

**“Las personas con niveles altos de GSH (glutación) son aquellas que habitualmente viven más de 100 años” Declaración hecha por el Dr. Al Sears, leída abajo. Declarado que el producto con GSH número 1 en el mundo es Triotein. Si aún no estás tomando este producto, en definitiva, necesitas leer este artículo. La investigación es innegable.**

**Al Sears, MD  
11903 Southern  
Blvd., Ste. 208 Royal Palm Beach, FL 33411**

**9 de octubre del 2009. Estimado Thomas:**

**La investigación de vanguardia está revelando el poder de un "antioxidante maestro": una molécula de tripéptido llamada glutación (GSH).**

**Las personas con niveles altos de GSH (glutación) son aquellas que habitualmente viven más de 100 años. Además, puede prevenir una serie de enfermedades crónicas como artritis, hipertensión, presión arterial, enfermedades cardíacas, cáncer y diabetes; sólo por nombrar algunas.**

**Lo mejor de todo es que aumentar tus niveles de GSH es fácil. Hoy te daré una estrategia eficaz que puede aumentar décadas a tu vida. Te diré exactamente cómo, para obtener más formas poderosas de GSH y cuánto tomar.**

**Cuando los científicos de la Universidad de Louisville les dieron a los mosquitos un estimulante con GSH, sus niveles aumentaron entre un 50 y 100 por ciento. Y su periodo de vida aumentó en un notable 30 a 38 por ciento. 1.**

**Los médicos del Instituto de Investigación del Hospital General de Montreal en Canadá repitieron el experimento con ratones. Pudieron duplicar los resultados: aumentar los niveles de GSH y aumentar la esperanza de vida.2**

**Su éxito llevó a otros a investigar los efectos del GSH en humanos. La Universidad de Odense en Dinamarca comparó los niveles de GSH en personas centenarias (edad 100 a 105) y personas de 60 a 79 años y encontraron que el GSH era más alto en los centenarios. Y entre el grupo centenario, los que estaban más activos tenían los niveles más altos.3**

**De la misma manera que los niveles altos de GSH aumentan la esperanza de vida, los niveles bajos muestran un vínculo directo con las enfermedades crónico degenerativas. Aquí hay solo una lista parcial:**

**Cardiopatía Cataratas  
Artritis Insuficiencia renal Hipertensión Leucemia Diabetes**

**Pérdida de la audición  
Cáncer  
Enfermedad pulmonar obstructiva (EPOC) Degeneración macular**

**Y los niveles altos de GSH se asocian con menos enfermedades. Un estudio de la Universidad de Michigan, encontró que aquellos con niveles más altos de GSH mostraron una mayor sensación de bienestar junto con presión arterial más baja, colesterol más bajo y grasa corporal reducida.<sup>4</sup>**

**La forma más natural de obtener más GSH es comer alimentos con alto contenido de glutatión. Estos incluyen rábano, brócoli, coliflor, repollo, col rizada y coles de Bruselas.**

**Estos suplementos nutricionales también te ayudarán a aumentar tus niveles de GSH:**

**Ácido alfa lipoico (ALA)**

- Melatonina**
- Arándano**
- Extracto de semilla de uva · Cúrcuma**

**También hay dos precursores fiables de GSH: sustancias que estimulan la producción de GSH. Se trata de proteína de suero 5 (**Triotein es el GSH Whey****

**Protein5 en el mercado vendido por NHT Global ), que comúnmente se encuentra en las proteínas en polvo.**

**Finalmente, puedes tomar suplementos de GSH (1 a 2 gramos por día). Los últimos informes muestran que hasta el 80 por ciento de la mayoría de los suplementos de GSH son absorbidos y utilizados por tu cuerpo.**

**Para obtener los mejores resultados, recomiendo usar una combinación de las cuatro formas de aumentar GSH.**

**Para tu buena salud, Dr. Al Sears.**

## **BIBLIOGRAFÍA**

**1 Richie JP, et al. Correction of a glutathione deficiency in the aging mosquito**

**increases its longevity. Proc Soc Exp Biol Med. 1987 Jan;184(1):113-7.**

**2 Buonous G, et al. Immunoenhancing property of dietary whey protein in**

**mice: Role of glutathione. Clin Invest Med. 1989b;12:154-161.**

**3 Andersen HR, Lower Activity of Superoxide Dismutase and High Activity of**

**Glutathione Reductase in Erythrocytes from Centenarians, Age and Aging,  
1998;27:643-648.**

**4 Julius M. Glutathione and morbidity in a community-based sample of elderly.  
Journal of Clinical Epidemiology. 1994;47(9):1021-1026.**

**5 Bounous G, et al. The influence of dietary why protein on tissue glutathione and  
the diseases of aging. Clin Invest Med. 1989a Dec;12(6):343-9.**

**6Schaller M. Oxidant-Antioxidant Balance in Granulocytes During ARDS- Effect of  
N-Acetyl cysteine, Chest, Jan 1996;109(1):163-166.**