

# **Jugo de papa para prevenir y sanar enfermedades como el cáncer**

Para mantener nuestra salud en regla, simplemente es necesario cuidar de ella con ciertos hábitos. De hecho, muchas personas se sorprenden de que consumir ciertos alimentos como la papa o realizar ejercicios y meditación puedan servir para prevenir la aparición de células cancerígenas.

En este sentido, la papa es uno de esos alimentos que por sus propiedades nos ayudan a prevenir distintas enfermedades.

La papa o patata nos brinda una gran cantidad de energía ya que es una fuente de carbohidratos saludables.

Asimismo, este vegetal proveniente de América del Sur nos brinda otra gran cantidad de beneficios.

Continúa leyendo para aprender a preparar un jugo de papa que te ayudará a prevenir el cáncer y la gastritis.

## **Jugo de papa para prevenir y sanar enfermedades**

Este remedio es increíble porque para prepararlo sólo se necesita un ingrediente que es muy económico y fácil de conseguir.

Además, no posee efectos contraindicados como las medicaciones farmacéuticas.

### **Ingredientes**

- 2 papas medianas
- Paño de tela

## **Preparación**

1. En primer lugar, lava y cepilla bien las dos papas
2. Posteriormente corta en rodajas, cuanto más finas mejor
3. Envuelve las papas en un paño de tela y exprime bien
4. También puedes colocar las papas en una licuadora para evitar el proceso del paño
5. Bebe inmediatamente para obtener todos sus beneficios

## **Modo de uso**

Bebe este jugo una vez por la mañana en ayunas, una vez antes del almuerzo y antes de la cena.

Consume este jugo de papa por un mes, luego descansa dos semanas y vuelve a beberlo por un mes.

Puedes beberlo entero o diluirlo con la cantidad de agua que desees.

También puedes mezclarlo con otras frutas, verduras o miel para mejorar su sabor.

## **Consejos para preparar el jugo de papa**

- Consume inmediatamente porque luego se pierden sus propiedades nutritivas.
- En lo posible es recomendable realizarlo con papas orgánicas ya que no poseen aditivos químicos.
- No debes quitar la cáscara de la papa.
- Utiliza papas frescas.
- Evita las papas con brotes o verdes.
- Lava y cepilla muy bien ya que suelen acumular mucha tierra que puede provocar hepatitis.

## **Propiedades medicinales de la papa**

- Debido a que posee una gran cantidad de vitamina C, ayuda a fortalecer el sistema inmunológico
- Su gran cantidad de antioxidantes actúan contra los

- radicales libres que provocan cáncer
- Mejora la función del cerebro porque posee vitamina B y ácido fólico
  - Ayuda a combatir la formación de cálculos renales
  - Ayuda a combatir la hipertensión
  - Regula los niveles de colesterol malo (LDL) en sangre
  - Sirve para blanquear manchas de la piel y sanar quemaduras provocadas por el sol
  - Ayuda a combatir el envejecimiento precoz y la aparición de arrugas
  - Sirve para tratar enfermedades de la piel
  - Nos ayuda a disminuir los niveles de azúcar en sangre y tratar la diabetes
  - Reduce las células tumorales
  - Ayuda a combatir enfermedades pulmonares y respiratorias
  - Sirve para reducir las ojeras
  - Elimina naturalmente las toxinas del cuerpo por su gran cantidad de fibras
  - Sirve para prevenir enfermedades cardiovasculares por su gran contenido de flavonoides

La gran cantidad de propiedades medicinales que posee la papa hacen que esta sea una increíble aliada para combatir enfermedades como el cáncer, la gastritis, la diabetes, la hepatitis y los problemas de corazón.

Por esta razón, te recomendamos consumir el jugo de papa que te enseñamos para mantener tu salud a raya.

No olvides compartir el secreto con quienes te rodean para que ellos también puedan beneficiarse con elementos de la naturaleza.

Si bien este jugo no tiene efectos contraindicados conocidos, en caso de irregularidades suspende su uso de inmediato.

Consulta a tu médico para obtener más información, la medicina tradicional está cada vez más segura de sus beneficios.