve conseguir erradicá-la como causa de mortalidade humana. Alcançar esse objetivo salvará milhões de vidas e bilhões de dólares em custos com o sistema de saúde.

Devemos estar conscientes de que a prevenção e eliminação das doenças ameaça diretamente um negócio de investimentos gigantes que depende do aumento das doenças para sua própria continuidade. Para garantir receitas contínuas com este negócio e consolidar seu poder grupos econômicos específicos estão criando um monopólio mundial

A Declaração de Barletta
Barletta, Itália, 19 de outubro de 2014

Os Princípios da Nova Saúde Preventiva



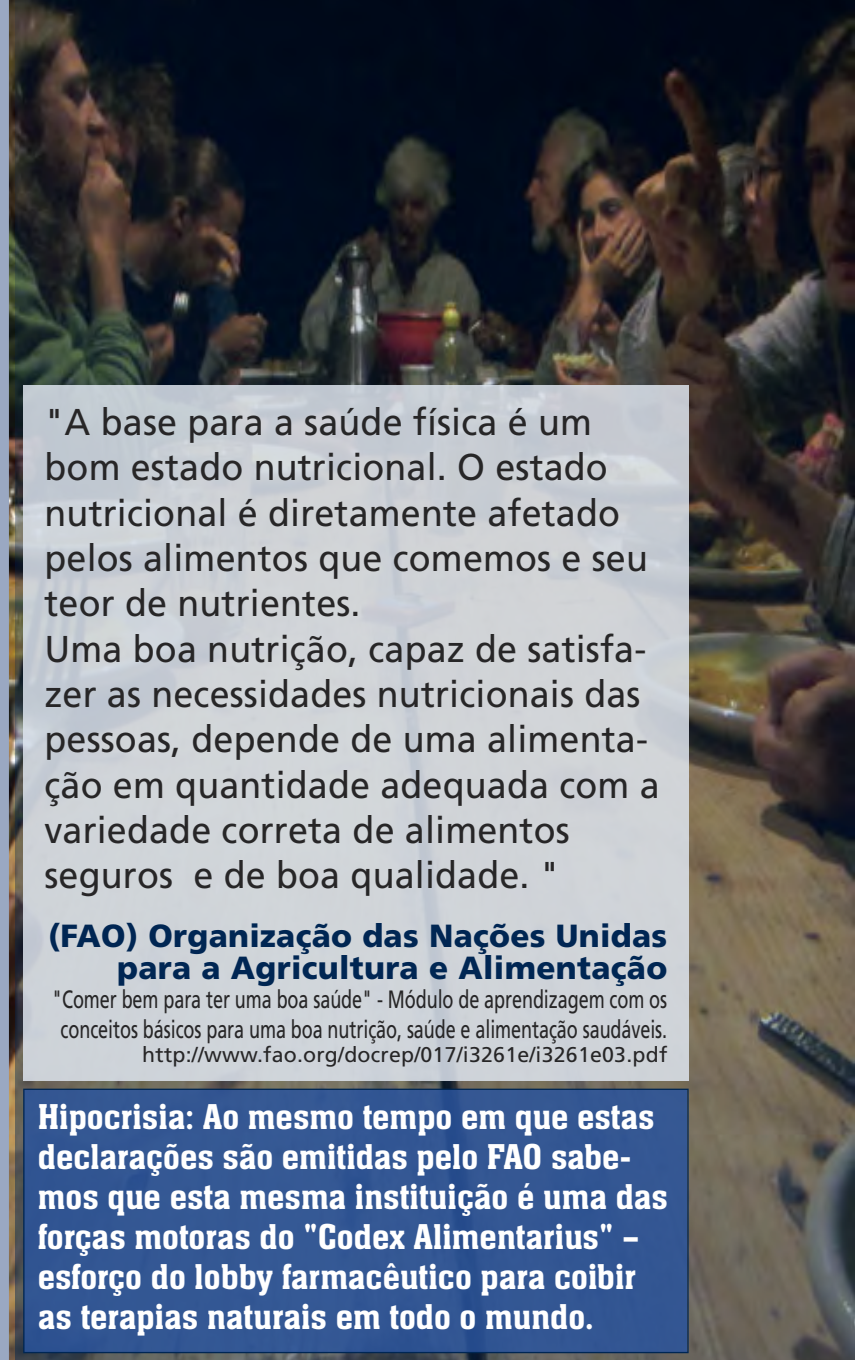
"O médico do futuro não tratará as pessoas com drogas, irá prevenir e curar doenças com a nutrição."

Thomas Alva Edison

penetrando todos os setores e influenciando as políticas de saúde na maioria dos países do mundo.

Por tanto, para empreender a transformação histórica em direção a saúde natural e preventiva não devemos viver sob a ilusão de que as partes interessadas no atual sistema de saúde, orientado para os negócios, poderiam tornar-se aliadas nesse processo.

Nós, os povos do mundo, devemos estabelecer o princípio da prevenção das doenças por meios naturais como o fundamento de um novo sistema de saúde.



"A base para a saúde física é um bom estado nutricional. O estado nutricional é diretamente afetado pelos alimentos que comemos e seu teor de nutrientes.

Uma boa nutrição, capaz de satisfazer as necessidades nutricionais das pessoas, depende de uma alimentação em quantidade adequada com a variedade correta de alimentos seguros e de boa qualidade. "

(FAO) Organização das Nações Unidas para a Agricultura e Alimentação

"Comer bem para ter uma boa saúde" - Módulo de aprendizagem com os conceitos básicos para uma boa nutrição, saúde e alimentação saudáveis.
<http://www.fao.org/docrep/017/i3261e/i3261e03.pdf>

Hipocrisia: Ao mesmo tempo em que estas declarações são emitidas pelo FAO sabemos que esta mesma instituição é uma das forças motoras do "Codex Alimentarius" – esforço do lobby farmacêutico para coibir as terapias naturais em todo o mundo.

A Saúde Natural Preventiva é um Direito Humano

Além disso, uma vez que as pessoas são as principais beneficiárias deste novo sistema, também devemos ser os novos arquitetos deste impressionante mundo que estamos criando, onde as doenças mais comuns de hoje tornarão-se desconhecidas no futuro.

Esse novo sistema de Saúde Preventiva deve ser construído de baixo para cima. Começando pelas comunidades e finalmente atingindo o nível nacional e internacional, formando uma nova estrutura

"Não podemos permitir que a grande geração de crianças que ocupam o planeta cresçam desnutridas, insalubres e sem educação, se convertendo nos pais de outra numerosa geração de crianças desnutridas, insalubres e sem educação. Em vez disso devemos conceder a essas crianças - e a seus futuros filhos - a prioridade que elas merecem".

Jim Grant

Diretor Executivo UNICEF, 1980-1995



**Vivemos agora no século 21
e nada mudou!**

A Declaração de Barletta
Barletta, Itália, 19 de outubro de 2014

de saúde preventiva eficaz, criada e controlada pelo povo. Novas profissões na área de saúde precisam ser criadas com especializações em terapias naturais, nutricionais e outras formas de medicina preventiva e atenção primária. Esta é a única maneira de superar o monopólio sobre a saúde, controlado atualmente por interesses comerciais.

Finalmente, uma nova organização internacional tem que ser criada para substituir a atual estrutura da Organização Mundial de Saúde, que fracassou em sua missão de proporcionar saúde para todas as pessoas e tem provado ser irreformável devido aos seus estreitos vínculos com os interesses comerciais do "status quo".



Os Princípios da Nova Saúde Preventiva

Para levar a cabo a histórica tarefa de construir um novo sistema de saúde, orientado para a prevenção, exortamos a todos que compartilhem o objetivo de por fim a dependência dos seres humanos em relação ao monopólio que faz do atual sistema de saúde um negócio de investimento com as doenças.

A força motriz dessa transformação histórica são as milhares de pessoas em todo o mundo que se qualificam em diferentes setores da saúde natural tornando-se arquitetos ativos de um sistema de saúde orientado para a prevenção. Eles são apoiados e complementados por profissionais de saúde que se baseiam em evidências científicas sobre saúde natural.

Por fim, esta transformação histórica será acompanhada por um número crescente de médicos que reconhecem os impasses da medicina convencional em muitas áreas da saúde percebendo que - eles também - tornaram-se vítimas de uma degradante formação médica que os reduz a uma força de vendas orientada para o negócio do investimento farmacêutico.

A Declaração de Alma-Ata

Conferência Internacional sobre Cuidados Primários de Saúde - realizada em Almaty (antiga Alma-Ata), no Cazaquistão, entre 6 e 12 de setembro de 1978. Ali foi expressa a necessidade de uma ação urgente por parte de todos os governos, todos os profissionais de saúde e desenvolvimento e da comunidade mundial para proteger e promover a saúde de todas as pessoas. Desde então o enfoque sobre cuidados primários de saúde foi aceito pelos países membros da **OMS** como a chave para alcançar a meta de "Saúde para Todos".

"O povo tem o **direito e o dever** de participar individual e coletivamente do planejamento e **implementação de seu sistema de saúde.** "

"A atenção primária à saúde inclui, pelo menos: a educação a respeito dos problemas de saúde vigentes e os métodos de controle e prevenção; promoção de alimentação e nutrição adequada; um abastecimento adequado de água potável com oferta de saneamento básico".

"A atenção primária à saúde envolve todos os setores relacionados, em especial a agricultura, criação de animais, indústria alimentícia, educação, habitação, serviços públicos, comunicações e outros setores; requerendo o esforço coordenado entre todos eles. "

http://en.wikipedia.org/wiki/Alma_Atta_Declaration

Essa declaração reconhece corretamente a necessidade urgente de medidas para proteger e promover a saúde. Mas, em um quarto de século quase nada foi implementado!

É hora de mudar isso!

A Saúde
Natural Preventiva é um
Direito Humano

Saúde Nutricional e Celular – a base científica para um Sistema de Saúde Preventiva

Embora muitas disciplinas da saúde baseadas em provas científicas juntem-se na composição de um sistema de saúde orientado para a prevenção, seu núcleo científico é a Medicina Nutricional e Celular.

A justificativa para esta prioridade pode ser deduzida com uma precisão quase

A Declaração de Barletta
Barletta, Itália, 19 de outubro de 2014



Aleksandra Niedzwiecki, Ph.D., diretora do Instituto de Pesquisa Dr.Rath; e M. Waheed Roomi, Ph.D. Uma das prioridades é confirmar a evidência do efeito dos micronutrientes para a saúde humana.

matemática ao entendermos que um novo sistema de cuidados de saúde globalmente sustentável só pode ser alcançado com base nos seguintes passos:

Em primeiro lugar é preciso identificar e compreender os processos biológicos que ocorrem na menor unidade dentro do nosso corpo, onde a saúde e a doença são determinados - no nível das bilhões de células que compõem nosso organismo.

Saúde Nutricional e Celular – a base científica para um Sistema de Saúde Preventiva

Em segundo lugar precisamos buscar a causa mais comum do mal funcionamento celular: a carência crônica de vitaminas, minerais e outros micronutrientes de origem vegetal que fornecem bio-energia a cada célula, agindo como catalisadores de milhares de reações metabólicas. Uma ótima ingestão diária desses micronutrientes é essencial para prevenir disfunções celulares e, assim, deter o desenvolvimento das doenças. Este é o fundamento da medicina celular.

Em terceiro lugar precisamos identificar onde podemos encontrar esses micronutrientes na natureza. A grande maioria deles está nas frutas, verduras, legumes e nas plantas que crescem em nossos jardins e hortas.

Esse simples raciocínio abre o caminho para o controle natural de muitas doenças atuais.

Hoje em dia muitos problemas crônicos de saúde foram identificados como consequência direta, ou indireta, de uma

Porque os alimentos de hoje são tão pobres em nutrientes?

A. Industrialização da produção

- A agricultura industrial está orientada para a produção em massa com a incorporação de agrotóxicos e fertilizantes químicos na produção de nossos alimentos.
- O consumo de produtos convencionais está associado a um risco de mais de 30% de contaminação por pesticidas do que os produtos orgânicos.
- A produção convencional de carne e produtos lácteos contém antibióticos e hormônios.

B. Longos períodos de armazenamento e transporte

- As frutas e verduras esperam longos períodos para serem transportadas
- Para evitar o amadurecimento durante o transporte as frutas e vegetais são pulverizados com sulfitos e dióxido de enxofre, mais tarde com etileno para acelerar a maturação.
- Os produtos alimentícios passam muito tempo nas prateleiras e frigoríficos dos supermercados.
- Frutas e verduras cortadas e armazenadas perdem nos primeiros 5-6 dias cerca de 10 a 25% de vitamina C e carotenóides.

C. Longo tempo assando e cozinhando

- Durante o cozimento cerca de 15 a 55% da vitamina C contida nos alimentos é destruída.
- Ervilhas e cenouras enlatadas perdem entre 85 a 95% de sua fonte natural de vitamina C.

Fonte : Agricultura regenerativa para Nutrição & Sustentabilidade – Parte I

Os fatos são conhecidos por todos : Os valores vitamínicos contidos nos alimentos produzidos em escala industrial não são suficientes para suplementar a demanda dos seres humanos. Não deveríamos nos preocupar com isso ?

Alternativas científicas estão ao alcance de suas mãos !

A Saúde Natural Preventiva é um Direito Humano



O Instituto de Investigação Dr. Rath na Califórnia: Composto por uma equipe de cientistas de classe internacional nos campos da medicina, bioquímica, biologia celular, toxicologia e nutrição.

deficiência na ingestão de micronutrientes. Estão incluídas neste quadro as doenças mais comuns como a arteriosclerose, a causa subjacente de ataques cardíacos e derrames cerebrais; insuficiência cardíaca; arritmias; problemas circulatórios; diabetes e osteoporose entre outras. Ao longo do século passado meia dúzia de prêmios Nobel foram concedidos as descobertas sobre o papel das vitaminas e outros micronutrientes no fortalecimento do sistema imunológico e na ajuda ao combate a uma infinidade de doenças infecciosas.

Vitamina B2 (Riboflavina)

Principais fontes:

Produtos derivados de leite de cabra, sementes de abóbora, cereais integrais, queijo, ovos, peixes de água salgada, acelga, couve de Bruxelas, tomates, couve, ervilhas, cogumelos e brócolis.

Propriedades:

Importante para o crescimento corporal, recuperação de gorduras, proteínas e carboidratos; bom para a pele, olhos e unhas; importante provedor de energia e transporte de oxigênio.

Deficiência:

Inflamação da pele, unhas quebradiças, anemia, opacidade da córnea, lacerações na boca, dores de cabeça, fadiga, eczema, imunodeficiência.

Os poderosos benefícios para a saúde proporcionados pelos micronutrientes são explicáveis pelo fato de serem componentes bioativos das plantas. As plantas foram a principal fonte de nutrição de nossos antepassados durante milhares de anos. Portanto, o metabolismo atual do nosso corpo tornou-se dependente de uma ingestão equilibrada de frutas e legumes.

Portanto, o conhecimento sobre os micronutrientes contidos nas plantas deve tornar-se um elemento fundamental em qualquer programa de educação para um sistema de cuidados médicos preventivos. O conhecimento sobre o teor de vitamina C em frutas cítricas, dos polifenóis no chá verde, os micronutrientes

A Declaração de Barletta
Barletta, Itália, 19 de outubro de 2014

Saúde Nutricional e Celular – a base científica para um Sistema de Saúde Preventiva

que têm a batata doce, as hortaliças crucíferas, uvas e muitas outras plantas e seu papel na otimização do metabolismo celular, criam os vínculos decisivos entre a nutrição e a medicina celular.

Um sistema de saúde preventivo eficaz tem que derrubar qualquer barreira artificial que se interponha entre nutrição e saúde, assim como entre a medicina e a agricultura. A medicina mais eficaz para o sistema de saúde do futuro será cultivada em nossos jardins, em terras de cultivo dentro de nossas comunidades, em nossos sítios e chácaras. Os frutos colhidos e consumidos devem ser cultivados organicamente, livres de agrotóxicos e OGMs – Organismos Geneticamente Modificados.

Enquanto a Medicina Nutricional e Celular formam as bases científicas da prevenção eficaz das doenças, elas se complementam com outras medidas de saúde natural como a promoção de um estilo de vida equilibrado, redução do estresse no trabalho, compromisso para garantir ar puro e água limpa, entre outras ações preventivas importantes.

Dieta saudável – fator chave

- Uma dieta saudável ajuda a nos proteger contra todas as formas de desnutrição e também contra doenças não transmissíveis (DNT), incluindo a obesidade, diabetes, doença cardíaca, acidente vascular cerebral e câncer.
- Uma dieta inadequada e a falta de atividade física lideram o ranking de riscos globais para a saúde.
- As práticas alimentares saudáveis começam cedo na vida - a amamentação pode ter benefícios a longo prazo, como a redução do risco de sobrepeso e obesidade na infância e na adolescência.
- O consumo de energia (calorias) deve equilibrar o gasto energético. Evidências indicam que a ingestão de gorduras não deve exceder 30% do consumo total de calorias diárias para evitar ganho de peso indesejado. Devemos trocar o consumo de gorduras saturadas por gorduras insaturadas, eliminando as gorduras trans industriais.
- Limitar a livre ingestão de açúcares para menos de 10% das calorias totais é parte de uma dieta saudável. A sugestão de uma redução para menos de 5% proporciona benefícios adicionais à saúde.
- Manter o consumo de sal a menos de 5 g por dia ajuda a prevenir a hipertensão arterial e reduzir o risco de doença cardíaca e acidente vascular cerebral na população adulta.

Organização Mundial de Saúde (OMS)

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs394/en/>

As ações da OMS reafirmam esta declaração : A OMS é a força motriz por trás do "Codex Alimentarius" abrindo amplamente as portas para investidores interessados em colocar no mercado alimentos contendo açúcar, gorduras e calorias ocultas.

http://www4.dr-rath-foundation.org/THE_FOUNDATION/Events/codex-whatitisit.html

*Precisamos de uma nova organização internacional
que promova a saúde no mundo!*

A Saúde
Natural Preventiva é um
Direito Humano

A educação e a participação do povo é o cimento para a construção de um sistema de Saúde Preventiva

Essencialmente, a educação e a participação popular são os blocos de construção de um novo sistema de saúde orientado para a prevenção. A divisão artificial entre nossa alimentação e nossa saúde é a causa do analfabetismo generalizado sobre saúde no mundo atual. Esse analfabetismo não é uma coincidência, mas

uma pré-condição para a manutenção do status quo – "o investimento no negócio das doenças".

A indiferença sobre o papel essencial dos micronutrientes na saúde humana também foi a principal razão pela qual todas as declarações da Organização Mundial de Saúde e outros órgãos das Nações Unidas - proclamando a necessidade global de cuidados de saúde primária e preventiva - falharam. Sem um conceito científico tais declarações permaneceram vazias.

Agora que as pessoas do mundo podem aprender rapidamente sobre os fatos científicos e a lógica da Nutrição e da Medicina Celular serão capazes de libertar-se do fardo de ter que conviver com as muitas doenças existentes, participando ativamente da construção de um sistema de saúde orientado para a prevenção.

A Declaração de Barletta
Barletta, Itália, 19 de outubro de 2014

A educação e a participação do povo é o cimento para a construção de um sistema de Saúde Preventiva

Vitamina C (ácido ascórbico)

Principais fontes:

Rosa Mosqueta, salsa, rabanete, acelga, alho-poró, couve chinesa, abacaxi, frutas cítricas, uvas, groselha, acerola, pimentas, morango, couve, aspargos, pêra, maçã, alcachofra, amoras, espinafre, ruibarbo (quase todas as frutas e vegetais contêm vitamina C).

Propriedades:

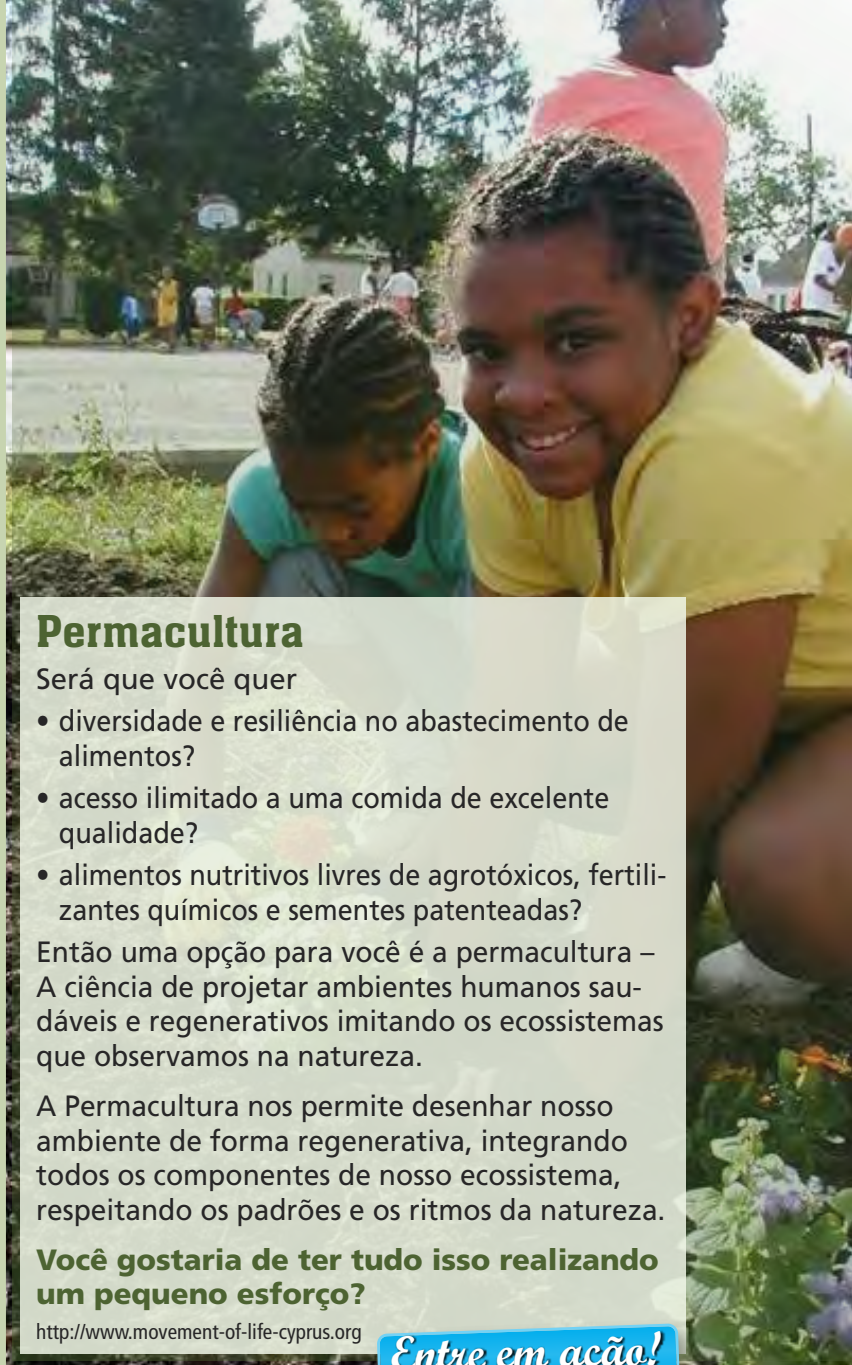
Anti-inflamatório, anti-hemorrágico, promove a defesa do organismo, protege as células contra a destruição química, ativa as enzimas, constrói as estruturas do tecido conjuntivo, ossos e esmalte dos dentes, contribui para a rápida cicatrização de feridas, estabiliza a mente, desempenha um papel essencial no metabolismo celular.

Deficiência:

Sangramento das gengivas, fadiga, dor nas articulações, dor de cabeça, má cicatrização de feridas, perda de apetite, escorbuto, debilidade no rendimento físico diário.

As principais tarefas desse movimento global pela libertação da saúde:

1. **Consciência.** Precisamos criar consciência entre as pessoas do mundo sobre os impasses do atual sistema de



Permacultura

Será que você quer

- diversidade e resiliência no abastecimento de alimentos?
- acesso ilimitado a uma comida de excelente qualidade?
- alimentos nutritivos livres de agrotóxicos, fertilizantes químicos e sementes patenteadas?

Então uma opção para você é a permacultura – A ciência de projetar ambientes humanos saudáveis e regenerativos imitando os ecossistemas que observamos na natureza.

A Permacultura nos permite desenhar nosso ambiente de forma regenerativa, integrando todos os componentes de nosso ecossistema, respeitando os padrões e os ritmos da natureza.

Você gostaria de ter tudo isso realizando um pequeno esforço?

<http://www.movement-of-life-cyprus.org>

Entre em ação!

A Saúde Natural Preventiva é um Direito Humano

"Buscamos um mundo em que cada ser humano tenha a garantia de suas necessidades essenciais de nutrição, saúde e abrigo (incluindo água, saneamento e higiene), um mundo em que o papel do Estado seja promover e proteger, e não abreviar ou negligenciar os direitos e a dignidade das pessoas. "

Jim Grant, Janeiro de 1991

saúde e da necessidade urgente de desenvolver alternativas. A busca pela "saúde" na vida de uma pessoa não deve limitar-se aos momentos em que está doente e precisa de um médico ou hospital. O mais importante é tomar consciência de que o direito a saúde não é dado a nós voluntariamente, precisamos agir nós mesmos para fazer da saúde um direito humano.

2. **Educação.** O segundo sinal da libertação da saúde é a "educação". Já não podemos delegar nossa saúde a uma profissão ou instituição. Temos que assumir a responsabilidade por nossa própria saúde de uma forma abrangente, educando-nos sobre as causas mais comuns das doenças e como preveni-las de uma forma segura e eficaz. Essa educação é um processo contínuo ao longo de nossas vidas.

3. **Empoderamento.** A educação para uma saúde sólida cria "empoderamento". Com a educação contínua e o aumento do conhecimento em nutrição natural e celular e outras formas de medicina preventiva seremos capazes de tomar melhores decisões para nossa própria saúde e das demais pessoas. Ao

A educação e a participação do povo é o cimento para a construção de um sistema de Saúde Preventiva

compartilhar informações salva-vidas sobre saúde nos tornamos gradualmente professores de saúde.

4. **Participação.** E finalmente, além do poder do conhecimento, o desejo de participar cresce dentro de nós mesmos - a urgência de ter um papel ativo na superação dos problemas do atual sistema de saúde. Somente ao assumirmos a responsabilidade dentro de nossas comunidades seremos capazes de criar um novo sistema de atenção médica preventiva a nível nacional e alcançar o objetivo final de termos "saúde para todos" em escala mundial. A participação das pessoas na construção de um novo sistema de saúde preventiva é um direito e um dever de cada cidadão responsável.



Nutrição – Fator chave

- 805 milhões de pessoas sofrem de fome crônica.
- 161 milhões de crianças menores de cinco anos são raquíticas.

Organização das Nações Unidas para a Agricultura e Alimentação (FAO)

<http://www.fao.org/nutrition/en/>

Desde a fundação da FAO em 1945, a fome no mundo aumentou. Para que servem essas organizações?

A Saúde
Natural Preventiva é um
Direito Humano



Participantes do curso sobre
saúde celular em Milão, Itália

As principais estratégias de uma campanha educacional de saúde preventiva a nível mundial

A educação sobre saúde natural, nutricional e celular é a chave para a transformação histórica e será conduzida em vários níveis:

Globalmente: A Internet e as redes sociais irão permitir a educação e a comunicação sobre saúde natural em dimensões sem precedentes, atingindo todos os cantos do planeta. Os alunos desses programas on-line poderão compartilhar suas experiências nos cinco continentes tornando-se professores de saúde preventiva em suas próprias co-

munidades - independentemente de sua comunidade ser uma grande cidade ou uma aldeia em uma floresta tropical.

2. Localmente : A criação de centros de saúde comunitários é outro elemento chave para alcançarmos a educação sobre saúde a nível mundial. Jovens e velhos que reconhecem a necessidade de uma mudança imediata na saúde mundial vão se unir para criar estes centros de saúde em suas comunidades. Em alguns países estes centros serão semelhantes a uma tenda. Em outros lugares poderão ser uma pequena casinha em meio a uma escola ou pracinha do bairro. Independentemente disso a função principal destes centros é oferecer informação, educação e consultas sobre saúde natural, nutricional e celular, instruindo sobre as perspectivas impressionantes da medicina preventiva. Estes centros de informação sobre saúde na comunidade estarão conectados através de redes sociais e parcerias internacionais que possibilitarão a troca de infor-

A Declaração de Barletta
Barletta, Itália, 19 de outubro de 2014

As principais estratégias de uma campanha educacional de saúde preventiva a nível mundial

mações superando as barreiras nacionais, sociais e étnicas - especialmente entre os jovens.

A Educação sobre saúde natural e preventiva deve ocorrer em todos os níveis: cursos de Nutrição e Medicina Celular deverão ser oferecidos em todos os níveis de ensino, desde o jardim de infância até programas de educação para adultos. Toda escola terá aulas sobre os fundamentos da nutrição e saúde celular, permitindo que os habitantes mais jovens de nosso planeta possam usufruir deste conhecimento. Todas as faculdades e universidades abrirão cursos para educar os futuros especialistas em saúde nutricional, medicina celular e saúde preventiva em geral. Nesse contexto serão promovidas novas profissões que ofereçam diplomas e títulos para "professores de atenção primária em saúde", "consultores de saúde celular" e outras disciplinas orientadas à prevenção.

Para acelerar essa transformação histórica as faculdades e universidades de medicina independentes de todo o mundo estarão focadas na saúde nutricional e na Medicina Celular.

Jardins e hortas escolares

Projetos de jardinagem e horticultura para crianças nas escolas proporcionarão uma oportunidade de aprendizado extraordinário: A horta e o jardim na escola ajudam os alunos a compreenderem os sistemas naturais através de uma experiência em primeira mão. Através das técnicas da permacultura as comunidades reconhecerão o valor da reciclagem de resíduos, criando seu próprio adubo orgânico e empregando agentes biológicos no lugar de pesticidas e fertilizantes químicos nocivos. Os jardins e hortas escolares fomentam o espírito comunitário que reúne estudantes, funcionários da escola, famílias, empresas locais e organizações.

Um exemplo de sucesso para projetos de jardinagem escolar é o programa EduPlant. Nos 20 anos em que a FTFA (Alimentos & Árvores para a África) executou esse programa milhares de escolas aprenderam a criar ambientes ricos em alimentos:

<http://www.trees.co.za/eduplant-boosts-success.html>



É tempo de você iniciar um jardim na escola!

Elementos chave de um Sistema de Saúde Preventiva

saúde assegurem que os avanços da saúde nutricional e celular cheguem a todos os membros da comunidade e com ela a possibilidade de melhorar a saúde e salvar vidas. Eles formarão

Já definimos que a chave para a construção de um futuro sistema de saúde orientado para a prevenção é a participação das pessoas de todo o mundo no planejamento, implementação e controle de sua própria saúde. Milhões de pessoas, habilitadas por uma educação integrada em saúde preventiva, se converterão em arquitetos desse sistema em vários níveis:

1. **Saúde comunitária:** Em primeiro lugar devemos ajudar a criar uma comunidade saudável através de centros de informação de saúde na própria comunidade, onde os “arquitetos” da

Vitamina D (calciferol)

Principais fontes:

Óleo de fígado de bacalhau, leite de cabra, ovo, manteiga, peixes de água salgada, arenque, cogumelos e abacate. A vitamina D pode ser produzida por nosso organismo com a ajuda da luz solar!

Propriedades:

Regula os níveis de cálcio e fosfato, promove a formação óssea e a absorção de cálcio, fortalece o sistema imunológico, apóia o desenvolvimento dos ossos, dentes e músculos, apóia a divisão celular e todos os processos metabólicos

Deficiência:

Distorção e fraqueza óssea, osteomalacia, maior suscetibilidade à infecções, fraqueza muscular, insônia, nervosismo e irritabilidade.

Elementos chave de um Sistema de Saúde Preventiva

uma rede de cidadãos comprometidos que contribuem para a implementação de programas de cuidados primários na melhoria da saúde de todos. A atenção primária à saúde é definida como sendo o cuidado essencial à saúde, acessíveis aos membros da comunidade, através da participação de todos.

2. **2.Nação saudável:** O segundo passo no caminho rumo a um novo sistema de saúde global é uma nação saudável. A soma de todas as atividades locais e regionais contribuirá para uma nova abordagem sobre cuidados de saúde a nível nacional ajudando a criar uma nação sadia. Redirecionar o sistema nacional de saúde para a prevenção das doenças é o passo mais importante na história de cada país.

A saúde preventiva será promovida em todos os níveis no momento de tomar

Direito à saúde – Fator chave

- A Constituição da OMS consagra o mais alto nível possível de saúde como um direito fundamental de cada ser humano.
- O direito à saúde inclui acessibilidade adequada, agradável e com qualidade apropriada.
- No entanto, cerca de 150 milhões de pessoas em todo o mundo sofrem anualmente uma catástrofe financeira, e 100 milhões são compelidos a viver abaixo da linha de pobreza como consequência dos gastos com o atual sistema de saúde.
- O direito à saúde significa que os Estados devem gerar condições para que todos possam estar tão saudáveis quanto possível.
- Grupos vulneráveis e marginalizados nas sociedades tendem a padecer inúmeros problemas de saúde.

Organização Mundial de Saúde (OMS)

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs323/en/>

O fato da OMS ter fracassado em fazer cumprir sua própria constituição exige que as pessoas partam para a ação.

A Saúde Natural Preventiva é um Direito Humano

decisões políticas. Os sistemas de seguro de saúde deverão promover a saúde nutricional e celular, assim como outras abordagens de saúde preventiva. Isso reduzirá os custos de saúde para cada indivíduo, para o setor público e para as empresas, estimulando assim o crescimento econômico e o número de empregos.

O dinheiro dos contribuintes será destinado para a pesquisa pública e privada que se concentre na prevenção e erradicação de doenças. Novas universidades e institutos de pesquisa serão criados a fim de acelerar a transformação dos sistemas nacionais de saúde para uma abordagem preventiva eficaz, acessível e sustentável.

3. Planeta saudável: Nosso objetivo final é criar um planeta saudável para nós e para as futuras gerações. A transformação do sistema de saúde para a prevenção aumentará cada vez

" A medida em que as pessoas desenvolvem habilidades para cuidar de suas famílias aumenta a confiança em sua capacidade pessoal para fazê-lo, fortalecendo por sua vez a habilidade para construir suas comunidades ... e suas nações, tomando verdadeiramente o controle de seu próprio futuro " .

*Jim Grant
Diretor executivo UNICEF, 1980-1995*

O que aconteceu com as idéias e visões que Jim Grant deixou décadas atrás como seu legado para a UNICEF?

Elementos chave de um Sistema de Saúde Preventiva

mais em todas as nações do mundo, mudando inevitavelmente a saúde global na mesma direção. O conceito de medicina celular é a única justificativa científica que permitirá a formação de um sistema de saúde sustentável em escala mundial.

Centros de Medicina Celular

Os Centros de Saúde de Medicina Celular serão centros de informação da comunidade onde as pessoas poderão aprender tudo sobre seu corpo e as maneiras de manter-se saudáveis.

Voluntários bem treinados darão informação e aconselhamento individual, cooperando quando necessário com os profissionais de saúde (médicos, naturopatas, nutrólogos, etc.).

Objetivo principal:

- Educar e fazer cada pessoa responsável por sua própria saúde.

Atividades:

- Dar aos cidadãos uma ampla gama de informações sobre estilos de vida saudável e Medicina Celular através de folhetos e livros educativos.
- Organizar sessões informativas e cursos
- Dar assessoria de saúde: fornecer conselhos sobre a importância dos micronutrientes e como incorporá-los, principalmente, através de uma alimentação natural.



É hora de você começar um Centro de Saúde!

A Saúde
Natural Preventiva é um
Direito Humano

Sustentabilidade e auto reforço

O fato dos principais componentes para a saúde humana encontrarem-se nas plantas, que podem crescer em todos os lugares, permite que um sistema de saúde com base nesse conhecimento possa proporcionar saúde para as pessoas em qualquer lugar do mundo.

Mas a medicina nutricional e celular não mantém apenas a saúde global – vai mais além: ela reforça a si mesma.

O contínuo desenvolvimento do conhecimento sobre os benefícios para a saúde humana advindos das plantas e dos micronutrientes reduzirá gradualmente as doenças ao mesmo tempo em que diminuirá os custos do sistema de saúde. A crescente aceitação da medicina nutricional e celular como base de um novo sistema de saúde nos permitirá prestar cuidados de saúde eficazes em todo o mundo em menos tempo e com menos custo.

A sinergia dos benefícios para a saúde advinda da escolha das plantas ideais, novos procedimentos agrícolas, e de novos resultados de pesquisa em saúde celular através da Internet e das redes

Sustentabilidade e auto reforço

sociais irá impulsionar a libertação da humanidade das doenças em um ritmo acelerado e de forma contínua. Esse princípio de "alcançar mais saúde com menos custo" é uma característica única do sistema de cuidados preventivos de saúde que estamos construindo juntos.

Além disso, a disseminação mundial de um sistema de saúde baseado em nutrição irá reduzir muito a dependência econômica do mundo em desenvolvimento em relação as nações industrializadas. A necessidade dos países em desenvolvimento de importar medicamentos caros – que hoje estrangulam as já vulneráveis economias desses países – será reduzida significativamente.

As hortas comunitárias

A missão dos programas de horta comunitária é fortalecer a comunidade fomentando seu auto abastecimento, fornecendo o acesso a todos os recursos de produção e conservação de alimentos promovendo práticas de agricultura sustentável. A ampla variedade de diferentes verduras, frutas e flores também podem refletir as diversas origens culturais de seus membros, desde que os princípios da permacultura sejam observados.

Um exemplo de êxito para os programas de hortas comunitárias é o projeto comunitário RCMA (Associação Riverside Community Market) que proporciona um lugar onde as pessoas podem aprender como cultivar alimentos em um ambiente sociável e solidário. A atividade empresarial mais recente da RCMA é o projeto Mercado de Jardim - uma operação intensiva de horticultura em pequena escala que abastecerá clientes institucionais e mercados de produtores no Sudeste do País de Gales.

Fonte: <http://www.riversidemarket.org.uk/community-garden.aspx>



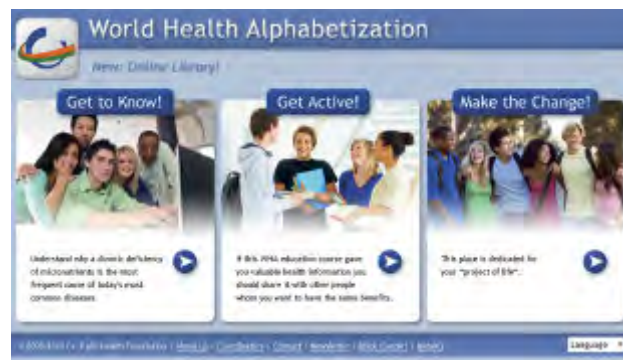
A Saúde
Natural Preventiva é um
Direito Humano

A necessidade de uma Alfabetização Mundial de Saúde

O maior objetivo da humanidade no início do terceiro milênio é uma alfabetização mundial sobre saúde. Dentro dos próximos anos a informação de que as plantas são ricas em micronutrientes essenciais e como cultivá-las para combater a fome e as doenças irá atingir todas as comunidades e povos do mundo. Nas nações onde existe grande percentual de analfabetos nossa campanha mundial de educação sobre saúde vai contribuir também com a educação geral, aumentando assim a taxa de alfabetização desses países.

Fome, doenças e analfabetismo foram instrumentos fundamentais para criar as bases da dependência econômica do mundo em desenvolvimento em relação ao mundo industrializado, aumentando assim o abismo entre países ricos e pobres.

Nossa Campanha de Alfabetização Mundial de Saúde será a medida mais importante na história da humanidade no sentido de superar a desigualdade



www.whoa-www.org

A Declaração de Barletta
Barletta, Itália, 19 de outubro de 2014

A necessidade de uma Alfabetização Mundial de Saúde

"Cultivar nosso próprio alimento tornou-se algo mais amplo do que um movimento ambiental: É um movimento ambiental, político, espiritual e social em conjunto."

*Madrone Timothy Fenton
Fazenda Corvo branco*

econômica e finalmente ajudar a estabelecer a justiça social em nosso planeta.

Agricultura sustentável

O objetivo principal de um sistema agrícola sustentável é que os alimentos e as plantas são cultivadas de uma maneira saudável para os consumidores, comunidades e meio ambiente como um todo. Se você escolher esse caminho poderá cortar custos, proteger o meio ambiente, manter o solo saudável e agregar valor ao que você vende.

Um bom exemplo de agricultura sustentável bem sucedida é a Fazenda Corvo Branco. Ao longo dos anos ela desenvolveu-se até se tornar uma comunidade de pessoas que vivem e trabalham de forma conjunta com agricultura, aplicando em 160 ha diferentes habilidades e conhecimentos agrícolas. Eles têm um jardim de mercado de 2 ha contendo vários tipos de frutas e verduras para abastecer seus clientes. Na fazenda também existem patos, frangos para postura de ovos e pastagens.

Fonte: <http://www.thefieldgathering.org/the-farm/>

Existem projetos agrícolas inspirados na Permacultura que provam que podemos superar o caminho unilateral dos alimentos nocivos produzidos pelas multinacionais!

A Saúde
Natural Preventiva é um
Direito Humano

O impressionante paralelo histórico de Nossa Missão

O histórico paralelo de nossa missão é a transformação da Idade Média (a Idade das Trevas) para os tempos modernos - há meio milênio. Naquela época a grande maioria das pessoas atravessavam a vida privadas da capacidade de ler e escrever e assim foram condenadas a viver em extrema dependência.

A tradução de livros do latim para as línguas faladas e sua produção em massa através da então recém inventada imprensa levou a uma massificação

do conhecimento sem precedentes. Novas escolas e universidades foram fundadas, impulsionando o conhecimento em todas as áreas da vida - eventualmente encerrando o obscurantismo medieval e inaugurando o começo dos tempos modernos. O potencial intelectual e econômico lançado por aquelas medidas proporcionou riquezas sem precedentes para as pessoas, comunidades e estados da época.

Hoje, a maioria das áreas do nosso planeta foram libertadas do analfabetismo - mas essencialmente todo o mundo ainda está escravizado pelo analfabetismo em relação à nossa saúde e nosso corpo. A lógica da nutrição e da medicina celular - que pode ser entendida por qualquer um, em qualquer lugar do mundo - liberta as pessoas de todo o mundo do analfabetismo sobre saúde.

A Declaração de Barletta
Barletta, Itália, 19 de outubro de 2014

O impressionante paralelo histórico de Nossa Missão

Além disso, o paralelo com a invenção da imprensa há cinco séculos é o advento da Internet e o desenvolvimento das redes sociais em nosso tempo. A riqueza econômica que será criada por uma redução significativa das doenças - através da criação de um sistema de saúde eficaz, sustentável e orientado para a prevenção em escala mundial - será sem precedentes.

A partir de então enormes quantidades de dinheiro estarão disponíveis para abordar as questões candentes da humanidade, incluindo o desemprego em massa, a proteção do meio ambiente e o apoio para os avanços econômicos e sociais dos países em desenvolvimento.

Mas este grande salto para a humanidade não virá por si mesmo - é preciso organizá-lo!

"Toda verdade passa por três estágios :
Primeiro, é ridicularizada.
Segundo, recebe violenta oposição.
Terceiro, é aceita como algo evidente "



Arthur Schopenhauer
Filósofo alemão (1788 - 1860)

A Saúde
Natural Preventiva é um
Direito Humano

Os próximos passos

A partir dessa conferência em Barletta, Itália, fazemos um chamado ao mundo, aos profissionais de saúde e aos cientistas, aos executivos das empresas em nossa comunidade, aos meios de comunicação em nosso país, as igrejas e congregações em nossas cidades de origem, aos agentes políticos a nível local, regional e nacional - mas acima de tudo, pedimos à juventude do mundo:

“Venham e juntem-se a nós para salvar milhões de vidas! Unam-se a nós na construção do futuro – um mundo onde as doenças de hoje serão essencialmente desconhecidas !”

Nos comprometemos a fazer todos os esforços para disseminar os benefícios vitais da saúde nutricional e da medicina celular e construir um novo sistema de saúde orientado para a prevenção para salvar vidas em nosso planeta. Não descansaremos até que este novo sistema de saúde chegue a todos os rincões do mundo. A partir da Floresta Amazônica até as montanhas do Himalaia, desde as favelas da América Latina aos pequenos povoados da África, a nossa mensagem ao mundo é clara:

**“A saúde está ao alcance de todos!
Junte-se a nós agora! ”**

Aprenda mais!

Acesse estes links para mais informações:

- Vitamina & Deficiência Mineral – Um relatório do progresso global:
<http://www.unicef.org/media/files/vmd.pdf>
- Projeto Fazenda Corvo Branco – uma série de vídeos e fotos na web que narram a história de jovens, rurais e urbanos, que estão trabalhando na terra:
<http://www.whitecrowfarmproject.com>
- Movimento pela Vida: Saúde, Paz e Justiça Social para Todos - Uma campanha global:
<http://www.movement-of-life.org/>
- Curso de design em Permacultura
<https://treeyopermacultureedu.wordpress.com/>
- Configurando e executando um jardim na escola: Um manual para professores, pais e comunidades
<http://www.fao.org/docrep/009/a0218e/a0218e00.HTM>
- Alfabetização Mundial de Saúde – Curso de Educador Mundial de Saúde:
<http://www.wha-www.org/en/educate/index.html>
- BodyXQ – o primeiro programa de educação interativa do mundo que permite viajar no interior dos órgãos do corpo e explorar as suas funções:
<http://eu.bodyxq.org/START>

"A apresentação que realmente fez o meu dia foi o de Dr. Rath. Ao ouvir suas palavras senti como se eu estivesse vivendo em um mundo mais ético e saudável. Em minha opinião sua visão representa a visão coletiva: criação de centros de medicina celular, o conceito de prevenção que devem ser ensinados desde a infância e a criação de cursos de ensino que são independentes das empresas farmacêuticas. Foi a primeira vez na minha vida que escutei um homem singular, focado em idéias como a paz e a justiça social. Obrigado Dr. Rath, quero unir-me a você. "

Gerardo Zagaria

"A conferência em Barletta mudou completamente minha opinião sobre as coisas. As descobertas científicas de Dr. Rath são tão originais quanto seu discurso. Para mim a abertura dos centros de medicina celular representa a solução no sentido de difundir a informação sobre este tipo de medicina. A ideia de criar hortas nas escolas é muito ampla e única. Acredito que esse projeto vai se tornar real: estamos com você Dr.Rath "!

Vincenzo Quaratiello

"A conferência tem sido muito educativa e instrutiva para todos nós, mas o discurso do Dr. Rath deixou-me completamente sem palavras. A idéia de mudar o sistema de saúde representa o objetivo coletivo, já que o atual é baseado na doença. A proposta de criação de centros de medicina celular realmente me chamou a atenção: em minha opinião, um centro por cidade ou vila seria o início de nossa conquista da saúde. Rogo a todos que sigam este caminho a fim de que nossos filhos possam gozar de boa saúde no futuro sem nenhuma doença. Obrigado a todos, obrigado Dr. Rath! "

Sebastiano Posilipo

A Saúde Natural Preventiva é um Direito Humano

"Enquanto ouvia o discurso do Dr. Rath pensei imediatamente em meus filhos e netos. Sim, eles têm o direito a um futuro melhor, centrado na verdade e não no engano. Portanto, o chamado do Dr. Rath envolve todos nós: somos responsáveis pelo futuro dos nossos filhos e todos devem assumir essa responsabilidade. Vamos nos unir para criarmos juntos um novo sistema de saúde e um mundo justo e igualitário ".

Posilipio Damiana

"Tudo o que foi dito durante o longo e emocionante discurso de Matthias Rath representa um projeto versátil que envolve todos os aspectos da convivência civil e pode envolver todas as pessoas ao longo de suas vidas. Esta é a mensagem por um mundo melhor que Dr. Rath deixou na cidade de Barletta. O louvor total do público foi demonstrado ao colocarem-se em pé para uma longa e entusiasmada ovação ".

Marilena D'Alessandro



<http://www4.dr-rath-foundation.org>



<http://www.youtube.com/user/RathFoundation>



<https://www.facebook.com/DrRath.Foundation>



https://twitter.com/dr_rath_news



<http://www4.dr-rath-foundation.org/rss/rss.xml>

