

LA CHIMICA NEL NOSTRO CORPO

Siamo veramente in ottima salute?

Il nostro indice di vitalità non è come dovrebbe essere, perché la vita moderna ha desincronizzato quelli che sono i nostri ritmi biologici interni, il nostro status ormonale e tutto un po' scombussolato. L'alimentazione fa la sua parte, più continuiamo a alimentarci in questa maniera, più diventiamo acidi, nasciamo alcalini e invecchiando diventiamo acidi. Il nostro corpo fa di tutto per mantenere un equilibrio, per mantenere il Ph leggermente alcalino a livello sanguigno, a livello urinario e nella saliva, sono i tre parametri che ci danno un indice di quella che è la nostra situazione interna. Apparentemente a noi può sembrare di essere in forma perfetta, ma il nostro stato interno ci indica che c'è qualcosa che non va, abbiamo delle spie che si accendono come nelle macchine e questo dovrebbe farci preoccupare. I sintomi non sono immediati ma avvengono nel corso degli anni, la nostra alimentazione fa sì che noi ci intossichiamo di sostanze acide, fino a che la capacità del nostro organismo di smaltire queste sostanze viene a mancare. Il nostro corpo utilizza delle sostanze tampone che cercano di riequilibrare, andando a prelevare nel nostro organismo dei depositi importanti che sono sali minerali, una fonte preziosa di sostanze alcaline. Questo ripetuto prelievo di minerali porta alla demineralizzazione generale dell'organismo che indebolisce gli organi e diminuiscono le loro capacità funzionali; si indeboliscono le ossa, si cariano i denti, cadono i capelli, aumenta la pressione sanguigna e i dolori reumatici e le ghiandole endocrine rallentano il loro ritmo.

Gli organi che fanno parte del sistema immunitario si indeboliscono dall'aggressione degli acidi e dalla demineralizzazione e di conseguenza non riescono a difendere l'organismo e si avranno ripetute e persistenti infezioni che aggrediscono proprio quegli organi maggiormente colpiti.

Come abbiamo detto l'organismo preleva dai tessuti e dalle ossa i minerali necessari per neutralizzarli, essi prelevati in grandi quantità ingolfano gli organi in maggior modo quelli emuntori. A lungo andare questi organi accumulano una quantità eccessiva di minerali creando dei depositi che contribuiscono alla formazione di calcoli, sia renali che biliari, provoca la sclerosi degli organi come articolazioni bloccate o problemi di udito o la calcificazione delle arterie.

I sintomi più comuni dell'acidosi sono mancanza di energia, stanchezza, perdita del tono muscolare e difficoltà a recuperare le energie dopo uno sforzo. Le nostre cellule si scambiano informazioni giorno e notte, per far passare tutte le sostanze e messaggeri chimici nutritivi per il sostegno del nostro organismo, quando non c'è questa informazione le nostre cellule si autodistruggono.

Quando noi siamo consapevoli di questo e introduciamo un'alimentazione più consona secondo il nostro fabbisogno, la nostra genetica, i nostri cromosomi, allora ecco che questo ricambio cellulare viene molto rallentato. Questo ripristino di cellule avviene circa 50 volte nel nostro organismo, la cellula muore e se ne rigenera un'altra per 50 volte. Cosa può influire su questa accelerazione o decelerazione di questo ricambio cellulare? La nostra alimentazione. Ha fatto sì che noi in base a come ci alimentiamo, acceleriamo questi processi ossidativi, per cui la nostra capacità di smaltire sostanze tossiche, viene meno, ecco perché è utile introdurre basificanti come vitamine e minerali..

Quali sono le parti più colpite dall'acidosi?

Apparato osteo-articolare

osteoporosi, tendenza alle fratture, legamenti molto deboli, schiacciamento delle vertebre, ernia del disco, infiammazione e sclerosi dei legamenti, dolori articolari migranti, artrite e artrosi, crampi, gotta, decalcificazione, demineralizzazione, mialgie, poliartrite, rachitismo, reumatismo, sciatalgia, torcicollo.

Capelli

calvizie, alopecia

Organi genitali

Candida ricorrente, infiammazione dei genitali e possibilità di infezioni (pruriti, eritemi, vulviti).

Apparato cardio-circolatorio

Cattiva circolazione, eccessiva sensibilità al freddo, geloni, pressione alta, colesterolo alto, maggior rischio di infarto, tendenza alle anemie.

Sistema nervoso

Ansia, irritabilità, insonnia, emicranie e cefalee, agitazione e iperattività

Muscoli

Crampi e spasmi frequenti

Testa e occhi

grande pallore (dovuto alla contrazione dei capillari), mal di testa, occhi lacrimosi e sensibili, congiuntivite, blefarite, cheratite.

Bocca

gengive infiammate e sensibili, afte, fessure agli angoli delle labbra.

Denti

sensibilità e irritazione dei denti dopo aver consumato alimenti freddi e caldi, nevralgie dentarie.

Stomaco

acidità e dolori di stomaco, rigurgiti, spasmi, ulcere, reflussi gastroesofagei, alitosi.

Intestino

disordini intestinali, bruciori al retto, predisposizione alle infiammazioni dell'intestino, stipsi, flatulenza, autointossicazione, micosi e candida, emorroidi, feci dure e secche, lingua impaniata sulla parte posteriore, ulcere gastro-duodenali, colite.

Reni e vescica

Urine acide, irritazioni e bruciori alla vescica e all'uretra, poliuria (minzioni frequenti e abbondanti con urine chiare) da irritazione renale, calcoli renali e vescicali.

Vie respiratorie

Raffreddori, tosse e bronchiti frequenti, sinusite, mal di gola, tonsille e adenoidi ingrossate, tendenza alle allergie.

Pelle

Cellulite, ritenzione idrica, sudore acido, pelle secca arrossata e irritata nelle zone sottoposte a forte sudorazione, fessure e screpolature tra le dita e intorno alle unghie, micosi, orticaria, foruncoli, eczemi di varia natura, unghie fragili, striate, con macchie bianche.

Il PH dei nostri fluidi corporei segue un andamento ben preciso scandito da ritmi circadiani interni, l'alimentazione, lo stile di vita, i farmaci alterano questi ritmi. Possiamo fare un pratico test, no dobbiamo far altro che andare in una farmacia, chiediamo le cartine tornasole per misurare il PH, cercando di capire quello che succede, prendendo traccia dell'esito del test settimanalmente. Misuriamo il nostro PH la mattina appena alzati, dopo colazione, dopo pranzo e dopo cena e avremo uno specchio di come siamo fatti realmente.

Concentrazioni di PH basico 7-++++++

Concentrazioni di PH acido valori tra 4,5,6

Sicuramente molti si rispecchiano in questi disturbi, la soluzione, l'abbiamo già accennato la scorsa settimana, sta nel ricreare l'equilibrio acido-basico nel nostro organismo, sicuramente cambiando qualcosa nel nostro stile di

vita, iniziando con l'alimentazione. Integriamo la nostra dieta con alimenti basificanti come frutta e verdura e diamo un valido aiuto al nostro organismo andando a coprire la quantità di minerali che vengono prelevati da tessuti e ossa con un valido integratore di vitamine e minerali, bilanciato secondo una formula ben precisa, oltre contenere i cosiddetti macronutrienti (potassio, magnesio e calcio) contiene una serie di oligoelementi e vitamine per cui queste sostanze cercano di tamponare queste acidità che aggrediscono le nostre cellule.

Quindi è opportuno dire che se non cambi ciò che stai facendo oggi, il tuo futuro sarà uguale al tuo passato.

www.dna-solutions.it/IIB003/contents/test_nutrigene

