

NUTRIZIONE E FUNZIONI ORGANICHE

Domenica Arcani Morini | Anna D'Eugenio - Fausto Afiero

INTRODUZIONE:

L'alimentazione e la respirazione sono, insieme, la prima energia vitale messa a disposizione dell'individuo, non esistendo altra strada che sia propria per l'accrescimento e il mantenimento della salute.

Questo libro nasce dall'osservazione della capacità riparativa della natura e di come questa spesso sia ostacolata proprio dall'intervento dell'uomo. Tutte le Civiltà ci parlano di medicine naturali, frutto a volte di conoscenze empiriche, spesso di un sapere tramandato nel corso delle generazioni. Tutte danno un'importanza particolare al mantenimento dello stato di salute del corpo, grazie al cibo e a tecniche respiratorie.

Nel cibo sono contenute tutte le potenzialità per costruire, sostenere e riparare. I bambini raddoppiano, triplicano il peso corporeo, costruendo ossa, muscoli e connettivo..., nutrendosi esclusivamente di latte e i più fortunati, che sono poi quelli che si ammalano meno, sono quelli che si nutrono di latte materno, che non è scremato, liofilizzato nè addizionato.

Si pensi al neonato: lo si può alimentare artificialmente (laddove non ci fosse il latte materno), si può tentare l'uso di vie parenterali, ma tutti questi tipi di alimentazione finiranno per dare necessariamente dei danni, in quanto l'organismo non è biologicamente predisposto all'accrescimento e allo sviluppo, se non attraverso il primo alimento che è il latte materno. C'è stato un periodo di tempo, dagli anni '60 agli ultimi anni '70, in cui il latte materno veniva considerato un fatto superato. Si pensava, nella superbia della scienza, che potesse essere un prodotto sostituibile senza danno alcuno. A distanza di anni, si è visto che tutti quegli individui alimentati con dei latti artificiali o animali, ad esempio il latte vaccino, hanno presentato quasi tutti delle patologie, che, se non corrette in tempo, peggioravano con l'andare degli anni.

Individui che oggi, a quaranta, cinquanta anni presentano forme di allergie respiratorie, difficoltà digestive, stipsi ribelli alla terapia farmacologica, sono spesso soggetti che si rivolgono ai più vari specialisti, senza però riuscire mai più a trovare un fisiologico equilibrio intestinale. Se si ripercorre anamnesticamente la loro storia alimentare, si scopre molto spesso che alla nascita non hanno preso il colostro o che sono stati allevati con latti artificiali, chimicamente prodotti, o con latte vaccino.

La considerazione che in Natura esiste tutto ciò che serve per vivere ci ha portati ad osservare gli effetti degli alimenti nella fisiologia e fisiopatologia del corpo. La diversità di effetti di alimenti considerati analoghi (ad esempio, indivia riccia, indivia belga, scarola), l'appetenza dell'individuo per determinati alimenti, la diversa risposta dell'organismo allo stesso alimento in momenti diversi, ci ha indotti a studiare l'interazione tra il cibo e il "momento" organico".

Siamo abituati, come medici a valutare ciò che è misurabile e pesabile, ritenendo veramente patologico ciò che i sensi fisici e

le macchine possono documentare: in realtà la malattia inizia molto prima come disturbo funzionale.

E' dannosa la carenza di un principio nutritivo, ma è altrettanto dannoso l'eccesso di principi nutritivi. Ecco perché in Bioterapia Nutrizionale le indicazioni sono a volte tassativamente precise (un solo arancio, 150 g di carne, ecc.). La fisiologia insegna, per esempio, che un eccesso di un elettrolita blocca una funzione, al pari di una sua carenza.

Se si ferma un braccio sano al collo con una fascia e si tiene per una settimana, questo braccio "a riposo", quindi non stimolato dalla sua funzione, si troverà bloccato e, se era stato sano, richiederà una stimolazione e, in media, un tempo tre volte superiore rispetto al tempo di inattività.

La vita è dinamica ed è fatta per funzionare, per cui è regola fondamentale nell'alimentazione: ogni volta che si usa un tutore dove non serve, l'effetto inevitabile è l'inibizione della funzione fisiologica autonoma dell'organismo. Se si dimentica, o non si sa mettere in pratica il concetto vitale che è "sempre la funzione che crea l'organo", mai l'inverso, si finirà, anche con le migliori buone intenzioni, per impedire al corpo di funzionare, il che vuol dire aprire la strada alla disfunzione prima e alla malattia dopo.

L'energia è prima della struttura, la forza vitale "costruisce" la forma: questo è ciò che il medico trascura sistematicamente. Basti considerare, per esempio, un diabetico insulino-dipendente: l'insulina somministrata dall'esterno è un tutore a volte indispensabile che però finisce per bloccare per sempre la residua capacità produttiva delle isole di Langherans, non evitando in tutto questo al paziente i danni a lungo termine del diabete, poiché questo tipo di regolazione glicemica non sarà mai fisiologica, non potendo sostituire i normali feed-back.

Questo libro è il primo di quattro volumi, con i quali cercheremo di esporre chiaramente questa modalità innovativa di utilizzo dell'alimento in ambito nutrizionale come in quello terapeutico. Con il fine, forse ambizioso, di poter proporre una terapia anche nei casi in cui la via farmacologica è preclusa.

Data la complessità dell'argomento, l'esposizione, come l'apprendimento, non può che avvenire per gradi. In questo volume, quindi, si affronterà un primo livello di conoscenza diviso in due parti. La prima riguarderà le regole nutrizionali fondamentali per salvaguardare la salute attraverso lo stimolo delle funzioni dei vari apparati, la seconda parte tratterà a livello generale quegli argomenti che saranno approfonditi nei volumi successivi e nelle monografie, proponendo qualche soluzione di immediato utilizzo al fine di poter sperimentare subito la validità del metodo.

Poiché lo strumento terapeutico in Bioterapia Nutrizionale è rappresentato solo dagli alimenti, il secondo volume tratterà esclusivamente di questi ultimi e delle loro associazioni. In particolare, per ognuno di essi si studieranno anche le modalità di cottura e l'impatto sui vari organi ed apparati.

Nel terzo volume verranno affrontate in modo esauriente le patologie e il modo di gestirle in Bioterapia, mentre nel quarto saranno affrontate le difficoltà cliniche "sul campo", con tutte le implicazioni.

A parte, e con tempi diversi, cercheremo di rendere disponibili delle monografie su singole patologie.