

GADA VIERNES, UNA SECCIÓN DE COLECCIÓN

# El padre de la frutoterapia llega a HOY

Hace 20 años, los hallazgos de Albert Ronald Morales sobre el poder curativo de las frutas sorprendieron al mundo.

Este bumangués, autodidacta, que empezó a investigar hace 30 años entre los indígenas sobre las propiedades de las frutas y su uso en la salud, divulgó por primera vez sus recetas en 1997, en el primero de sus tres libros: *Frutoterapia, los 106 frutos que dan la vida*.

Desde entonces, la extraña fascinación que el ser humano ha tenido por la terapia basada en estos productos de la naturaleza es innegable.

Por eso, Albert Ronald Morales no se ha detenido ni un solo instante. Ha escrito dos libros más. Cada día experimenta nuevas mezclas, elabora recetas, algunas tan originales y efectivas que llevan su sello personal por el mundo.

Hace seis años, ya famoso y convertido en padre de la frutoterapia en Colombia; reconocido en múltiples publicaciones como el creador de esta terapia y honrado en Cúcuta como hijo ilustre de esa ciudad por su aporte a la medicina natural, Albert Ronald partió a Madrid (España) con su familia: esposa e hija.

Se considera un exiliado del conflicto armado colombiano. Se fue de este país que añora a diario, porque al pueblo donde vivía: Arbeláez (Cundinamarca), se lo tragó la violencia.

Llegó a España con varios proyectos en mente. Uno de ellos, la divulgación de sus conocimientos a través de la Radio Nacional de España. Y lo hizo varios años.

En la actualidad tiene un programa en la cadena radial privada Intereconomía, de Madrid y pronto participará en un documental sobre la vida de los inmigrantes. Además prepara su cuarto libro.

En esa misma ciudad también fundó un herbolario para conti-



Júpiter

Albert Ronald Morales, pese a la disminución visual que padece, ha sido y sigue siendo un gran investigador de las frutas.

nuar sus investigaciones sobre plantas y frutas, y atender las miles de consultas de personas que buscan la salud a través de lo natural.

Su aporte al desarrollo de la medicina alternativa está más que probado. Dos décadas atrás, Albert Ronald divulgó la propiedad terapéutica del banano: "sirve para la depresión porque estabiliza la serotonina y controla el estrés. Es la fruta del sistema nervioso. Regula el estado de ánimo".

Ahora, los científicos, anteriormente escépticos y renuentes a aceptar las frutas como herramientas terapéuticas para prevenir enfermedades, han corroborado las verdades encontradas por el padre de la frutoterapia.

Ese y muchos otros datos saludables (ver recuadro), entregará cada viernes a los lectores de HOY. Disfrútelos y colecciónelos.



## Frutas: elíxir de vida

**Albert Ronald Morales**  
Creador de esta terapia

La frutoterapia, como su nombre lo indica, es una técnica científica que estudia las propiedades nutricionales y terapéuticas de las frutas y los alimentos en general. Esta estrategia preventiva y curativa surgió en Colombia como resultado de los estudios e investigaciones que por más de 30 años he realizado con mi equipo de trabajo, conformado por especialistas en diferentes disciplinas.

Fruto de ello son tres libros que recopilan parte de estas investigaciones. El primero, titulado *Frutoterapia, los 106 frutos que dan la vida*; el segundo, *Frutoterapia, nutrición y salud*, y el tercero *Frutoterapia y belleza*.

Desde hace seis años estoy radicado en Madrid (España), en donde sigo investigaciones que buscan promocionar el consumo y la alimentación con frutas.

Desde acá, en esta columna, por invitación del diario HOY, estaré en contacto con Colombia, atendiendo las inquietudes de los lectores y llevando a nuestra cotidianidad esos pequeños consejos de nutrición y salud a través de las frutas.

Colombia tiene un tesoro que pocos países del mundo poseen. Es el 'oro de mil colores', representado en sus frutas.

La mayoría son frutas cargadas de biofotones, pequeñísimas sustancias llenas de vitalidad que recuperan y revitalizan el organismo de quienes las consumen. Solo, hay que aprender a utilizarlas para extraerles el elíxir de la vida que permanece en ellas. Desde aquí les daremos las pautas.

### Consejo

#### Receta para reducir centímetros de la cintura en forma natural.

Consiga un tomate de árbol y pélelo. Póngalo en la licuadora con un vaso de agua y agregue 3 rábanos rojos. Licúe sin endulzar. Tómelo en ayunas durante 10 días. Luego descanse por cinco días y vuelva a repetir.

Las frutas, como todo, tiene sus contraindicaciones. En este caso, la bebida no debe ser utilizada por personas que sufren de tensión baja.



Júpiter

Presente este aviso y reclame su jugo

**TE TRAJIMOS EL TRÓPICO** **DOMICILIOS 6529898**

**GRATIS** El jugo o crema que prefieras por la compra de una exquisita ensalada de frutas especial.

PROMOCIÓN VÁLIDA HASTA AGOSTO 31 DE 2007

**Patty** *Te comió el natural*

Disponible en: Bogotá • Cali • Medellín • Barranquilla • Bucaramanga • Cúcuta • Ibagué • Manizales • Pereira • Quibdó • Riosucio • Santa Marta • Toluca • Tunja • Villavicencio