

Sommario

Testimonianze	VII
Ringraziamenti	XIII
Prefazione	XV
Introduzione	1
1. L'equilibrio acido-basico	3
La causa fondamentale delle malattie	6
Come misurare il pH	13
2. L'acqua più salutare che esista	17
Il segreto sta nella ionizzazione	19
Come si ottiene l'acqua ionizzata?	20
Cos'è l'ORP?	22
Caratteristiche dell'acqua prodotta con uno ionizzatore	23
I vari utilizzi dell'acqua acida	27
I rischi dell'acqua di rubinetto	28
3. I benefici dell'acqua alcalina ionizzata	37
4. Ultra idratante	43
I primi segni di disidratazione	48
Microclustering	50
5. Un potente antiossidante	53

6. Azione anti-aging: come contrastare e invertire l'invecchiamento	57
Disidratazione e invecchiamento	60
7. Il migliore disintossicante	63
8. Conclusione	67
Bibliografia	71
L'autore	77