¿SE PUEDE BEBER EL AGUA DEL MAR?

Artículo nº 1: ¿SE PUEDE SOBREVIVIR A UN NAUFRAGIO BEBIENDO AGUA DE MAR?

La increíble hazaña de Alain Bombard, un médico francés que cruzó el océano sin comida ni agua. Redacción Quo - 15/03/2016

L'Héritique looking 'lived-in'

Suena un poco a "verdad de Perogrullo", pero aun así vamos a aclararlo desde el principio para que no haya malentendidos con lo que vamos a relatar a continuación: el agua de mar es absolutamente nefasta para la salud humana. ¿La causa? Su elevadísima concentración de sal. Es tan elevada que, para eliminarla, el cuerpo se ve obligado a orinar más de lo habitual, lo que acaba produciendo una deshidratación que puede llegar a ser mortal. Pero, aunque se sobreviviera a ese estado, la acumulación de sal en el organismo acabaría provocando la muerte por rinitis.

Pese a todo lo anterior, en 1952, un médico francés llamado Alain Bombard, trató de comprobar si un náufrago podría sobrevivir en altar mar sin reservas de comida y de agua dulce. Y lo hizo con un espectacular experimento, atravesando en una lancha el Océano Atlántico, desde las Islas Canarias hasta las Antillas.

Bombard subsistió en principio gracias al agua dulce de la lluvia. Pero cuando ésta escaseó, suplió su falta bebiendo el líquido cefalorraquídeo de los peces que capturaba, que tiene un sabor dulce. Y lo complementó tomando también pequeñas cantidades de agua marina, que no superaban el cuarto de litro diario.

El experimento de Bombard se ha malinterpretado en muchas ocasiones, deduciéndose que es posible sobrevivir bebiendo del mar. Pero, el propio médico explicó que eso solo fue posible gracias a que el "agua" que obtenía de los peces le aportaba la cantidad extra de líquido que necesitaba para eliminar la sal marina a través de la orina. Si no hubiera tenido ese aporte, habría fallecido. Y aun así, si la situación se hubiera prolongado más tiempo, también habría muerto.

Afortunadamente, Bombard llegó a su destino vivo, aunque en un estado de salud realmente grave. Así que, ya saben, que nadie trate de repetir esta proeza. No todos estamos hechos de la pasta necesaria para bebernos "la sangre" de los peces.

PREGUNTAS DE COMPRENSIÓN Artículo nº 1

1. Según este artículo, ¿Cuál es la principal causa por la que el agua del mar es tan nefasta para el organismo?
2. Busca en internet o en un diccionario qué es la rinitis.
3. ¿Cómo comprobó Alain Bombard que un náufrago podía sobrevivir sin comida ni reservas de agua dulce?
4. ¿Qué otra sustancia bebió Alain Bombard para compensar el poco agua dulce que tenía?

Artículo 2: En qué quedamos: ¿se puede beber el agua del mar? ¿Cuánta es letal?

Elsa Alonso 04/06/201711:20 Eltiempohoy.es

En una aguadilla, mientras buceas, por una ola que te rompe encima… En verano, las posibilidades de tragar agua del mar aumentan y en El Tiempo Hoy nos preguntamos

¿qué ocurre si bebemos mar? Es lógico pensar que no se necesita un lavado de estómago si la ingesta es de manera accidental y en pequeñas cantidades pero, si eres un aventurero que sobrevive en medio de una isla, querrás saber hasta qué punto usar el mar para hidratarse es lo idóneo.

En la actualidad, existe agua de mar tratada y embotellada que se comercializa. No obstante, el agua directamente extraída del mar no está preparada para beberla y tomarla puede ser más mala de lo que creemos. La doctora Estefanía Cogollo es especialista en Medicina Interna en el Hospital Nuestra Señora del Rosario y ha respondido a nuestras cuestiones.

¿Qué tiene el agua del mar que perjudicaría a la salud?

"El agua de mar contiene hasta 95 elementos, alguno de ellos en altas cantidades, los cuales podrían acarrear efectos nocivos en el ser humano. Supera hasta en 200 veces a las aguas que se comercializan con baja mineralización. El más abundante es el sodio, seguido del cloro, además de boro, flúor, magnesio, potasio, yodo, hierro, etc. La concentración de sodio puede producir deshidratación, pero el boro en exceso también produce síntomas como diarrea, vómitos o cefalea".

"A esto hay que añadir el caso de que se trate de aguas no depuradas ni tratadas donde no se puede garantizar la ausencia o las cantidades exactas de productos químicos, como los pesticidas y el petróleo, o bacteriológicos".

¿Qué enfermedades se podrían contraer si se excede su consumo?

"Las principales patologías derivan de la concentración de los minerales que componen el agua de mar así como de los contaminantes añadidos. El sodio se encuentra en concentraciones muy superiores a las de nuestra sangre, lo que podría conducir a deshidratación si se consume en cantidades elevadas. Podría, además, agravar patologías de tipo cardiovascular o renal, y afectar a nivel óseo, cutáneo, respiratorio, digestivo o del sistema nervioso".

"Por otra parte, las enfermedades de tipo infeccioso que podrían experimentarse, dependiendo sobre todo de las características del mar o el océano, son: parasitosis, botulismo, hepatitis o cólera".

¿Podría ser letal?

"Si la ingesta es llevada al exceso el grado de deshidratación por la alta concentración de sodio podría ser de tal gravedad que afectase de manera importante al sistema nervioso provocando el coma o incluso la muerte. No obstante, dependiendo de la contaminación del agua, alguno de sus componentes también podría suponer una grave toxicidad".

¿Afecta igual a los niños?

"Los efectos esperables son similares salvo que la cantidad necesaria para producir un efecto nocivo sería menor que en un adulto".

En 'Supervivientes' cocinan con agua del mar para hervir el arroz, por ejemplo. Estefanía Cogollo explica que se puede usar "al hervirla de forma casera porque la estamos depurando y, por lo tanto, sería de ayuda a la hora de cocinar. Sin embargo, para beberla como agua dulce sin problemas se debe proceder a su desalinización, que se podría hacer de forma casera también mediante evaporación".

PREGUNTAS DE COMPRENSIÓN Artículo nº 2

1. ¿Está el agua de la mar preparada para ser bebida tal cómo la vemos en la naturaleza?
2. ¿Qué componentes químicos tiene el mar que perjudican a nuestra salud?
3. Busca en un diccionario o en internet qué significa botulismo.
4. ¿podría llegar a matarnos el agua del mar si cocinamos con ella?

El Diari de Tarragona 26-11-2010 en relación a la publicación de su libro “Beber agua de mar”.

ENTREVISTA | **Francesc Martin** Escritor sobre las bondades del agua de mar

‘Dos vasos equilibran el cuerpo’

JOSÉ M. BASELGA

- Así que usted se toma dos vasos de agua de mar diarios.
- Desde hace cuatro años. Entre 150 y 200 centilitros. Tomar más no es aconsejable. Podría desequilibrar el cuerpo.

- ¿Y cogida así directamente?
Así es como contiene los oligoelementos naturales.

- ¿No debería depurarse?
No hace falta. Está limpia. Mantiene sus propiedades. Sólo que no se puede calentar más de los 40 grados porque pierde sus propiedades. La Universidad de Alicante lo ha confirmado en un estudio.

- ¿Cómo?
Un glóbulo blanco en agua de mar sigue viviendo. Si el agua llega a los 40 grados, muere.

- ¿Para qué sirve beber agua de mar?
Gran parte del cuerpo es agua. Incorporar agua de mar ayuda equilibrar el organismo. Es una especie depuración. Ideal para quien se ha intoxicado o ha sufrido un envenenamiento. Y es aconsejable para la resaca.

- ¿Usted ha notado algo?
No se nota nada. Pero es como llevar el cuerpo más equilibrado. Como cambiar el aceite al coche. El motor durará más.

- ¿Por qué empezó?
El conocimiento de las propiedades del agua del mar no es nuevo. El biólogo francés René Quinton hace más de 100 años ya la prescribía como elemento terapéutico. Su plasma marino es para muchas terapias. Hay países que la aplican.

- precisamente Quinton ha recibido muchas críticas por sus experimentos de sobre los efectos del agua marina.
No se puede vivir sólo de agua de mar. Se ha de entender como un complemento nutricional. En Francia la prescriben los médicos y hasta se podía inyectar.

PERFIL | **Francesc Martin es escritor y un seguidor de terapias naturales. Convencido de las propiedades terapéuticas más allá de las aplicaciones cutáneas, toma cada día unos vasitos de agua de mar. Ahora ha escrito el libro *Beber agua de mar. Teniendo en cuenta las leyes del Dr. Hamer sobre la autocuración* en el que intenta demostrar las ventajas de, con moderación, beber agua de mar.**

Francesc Martin toma cada día unos vasos de agua que recoge de la playa de Cunit. FOTO: JMB

- La inyección ya no se autoriza.
- Intracutánea. Muy superficial y bajo la responsabilidad del médico, sí.

> Se ha de entender como un complemento para el equilibrio del cuerpo

- Los nazis suministraron a prisioneros sólo agua de mar durante una semana. No sobrevivió ninguno.
A aquellos prisioneros se les suministraba sólo agua de mar. No se les dio nada más.

- Demasiado cloruro de sodio para el riñón.
No se puede beber sólo agua de mar ni en grandes cantidades. Se ha de entender como un complemento nutricional.

- Usted ha escrito *Beber agua de mar. Teniendo en cuenta las leyes del Dr. Hamer sobre la autocuración*. ¿Qué explica en él?
Los beneficios del agua de mar para la salud. Con los estudios y las aplicaciones que se hacen en el mundo.

- Hamer destaca en la que se denomina la nueva medicina y en el tratamiento del cáncer, que considera que deriva de un conflicto emocional. No me diga que el agua de mar cura el cáncer.
No. El agua de mar equilibra el cuerpo. Para el tratamiento del cáncer lo prioritario es resolver el bloqueo emocional.

- ¿Bloqueo emocional?.
Las preocupaciones. El bloqueo emocional no sólo puede provocar cáncer sino otras enfermedades.

- Habla de países en los que se aplica el agua de forma terapéutica.
Nicaragua. La doctora Teresa Llari, que es de Bonastre, es una internista que impulsa los dispensarios de agua. La cogen de la playa de Managua con camiones cisterna de la alcaldía. En Nicaragua sirve como nutrición a niños desnutridos.

- Otra de las críticas a esta terapia es que se trate de un negocio de empresas que ofrecen otro ‘producto milagro’.
Hay empresas de Palencia y Llinars del Vallès que la ofrecen filtrada y embotellada. Como empresas buscan hacer negocio como la Coca Cola. Pero tienen reconocimiento de calidad medicinal de un laboratorio de Alicante.

PREGUNTAS DE COMPRENSIÓN Artículo nº 3

1. ¿Qué cantidad de agua de mar es recomendable tomar al día según el entrevistado?
2. ¿Se puede vivir sólo con agua del mar? Busca en el texto la opinión que tiene el entrevistado sobre esta cuestión.
3. ¿Qué tipos de experimentos con agua de mar hacían los nazis y cómo terminaban estos?
4. ¿Qué terapia se propone en el texto para curar el cáncer?
5. ¿En qué país se utiliza la terapia con agua de mar?

DESPUÉS DE LEER LOS DIFERENTES ARTÍCULOS…

Una vez hayas leído los tres artículos puedes buscar en internet o en cualquier otra fuente información sobre los beneficios de beber agua de mar. Elabora una lista con como mínimo 5 beneficios.

Tras la elaboración de esta lista de beneficios intenta extraer tus propias conclusiones y elabora un pequeño artículo de opinión en la que des tu punto de vista sobre la siguiente pregunta:

¿SE PUEDE BEBER EL AGUA DEL MAR?

Recuerda que antes de sentarte a escribir tu artículo debes de haber recopilado toda la información que quieras que aparezca en tu artículo y tener clara tu opinión al respecto.

Además tu artículo debe estructurarse de la siguiente forma:

- **Introducción:** describe brevemente el interés que tiene en el tema escogido y la importancia del mismo en el contexto científico del momento.
- **Cuerpo:** el cuerpo de tu artículo debe de responder a la pregunta ¿Cómo les explico lo que comprendí de la lectura de los distintos artículos a quienes lean mi artículo? En esta parte, por tanto, tengo el espacio para dar razón de lo investigado, en esta parte expongo razones y las voy fundamentando sistemáticamente, de tal manera que mi artículo logre expresar lo que he comprendido claramente a los otros.
- **Conclusión:** es un pequeño párrafo resumen en el cual se indican las conclusiones, últimas impresiones u opiniones que te merecen como autor del artículo.