



Associazione di promozione sociale
“villa Bembo”

Vendita diretta di arte, cultura, salute, sport

“il gentil’uomo grande utilità e consolatione caverà dalle case di villa dove il tempo si passa in vedere e ornare le sue possessioni e con industria e arte dell’agricoltura accrescer le facultà dove anco per l’esercitio che nella villa si suol fare a piedi e a cavallo il corpo agevolmente conserverà la sua sanità e robustezza e dove finalmente l’animo stanco delle agitazioni della città prenderà molto ristauo e consolatione e quietamente potrà attendere agli studj delle lettere e alla contemplatione”

Andrea Palladio, I quattro libri dell’ architettura. Venezia 1581



villa BEMBO

ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE

Calendario incontri autunno 2017

sabato 23 settembre ore 20.45
Sala Convegni v. Prov. Nord 2 Cazzago di Pianiga

TOSSINE: alimentari, metaboliche, ambientali, culturali, spirituali

Mauro Hartsarich

sabato 14 ottobre ore 20.45
Sala Convegni v. Prov. Nord 2 Cazzago di Pianiga

OMEOPATIA IN PIAZZA: chi la conosce la utilizza, chi non la conosce la denigra

Ennio Caggiano Anna Paola De Lazzari Ahmed Khan Rajia

sabato 25 novembre ore 20.45
Sala Convegni v. Prov. Nord 2 Cazzago di Pianiga

TIP TAP TO TIP CIP CIOP BLA BLA ... : sigle, parole, fatti e misfatti

Mario Brusamolín

sabato 16 dicembre ore 20.45
Sala Convegni v. Prov. Nord 2 Cazzago di Pianiga

LE PENE DEL PENE: storia di un organo in crisi, crisi di un organo che ha fatto la storia

Ennio Caggiano

INGRESSO LIBERO E GRATUITO

Si ringrazia il Comune di Pianiga per il patrocinio

Introduce le conferenze il dott. Ennio Caggiano

TOSSINE: tossine alimentari, tossine metaboliche, tossine ambientali, tossine culturali, tossine spirituali

Ci sono tossine fisiologiche e meccanismi di depurazione fisiologici che se ne occupano. Per tutte le altre tossine bisognerebbe non produrle, ma visto che ora mai ci sono, nel corso della serata illustriamo alcuni metodi per ridurle e neutralizzarle.

OMEOPATIA IN PIAZZA: chi la conosce la utilizza, chi non la conosce la denigra

E' in corso una sterile diatriba tra i sostenitori dell'omeopatia e i difensori della medicina ufficiale. Tema del contendere è se l'acqua fresca, come la chiamano i sostenitori della scienza ufficiale, può curare le malattie. A parte che un bel bicchiere di acqua fresca non ha mai fatto male a nessuno, come possono invece fare talvolta pochi milligrammi di farmaco chimico, cercheremo di darvi alcune indicazioni, informazioni e istruzioni per capire quando è il caso di ricorrere all'omeopatia e quando è invece il caso di lasciar perdere.

TIP TAP TO TIP CIP CIOP BLA BLA ... : dietro alle sigle si sono le parole, e dietro alle parole e ci sono i fatti, ma prima di tutto ci sono gli interessi! Di chi?

Gli interessi economici e quelli ambientali non sono mai andati d'accordo e adesso il divario sta compromettendo anche il profitto di chi ci speculava. Forse, con meno arroganza, meno avarizia, meno ignoranza e più buon senso, potremo farli coincidere?

LE PENE DEL PENE: storia di un organo in crisi, crisi di un organo che ha fatto la storia

Il termine c...o è usato frequentemente e disinvoltamente nella lingua parlata come un intercalare con funzione emotiva per rendere una espressione colorita o enfatica. Nel corso della serata ripercorreremo con ironia la storia di questo organo illustrandone i pregi e i difetti, de scrivendo il ruolo che ha avuto nella società, nell'arte, nella storia, nella salute e nell'evoluzione dell'uomo. L'argomento è riservato ad un pubblico adulto e privo di pregiudizi.

Sabato 23 settembre 2017

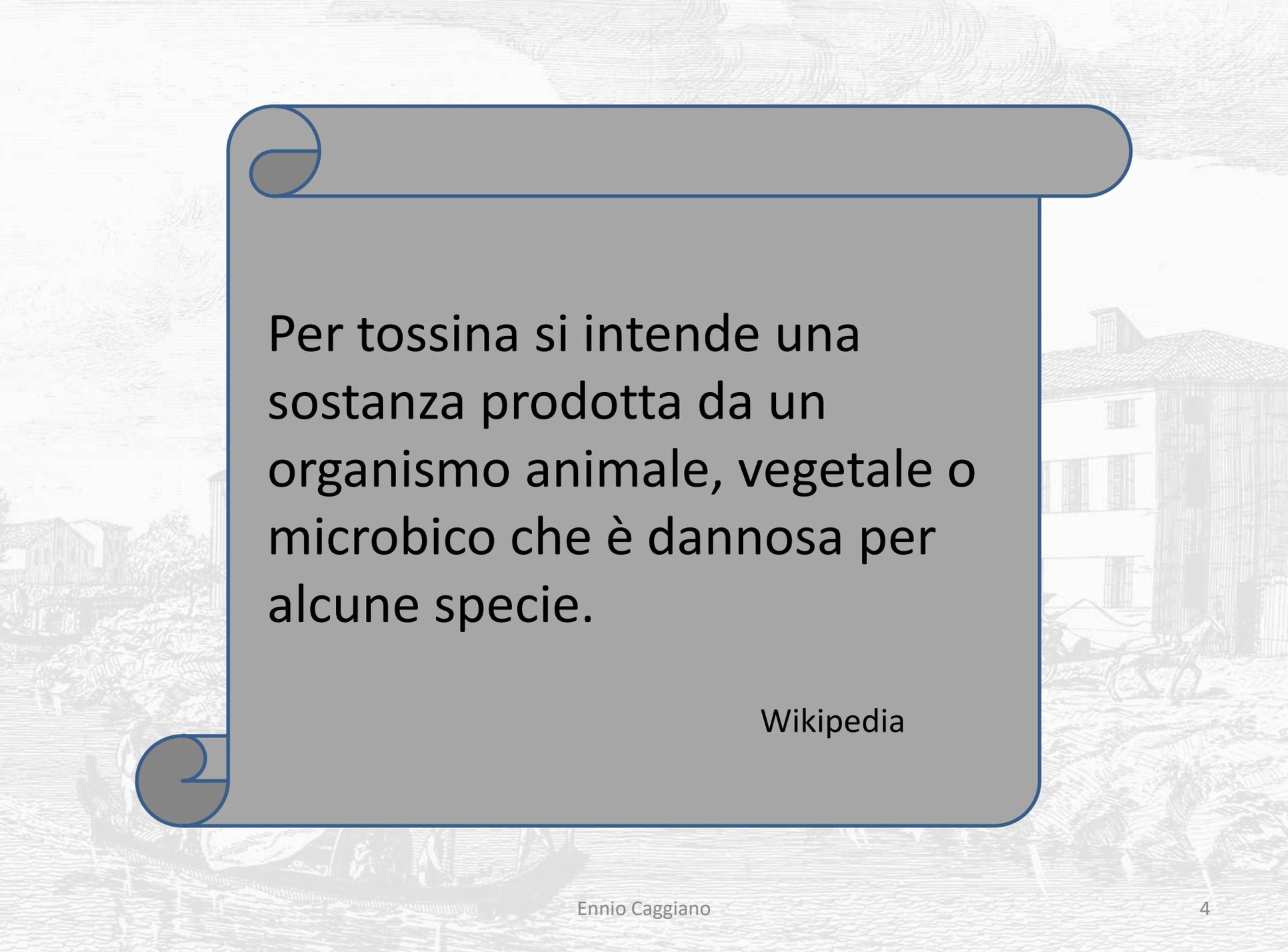
Sala Convegni
Via Provinciale Nord 2 Pianiga

a.p.s. Villa Bembo

presenta

TOSSINE
alimentari, metaboliche,
ambientali, culturali, spirituali...

Mauro Hartsarich

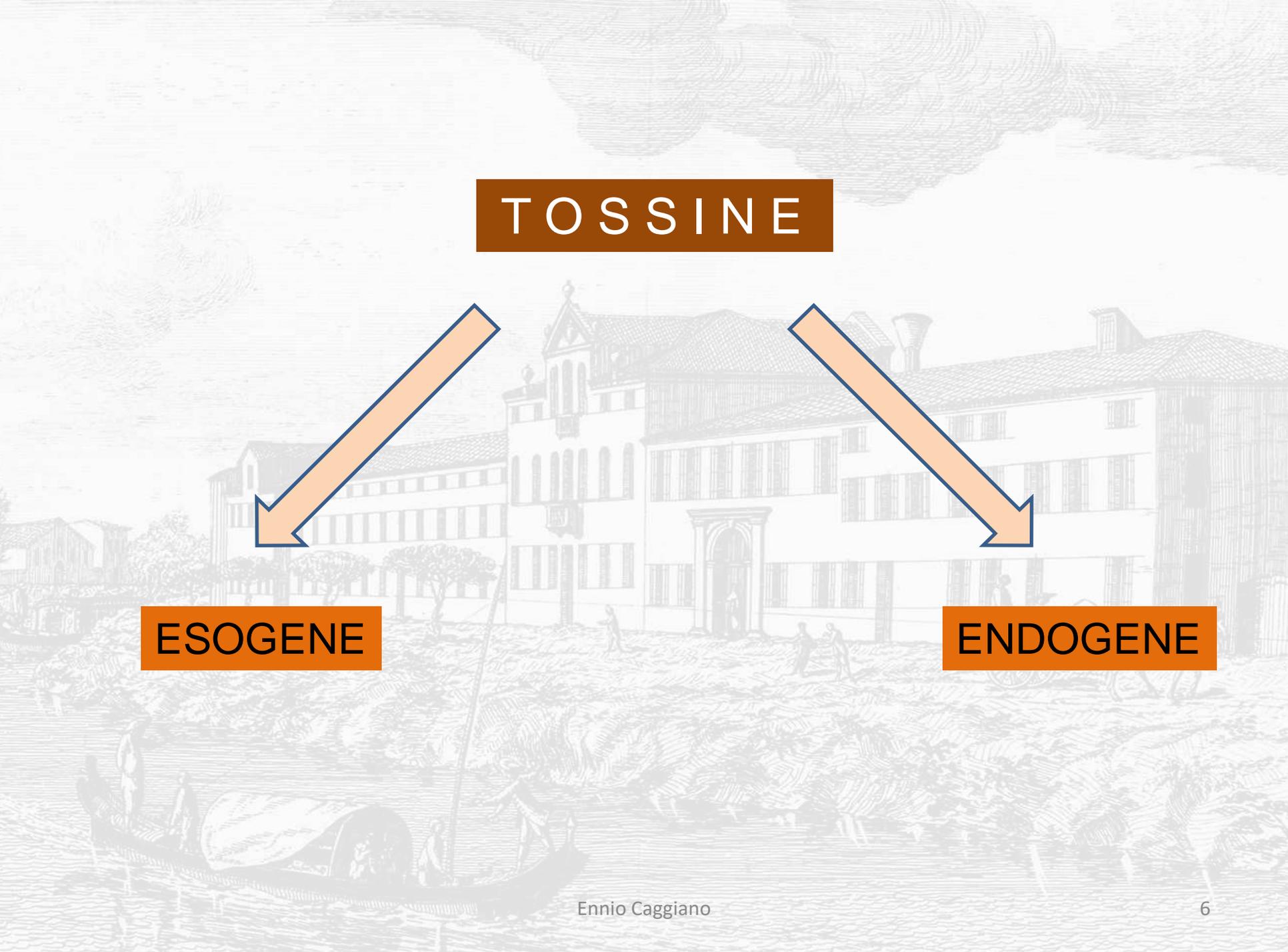
The background of the slide is a detailed black and white line drawing of a village scene. In the foreground, a boat is docked at a pier. In the middle ground, there are several buildings, including a large one with a chimney. In the background, there are more buildings and a landscape with trees and hills. The drawing is done in a fine-line, etched style.

Per tossina si intende una sostanza prodotta da un organismo animale, vegetale o microbico che è dannosa per alcune specie.

Wikipedia



Oggi parliamo delle conseguenze, non delle cause!



TOSSINE

ESOGENE

ENDOGENE

Inquinamento
atmosferico
polveri sottili

Inquinamento del suolo
pesticidi, diserbanti,
fertilizzanti

Inquinamento
dell'acqua
PFAS ...

Radiazioni
Naturali
radon buco dell'ozono

**TOSSINE
ESOGENE**

Inquinamento
terapeutico
farmaci, vaccini

Inquinamento
elettromagnetico
elettrodotti telefonini

Inquinamento
alimentare
additivi, coloranti,
conservanti

...Non è quel che entra nella bocca che contamina l'uomo; ma quel che esce dalla bocca, ...

Pietro allora prese a dirgli: Spiegaci la parabola.

E Gesù disse: Siete anche voi tuttora privi d'intendimento?

Non capite che tutto quello che entra dalla bocca va nella pancia e finisce nella fogna?

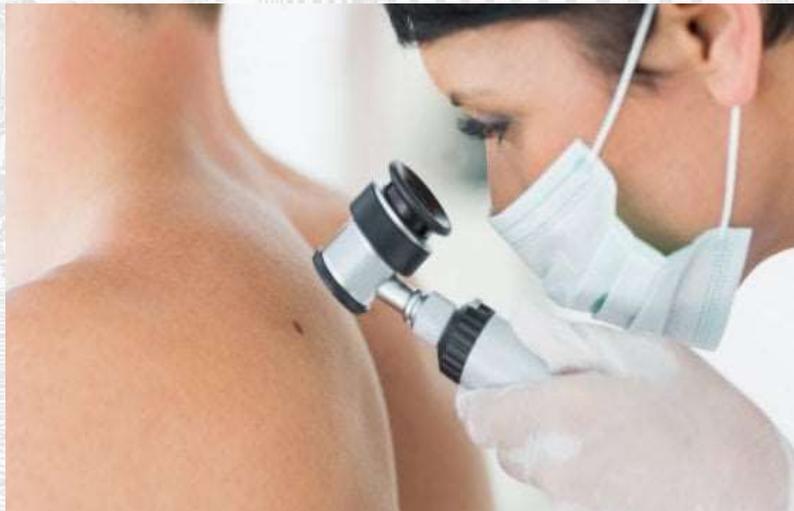
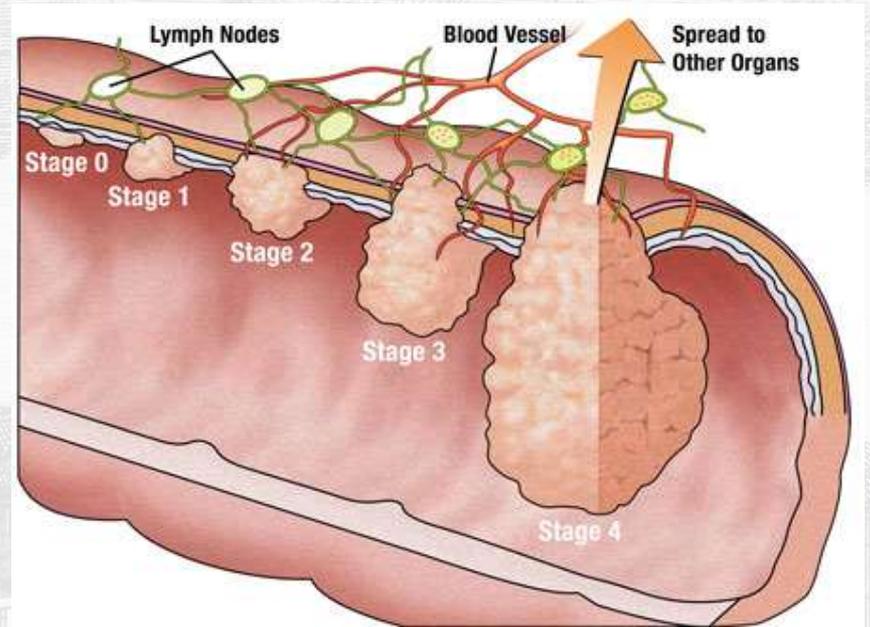
Ma quel che esce dalla bocca viene dal cuore, ed è quello che contamina l'uomo.

Poiché dal cuore vengono pensieri malvagi, omicidi, adulteri, fornicazioni, furti, false testimonianze, diffamazioni.

Matteo 15:11-21

Gesù parlava così perché ai suoi tempi ci si nutriva di noci, fichi secchi, vino, pane integrale, olio d'oliva e formaggio di pecora.

Se vedesse cosa mangiamo noi oggi avrebbe cambiato parabola!



Ci sarà pure un motivo se i cancri del polmone, del colon e della pelle sono in aumento

NON VEDO D A TUTTI
...L'ADSL, DOVE NON C'È.

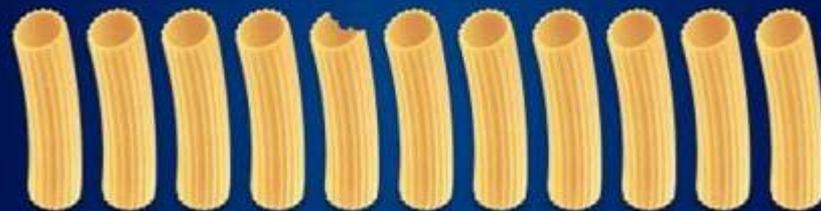


CONNETTI
TODAY
800-82 12 96

NON GUARDO



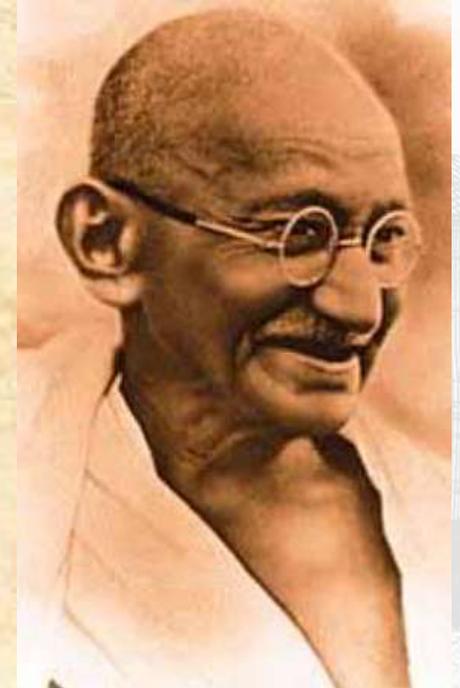
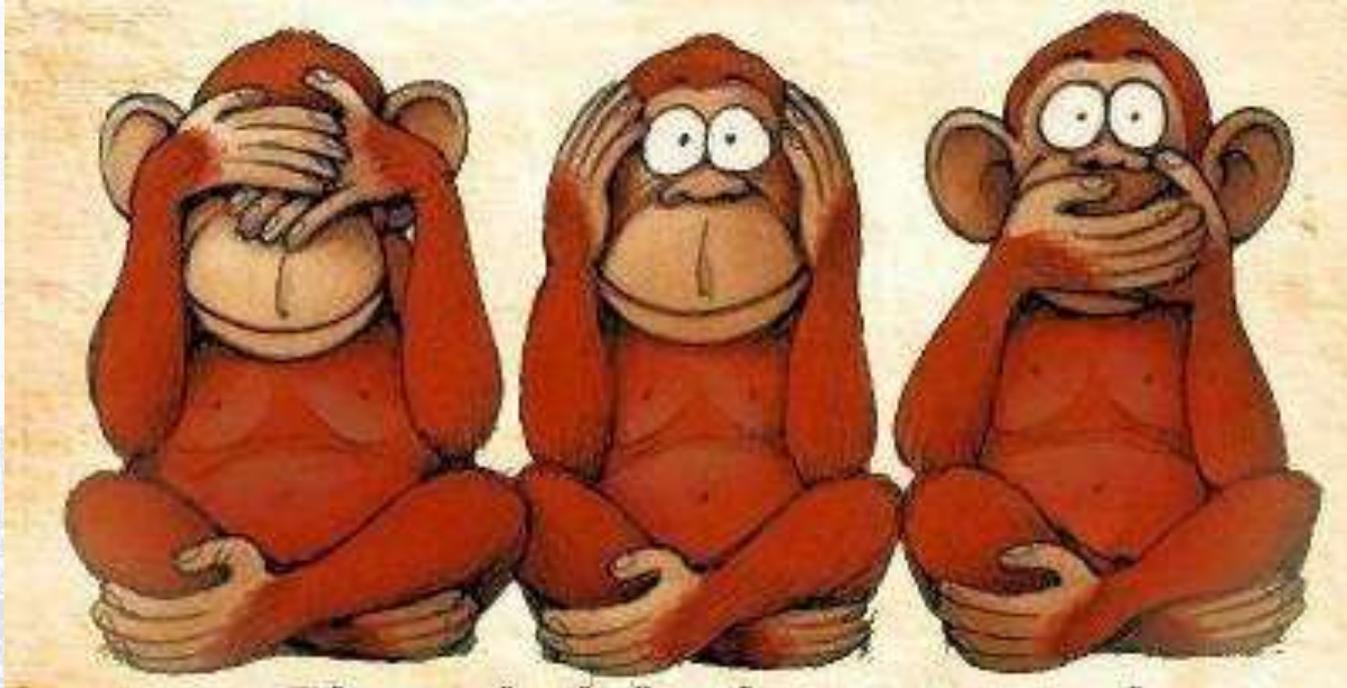
BENTORNATI
A CASA!



NON LEGGO

MA MANGIO

non vedo non parlo non sento



non guardo il male non dico il male non ascolto il male



*Dove sarà il cadavere
là si raduneranno anche gli avvoltoi*
San Luca 17, 26-37



*Dove sarà la malattia
là si raduneranno anche i medici*
dott. Mouse 2017

Una volta i medici seguivano le malattie, oggi le precedono.



TOSSINA

Mauro Hartsarich 346,8339577 mhartsaric@gmail.com



ARKAIOS

Con il termine

TOSSINA

**qualsiasi sostanza introdotta
nell'organismo in grado di mediare un
danno alla salute dell'essere umano.**

Dr.Reckeweg

PERCHE' ABBIAMO BISOGNO DI ELIMINARE LE TOSSINE?

- **Una esposizione quotidiana di basse dosi si accumula nel nostro corpo nel corso del tempo.**
- **Attraverso l'acqua**
- **Attraverso l'aria**
- **Attraverso il cibo che mangiamo**
- **Nelle biotrasformazioni del nostro organismo**

TOSSICITA'



- dalla sua concentrazione
- dalla durata dell'esposizione dell'organismo alla sostanza, quindi
 - dalla velocità dell'assorbimento e quantità di materiale assorbito,
- dalla distribuzione nell'organismo e localizzazione in particolari distretti,
- dall'efficienza della biotrasformazione e natura dei metaboliti,
- dalla capacità della sostanza o dei suoi metaboliti di giungere in contatto con particolari strutture cellulari (DNA),
- dalla quantità e durata dell'immagazzinamento della sostanza o di suoi metaboliti nell'organismo.
- dalla velocità e sito di escrezione.

TOSSINA



ENDOGENA

ESOGENA

Esogene



ENDOGENE

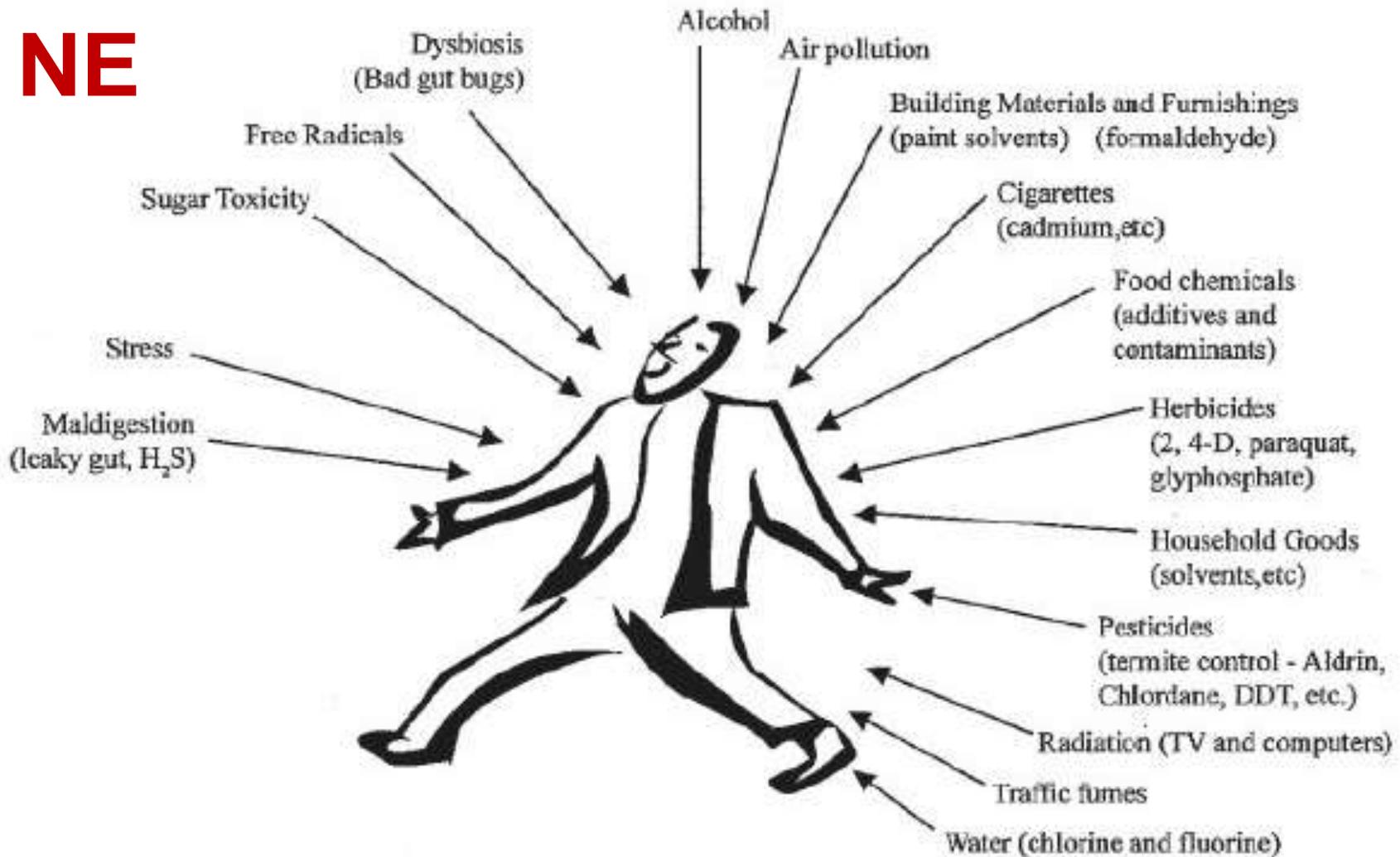


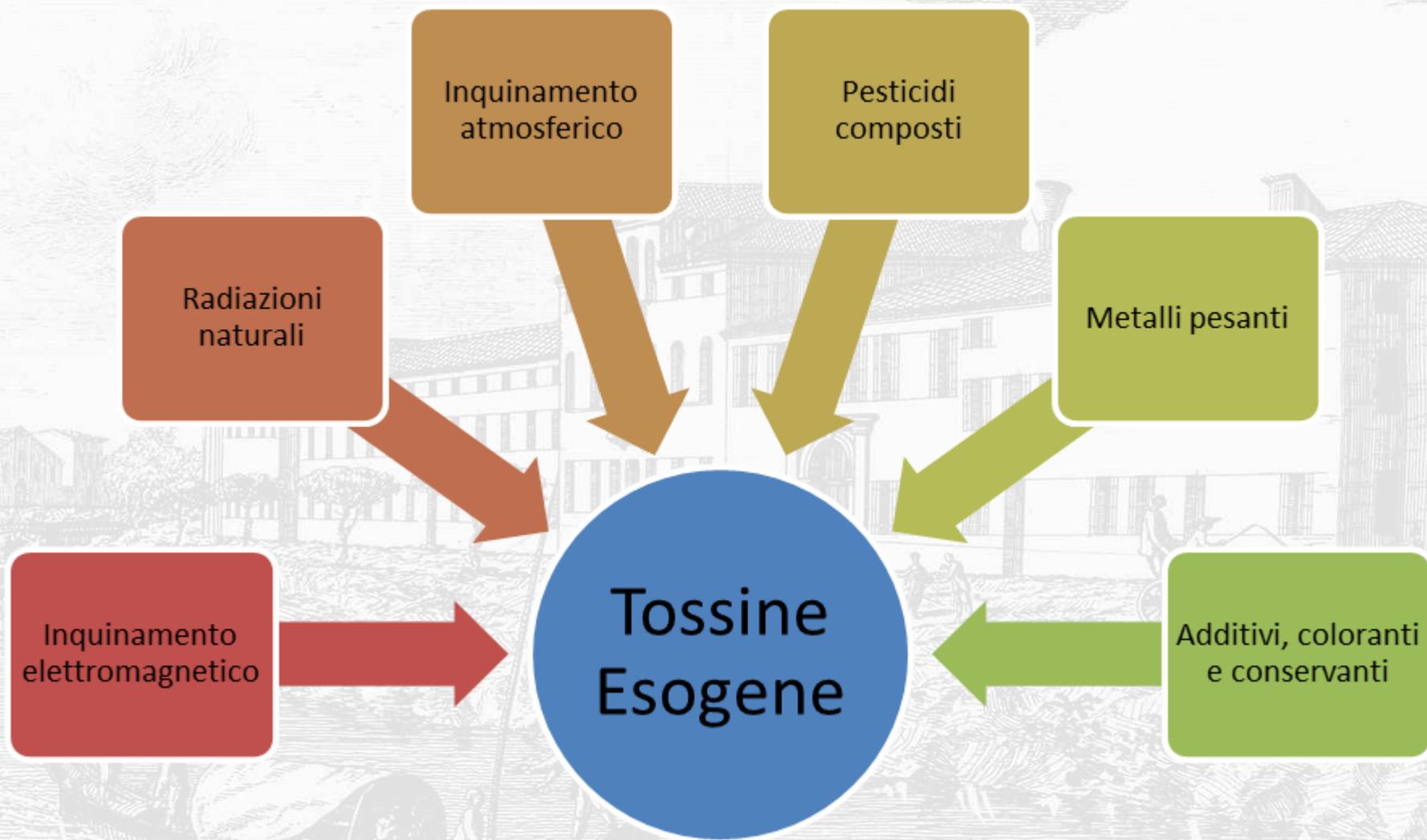
Endogene - prodotte dal nostro organismo nel corso del metabolismo (ac. urico, istamina, urea, colesterolo etc.) soprattutto se prodotte in eccesso (in dosi normali le stesse sostanze svolgono suoli fisiologici).

-

ENDOGENE

EXOGENE



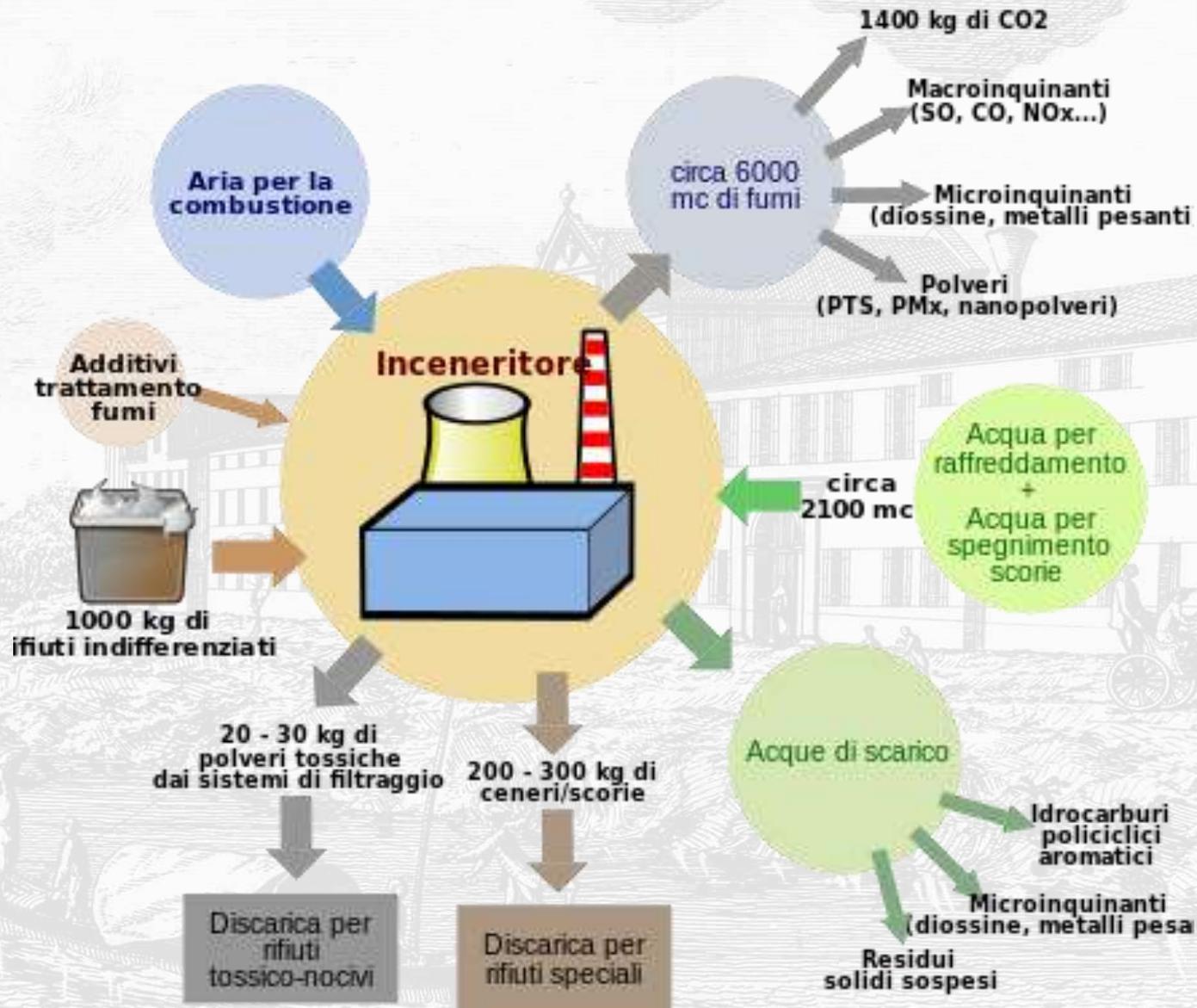


ESPOSIZIONE A XENOBIOTICI



Dalla seconda guerra mondiale tra 75.000 a 80.000 nuove sostanze chimiche di sintesi sono state rilasciate nell'ambiente: meno della metà sono stati testati per potenziale tossicità per l'uomo





TOSSINE ESOGENE



Si definisce con il termine **xenobiotico** (*dal greco composto da ξένος -η -ον "xènos -e -on" = straniero e βίος "bìos" = vita*) una molecola di qualsiasi tipo, di origine naturale o sintetica, estranea a un organismo .Fortemente **LIPOFILI**.

ERBICIDI

PESTICIDI

TOSSINE ESOGENE



- **Composti organici volatili**
- **Solventi & detergenti**
- **Metalli tossici**
- **Plastica**
- **Bitumi & catrami**
- **Residui inquinanti di combustioni e incenerimenti.(smog)**
- **Additivi alimentari & Residui di lavorazione**
- **Addittivi cosmetici**
- **Farmaci**

DIOSSINA

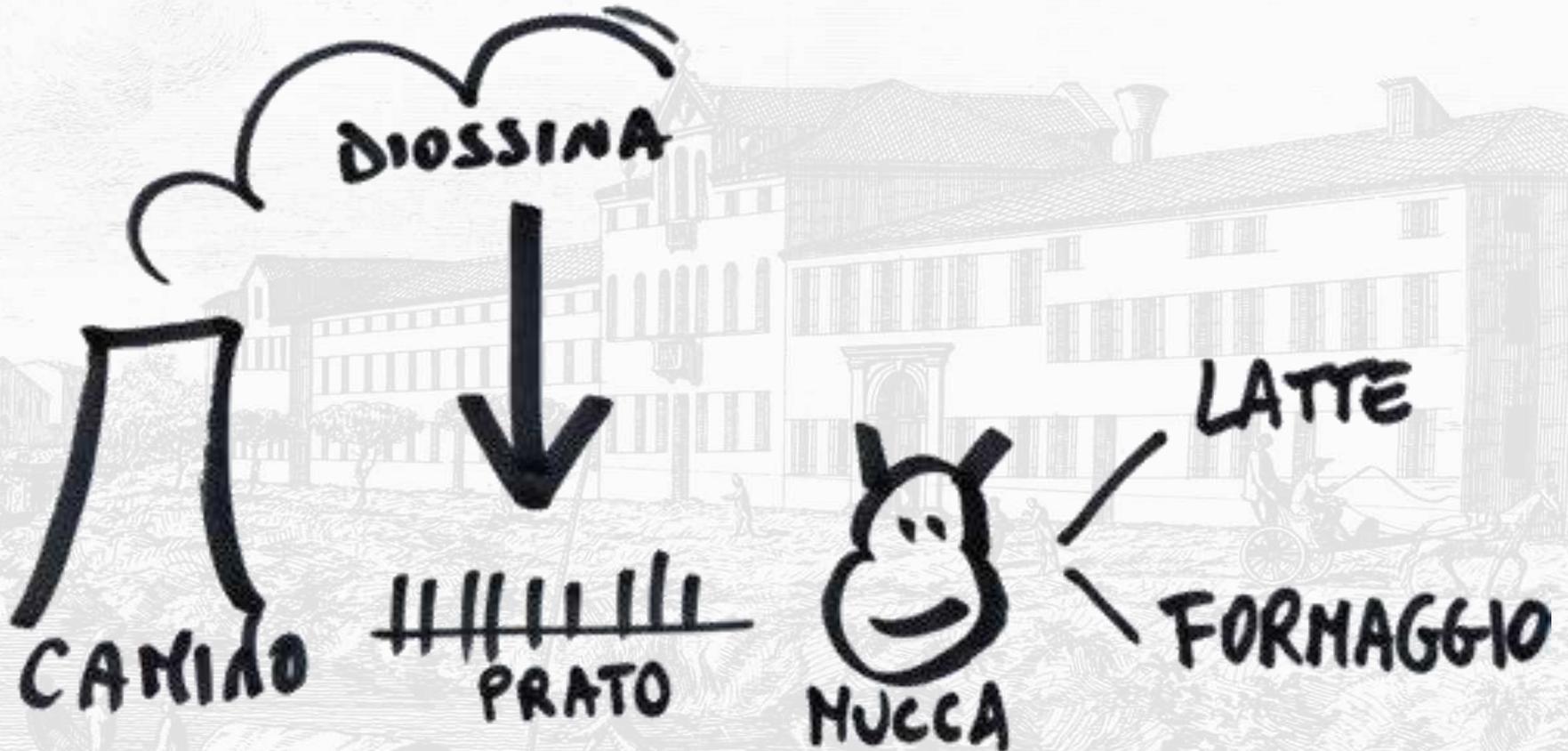


- **Prodotta da incenerimento e combustione**
- **Prodotto da fabbricazione di prodotti contenenti cloro come pesticidi e conservanti del legno e lo sbiancamento della carta.**
- **Si accumula nel tessuto adiposo umano e animale .**
- **Diminuisce T4 e T3, e il testosterone.**
- **Diminuisce la secrezione estrogenica e antiestrogenica**
- **Le Diossine hanno bisogno di 7 anni per ridurre la loro concentrazione negli esseri umani di circa la metà**

DIOSSINA



DIOSSINA



- **Pesci grassi concentrano PCB e diossina, che possono compromettere la memoria e l'apprendimento negli adulti.**
- **Anche se i pesci grassi sono una buona fonte di acidi grassi omega-3 lo sono così tofu, olio di soia, olio di cannabis, olio di girasole e olio di semi di lino.**

PCB (Policlorobifenili)



Sono caratterizzati da una bassa solubilità in acqua e da una bassa volatilità. Sono inoltre tutti molto solubili in sostanze idrofobe come oli e grassi

- **Usati come refrigeranti , lubrificanti, per l' isolamento di apparecchiature elettriche, nelle vernici, nelle plastiche, nei coloranti e nella gomma. Legno e materie plastiche a base non infiammabile.**
- **Si accumula nel grasso umano, presenti nella catena alimentare e si trovano nei fiumi e laghi.**
- **Stessi effetti di diossina ,bambini sotto peso alla nascita, ritardi dello sviluppo neurologico, basso quoziente intellettuale, indebolimento del sistema immunitario . Alcuni si comportano come estrogeni.**

PCB (Policlorobifenili)

FONTI E VIE DI ESPOSIZIONE PER L'UOMO



Bisphenolo-A



- **Questo composto si trova nella plastica e nel policarbonato. Utilizzato nella produzione di compact disc, bottiglie di plastica, rivestimento delle lattine per alimenti in metallo, e sigillanti dentali.**
- **Influenza il metabolismo degli estrogeni legando con i recettori ER Estrogenici del seno favorendo la degenerazione cellulare.**
- **Diminuisce il numero di spermatozoi, aumenta le dimensioni della prostata**

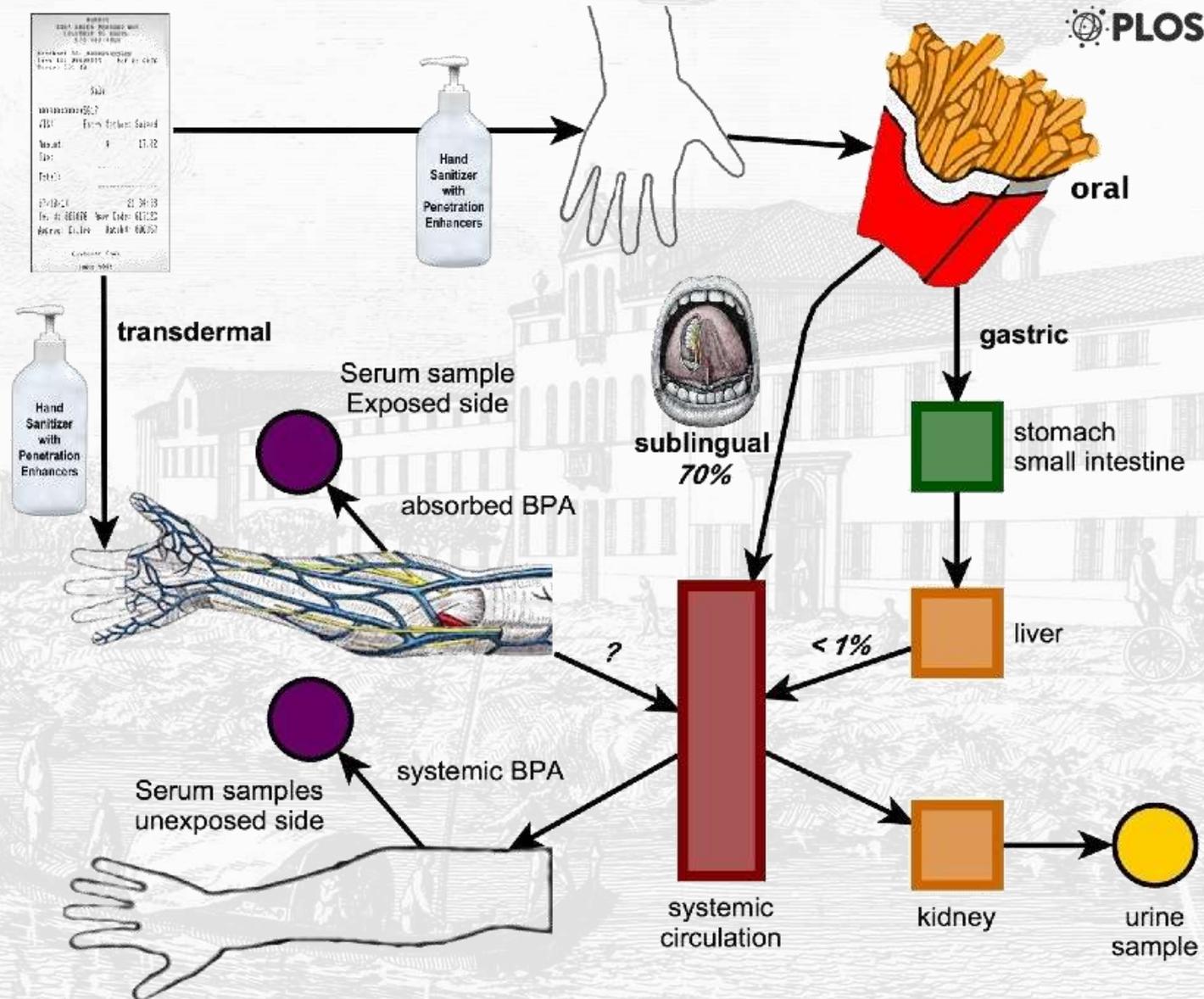
Bisphenolo-A



Bisphenolo-A



PLOS



DDT ED I SUOI METABOLITI



- **Un insetticida per uso agricolo e contro le zanzare**
- **Lega con i recettori cellulari per gli estrogeni nelle cellule delle ghiandole mammarie inducendo la loro degenerazione.**
- **Blocca la lattazione**
- **Induce nascite premature**
- **DDE (metabolita) è un antagonista degli androgeni e porta alla femminilizzazione del feto di sesso maschile.**

DDT ED I SUOI METABOLITI



DDT ED I SUOI METABOLITI



"DDT is good for me-e-e!" ♪♪



Ftalati



- **Additivo per materie plastiche PVC rendere morbida, flessibile e resistente. (giocattoli)**
- **Supporto per tappeti, vernici, colle, insetticidi, lacca, e smalto**
- **L'esposizione prenatale induce serie deformazioni nello sviluppo genitale maschile.**
- **Supprimono il processo di ovulazione nella donna.**

Ftalati



Eczema

Riniti

Allergie

Asma

Sviluppo precoce del seno

Parto prematuro

Obesità

Insulino Resistenza

Disfunzioni Tiroidee

Ridotta distanza ano-genitale

Bassa Motilità Spermatica

**Bassa Conta
Spermatica**

Ritenzione dei testicoli

Ipospadia



NON BISOGNA DIMENTICARE.....



- **1. Solventi**
- **2. Parabeni.**
- **3. Formaldehyde.**



ACQUA



- **Tipi di sostanze inquinanti dell'acqua sono**
- **Solventi**
- **Pesticidi/erbicidi**
- **Metalli pesanti**
- **Nitrati provenienti da acque reflue e fertilizzanti**
- **Ormoni**
- **Chloroformio**

ACQUA



75%



55-60%

L'ACQUA è il componente principale degli organismi viventi (70% circa del peso), è un elemento dietetico indispensabile, la cui CARENZA conduce ad effetti **DANNOSI** ancor più rapidamente che la carenza alimentare

FABBISOGNO IDRICO AL GIORNO

70-80 ml/kg/die (10-12 anni)

50 ml/kg/die (adulto)

ACQUA



ARCAIOS



L'importanza dell'acqua per il corpo umano

75%

- Regola la temperatura corporea
- 75% del cervello
- Trasporta l'ossigeno e i nutrienti alle cellule
- 83% del sangue
- Aiuta la respirazione e
- Elimina le tossine
- Aiuta a trasformare il cibo in energia
- 22% dello scheletro
- 75% della massa muscolare
- Aiuta il corpo ad assorbire i nutrienti
- Lubrifica le articolazioni
- Protegge gli organi

ALTRE CAUSE SONO....

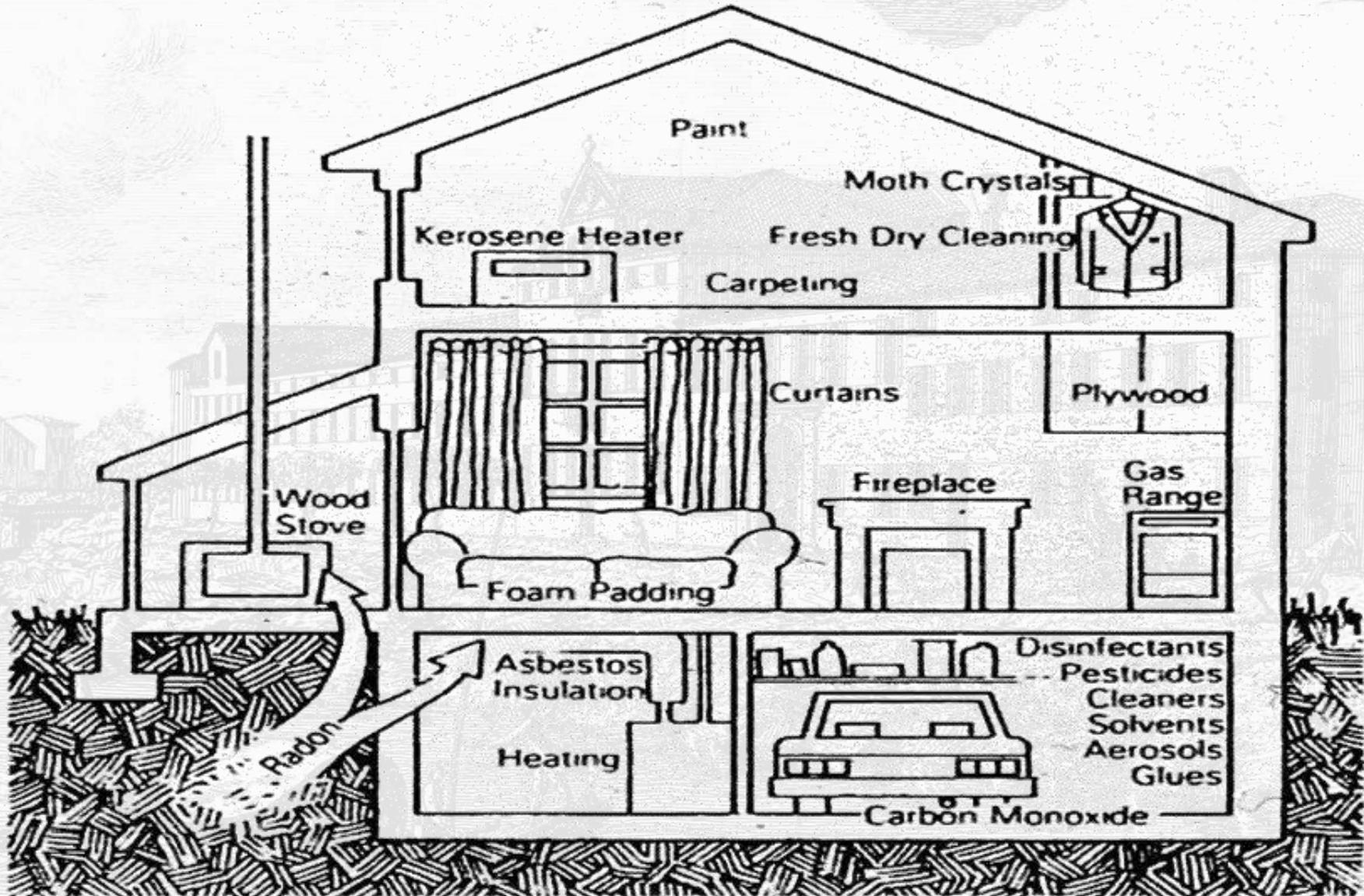


- **Shock organico**
- Geopatie dovute a nodo di Hartmann e/o di Curry, minerali o acqua sotto la casa, ecc.
- Presenza di metalli pesanti: mercurio (le amalgame color argento ne contengono almeno il 52%).
- Alluminio (da uso delle pentole di alluminio).
- **Stress: l'affaticamento generale esagerato conduce facilmente a condizioni pre-patologiche e invecchiamento prematuro.**
- Uso di cibi contenenti coloranti, conservanti, pesticidi, ormoni steroidei.
- Uso indiscriminato di antiacidi, lassativi, antibiotici.
- Utilizzo di corticosteroidi, estroprogestinici.

DOLCE CASA....



ARKAIOS



INQUINANTI INTERNI



- 1. Gli acari della polvere, muffe, peli di animali domestici, e microbi**
- 2. Amianto, piombo, il radon**
- 3. I prodotti di consumo-solventi, sintetici**
- 4. Il fumo passivo.**
- 5. La formaldeide (schiuma isolante, colle per legno e moquette, vernici, conservanti)**
- 6. DETERSIVI**

FUMO



- **Il fumo prodotto dalle combustioni produce prodotti chimici come :**
- **stirene, toluene, xileni, etilbenzene, formaldeide ,1,3-butadiene .**
- **Il benzene è una tossina che aggredisce il midollo osseo, sospetto responsabile del mieloma , linfoma non-Hodgkin .**
- **I figli dei fumatori muore di leucemia tre volte più spesso dei figli di genitori che non fumano.**







TOSSINE ENDOGENE



- **TOSSINE INTESTINALI DA**
 - Batteri
 - Parassiti
 - Lieviti
- Metaboliti intermedi di biotrasformazione
- Radicali liberi

Meccanismi generali di azione degli inquinanti

- Alterazione o distruzione della struttura cellulare
- Reazione chimica con biomolecole
- Inibizione enzimatica
 - inattivazione di un cofattore
 - competizione con un cofattore
 - inibizione competitiva
 - effetto di metaboliti tossici
- Reazioni secondarie
 - riposte allergiche
- Reazione mediate da radicali liberi
- Alterazione di funzioni riproduttive (endocrine disruption)

SINTOMI DA TOSSINE



- Cefalea
- Candida
- Gas
- Acne
- Fatica
- Stitichezza
- Infertilità
- Alterazioni del polso
- Artrite
- Fame costante
- Ronzii auricolari
- Hyperactivity
- Allergie
- Meteorismo
- Odore corporale
- Dolori e infiammazioni diffuse
- Cancro
- Stanchezza
- Pelle devitalizzata
- Sindrome premestruale
- Mani sudate
- Difficoltà respiratoria
- Invecchiamento precoce
- Obesità
- Irritabilità
- Depressione
- Asma
- Alito cattivo
- Insonnia
- Sinusite
- Vene varicose
- Mancanza di concentrazione

DETOX



PROTEINE

L'eliminazione Metabolica di sostanze chimiche tossiche e farmaci ha dimostrato di essere compromessa da una diminuzione della frazione proteica nella dieta.

**Diminuzione proteine =
diminuzione del fegato attività =
maggiore emivita di tossine**



SISTEMI DI DETOSSINAZIONE



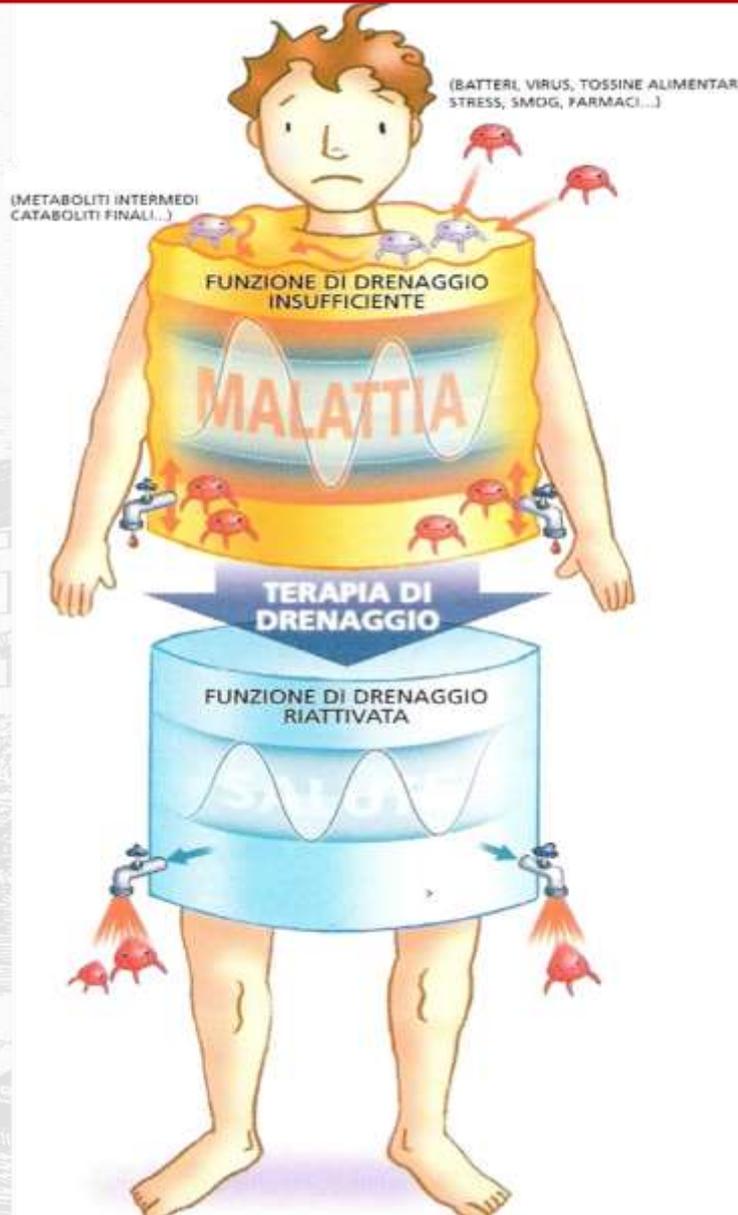
- 1. Epato- gastrointestinale
- 2. Reni vescica ed uretra
- 3. Sistema respiratorio- lpolmoni, gola, bocca
- 4. Sistema linfatico
- 5. Pelle e ghiandole annesse

Prima di iniziare qualsiasi protocollo di detossinazione tutti I sistemi emuntoriali devono funzionare bene

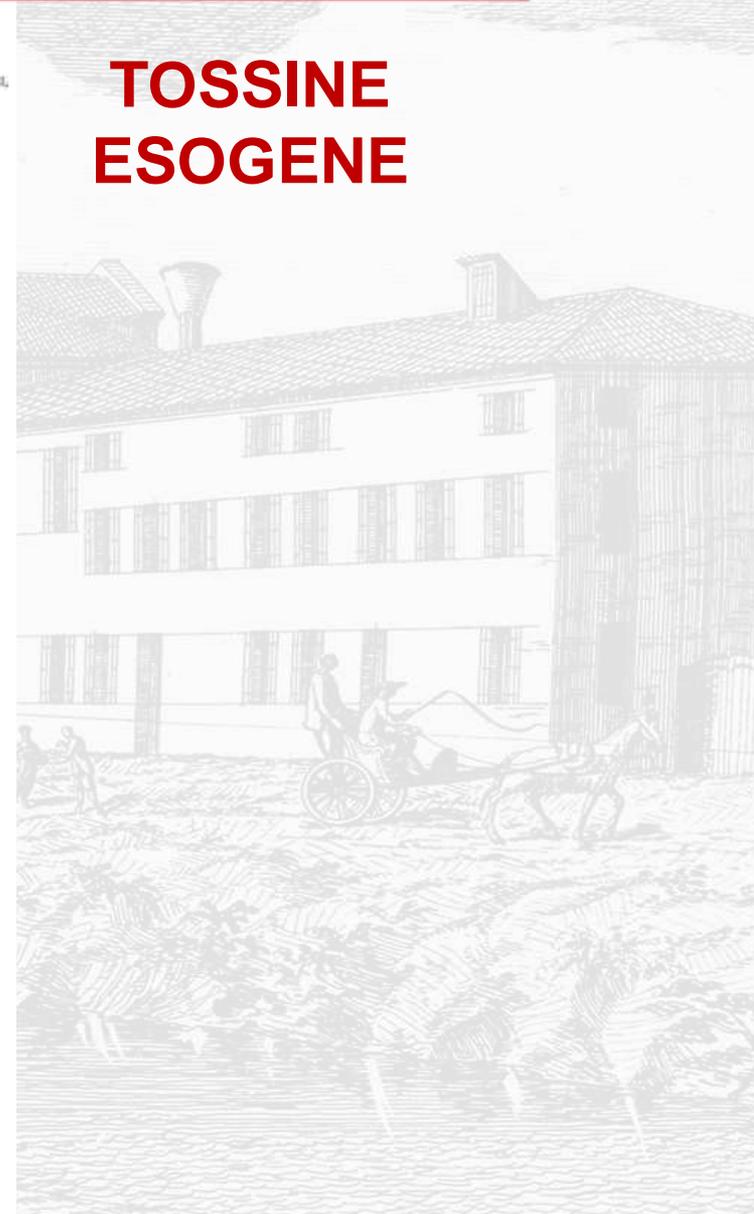
SISTEMI DI DETOSSINAZIONE



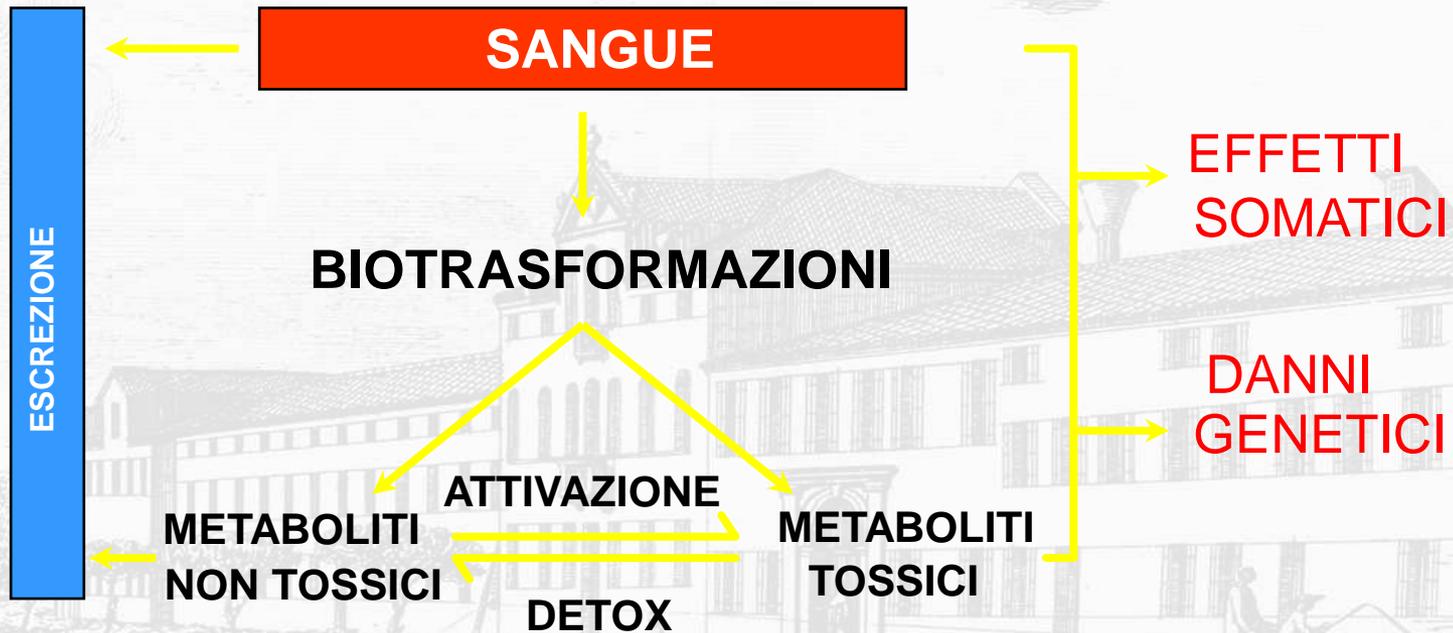
**TOSSINE
ENDOGENE**



**TOSSINE
ESOGENE**



BIOTRASFORMAZIONE



DEFINIZIONE

BIOTRASFORMAZIONE E' LA SOMMA DI TUTTI I PROCESSI CHE TRASFORMANO UNA SOSTANZA IN ALTRE FISIOLGICAMENTE UTILI O DA ELIMINARE COME SOSTANZE TOSSICHE

LE TRE FASI DETOX



- **Fase 1 Biotrasformazione**

Gruppi enzimatici attivano le sostanze con l'apporto di atomi di ossigeno.

- **Fase 2 Coniugazione**

Le sostanze vengono rese solubili in acqua

- **Fase 3 Eliminazione**

Le sostanze metabolizzate vengono eliminate.

LE TRE FASI DELLA DETOSSINAZIONE

FASE

I

FASE

II

FASE

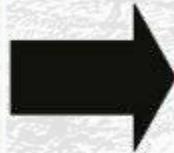
III



TOSSINE

ATTIVE

NON MODIFICATE



TOSSINE

ATTIVE

REATTIVE



TOSSINE

CONIUGATE

POCO REATTIVE

IDROSOLUBILI

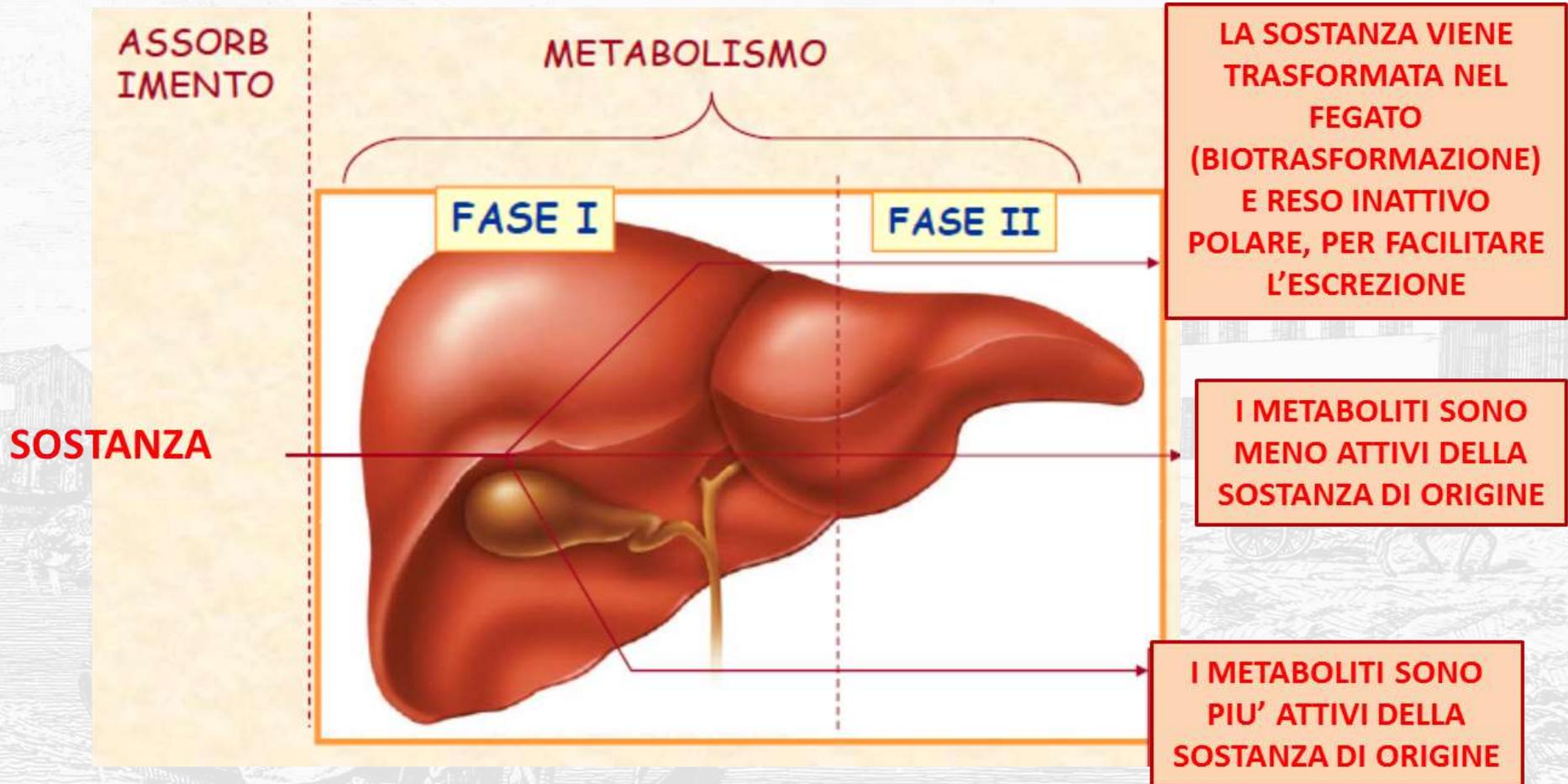
**TOSSINE
ESCREZIONE**

Metabolismo ed escrezione sono interconnessi

- Spesso i composti idrofili sono escreti non modificati, i composti lipofili vengono invece accumulati e rimossi solo se convertiti i metaboliti idrofili
- Le trasformazioni avvengono in genere nel fegato anche se il metabolismo extraepatico (*polmoni e reni* per esempio) svolge una funzione importante.



METABOLISMO EPATICO

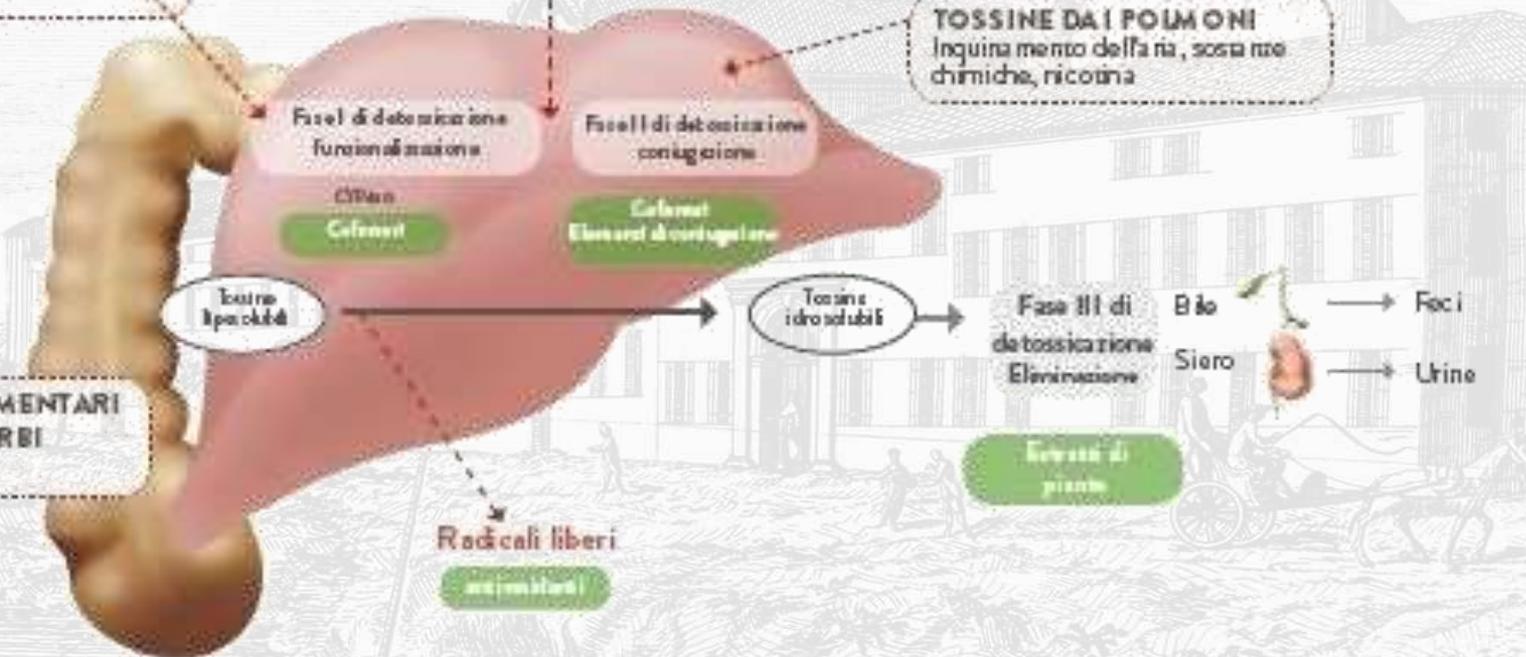


TOSSINE DALL'APPARATO DIGERENTE
pesticidi, coloranti, aromi artificiali, cibi industriali, farmaci

TOSSINE DALLA PELLE
cosmetici, indumenti

TOSSINE DAI POLMONI
Inquinamento dell'aria, sostanze chimiche, nicotina

TOSSINE SUPPLEMENTARI DOVUTE A DISTURBI INTESTINALI



Attività indotta/ accelerata da :

- **Farmaci**
- **Xenobiotici**
- **Tabacco**
- **Fumi**
- **Organofosfati**
- **Alcohol**
- **Indolo-3-carbinolo(Brassicacee)**
- **Ipericina**

Attività inibita da :

- **Aglio**
- **Succo di pompelmo(quercetina)
80%**
- **Arancio**
- **Curcuma (curcumin)**
- **Melograno (acido ellagico)**
- **Te verde(catechine)**
- **Cardo mariano (silymarina)**
- **Crescione**

Supporti nutrizionali per la fase 1

- **Niacina e le vitamine del complesso B**
- **Antiossidanti**
- **Vitamina C**
- **Bioflavanoidi**
- **Zinco, Magnesio, Rame**
- **Molybdeno**

FASE 2 Coniugazioni



- **Coniugazione con Glutathione**
- **Glucoronidazione**
(coniugazione con l'acido glucoronico)
- **Metilazione**
- **Coniugazione a solfato**
- **Acetilazione**
- **Coniugazione con aminoacidi**
(glicina, taurina, glutamina, ornitina, arginina)

FASE 2 Coniugazioni



FAVORITA

Crescione

Tè verde

Fitoestrogeni

D-Limonene

Magnesio

Vit. Complx.B

Carnitina

Carboidrati complessi

INIBITA

Alcohol

Alte dosi di fruttosio

Fumo

Zuccheri semplici

Deficit di cofattori

Stress

DRENAGGIO FEGATO



CORYLUS AVELLANA

gemme →

Insuff.epatica, cirrosi epatica,epatiti

JUNIPERUS COMMUNIS

giovani →

Epatomegalia, Epatossicità,cirrosi.

getti

→

Insufficienza epatobiliare, colica

ROSMARINUS OFFICINALIS

giovani →

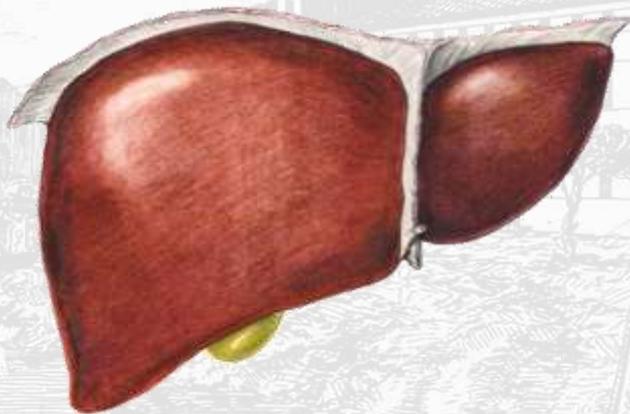
epatica

getti

Allergie,antistaminico, orticaria.

FAGUS SYLVATICA

giovani gemme



BETULA PUBESCENS

gemme

catabolismo

→

JUGLANS REGIA

gemme

cefalea

epatica

SECALE CEREALE

gemme

epatite acuta e

cronica

ACER CAMPESTRIS

→

Discinesia biliare, sabbia

gemme

→

biliare

FRAXINUS

EXCELSIOR

Ingorgo epatico e biliare.

gemme

PROCESSI DI ELIMINAZIONE



- Eliminazione renale
- Escrezione biliare (fegato)
- Altre vie o fluidi
 - Intestino
 - Polmoni
 - Sudore
 - Saliva
 - Latte
- Gli stessi meccanismi che regolano l'assorbimento regolano anche l'escrezione.

Smaltimento dei rifiuti

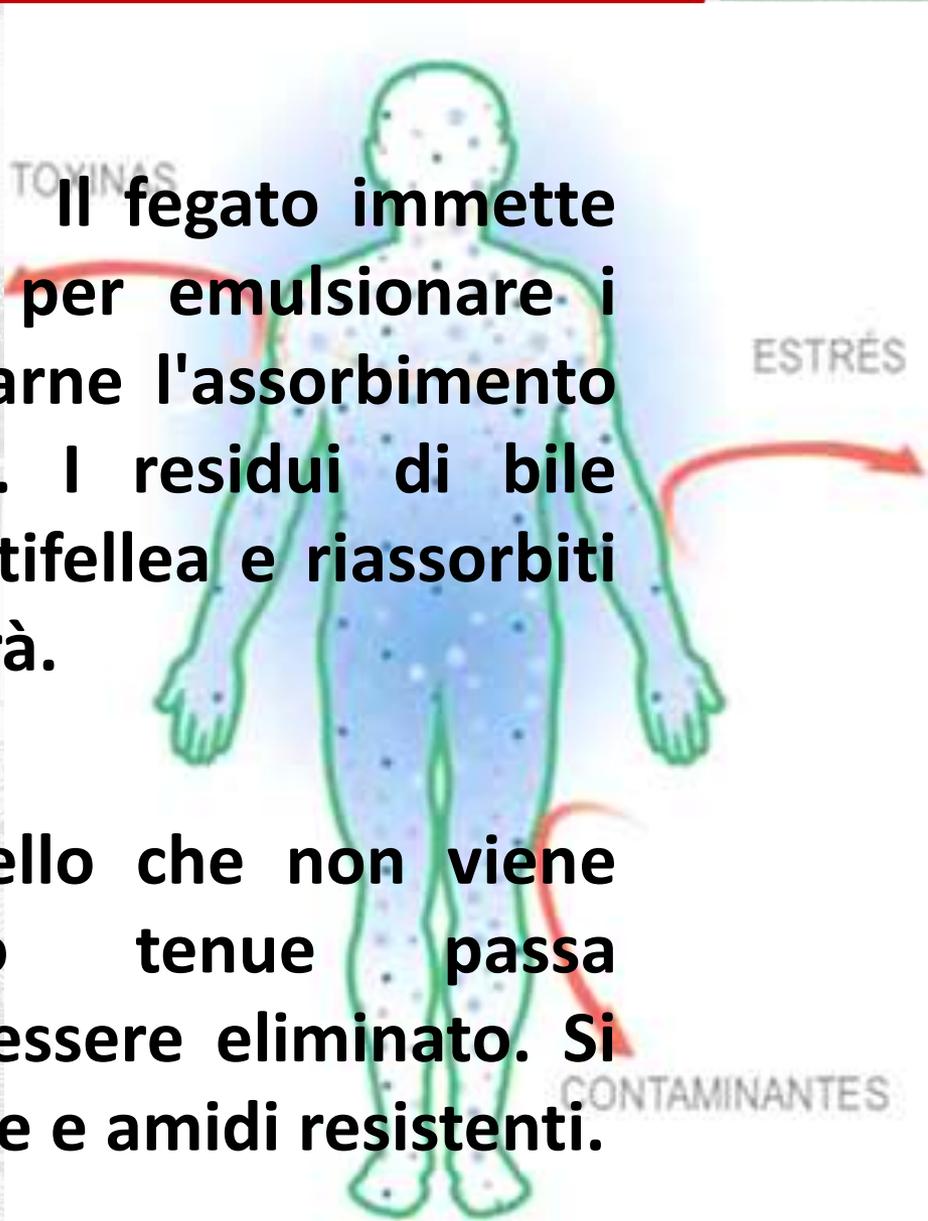
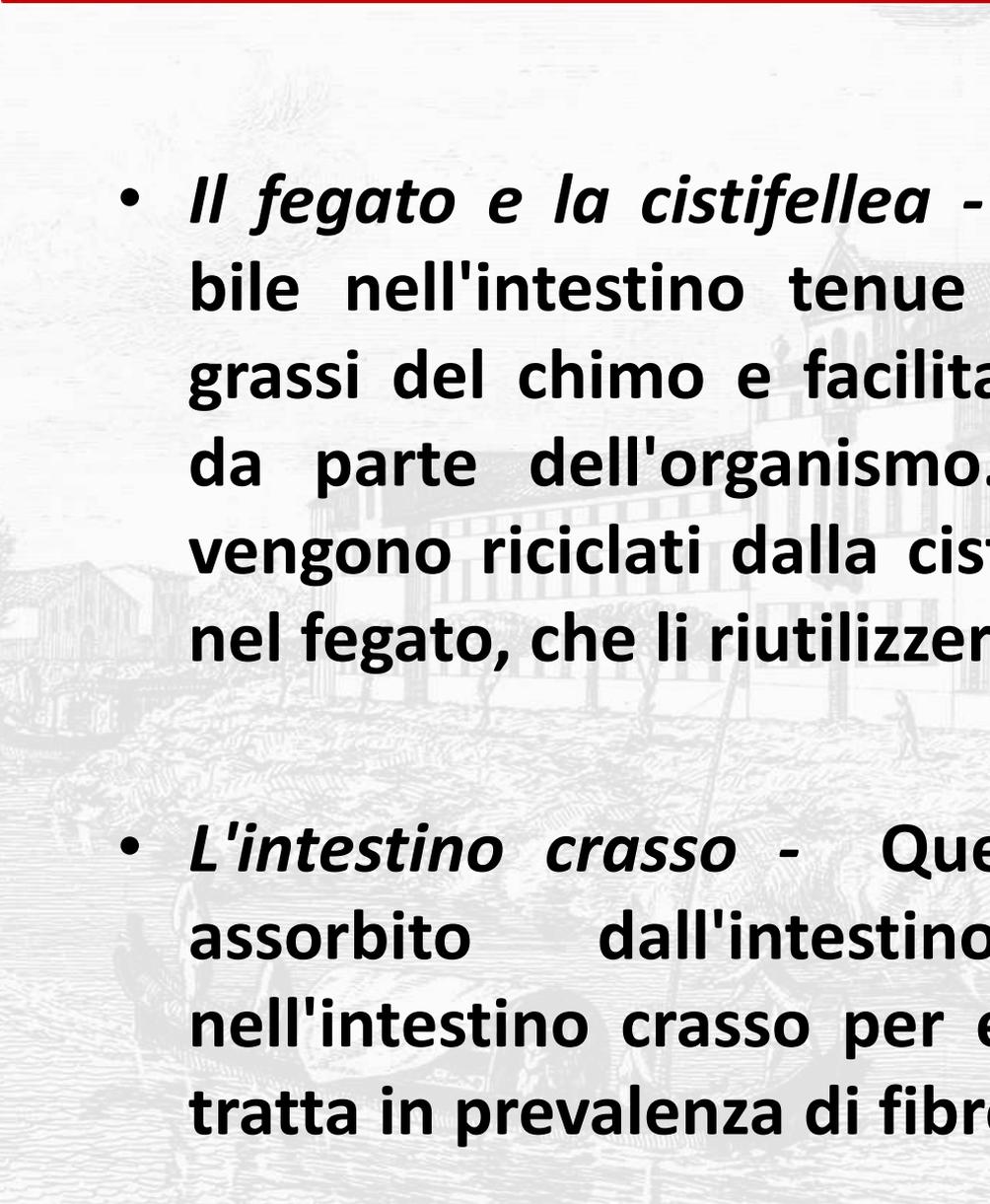


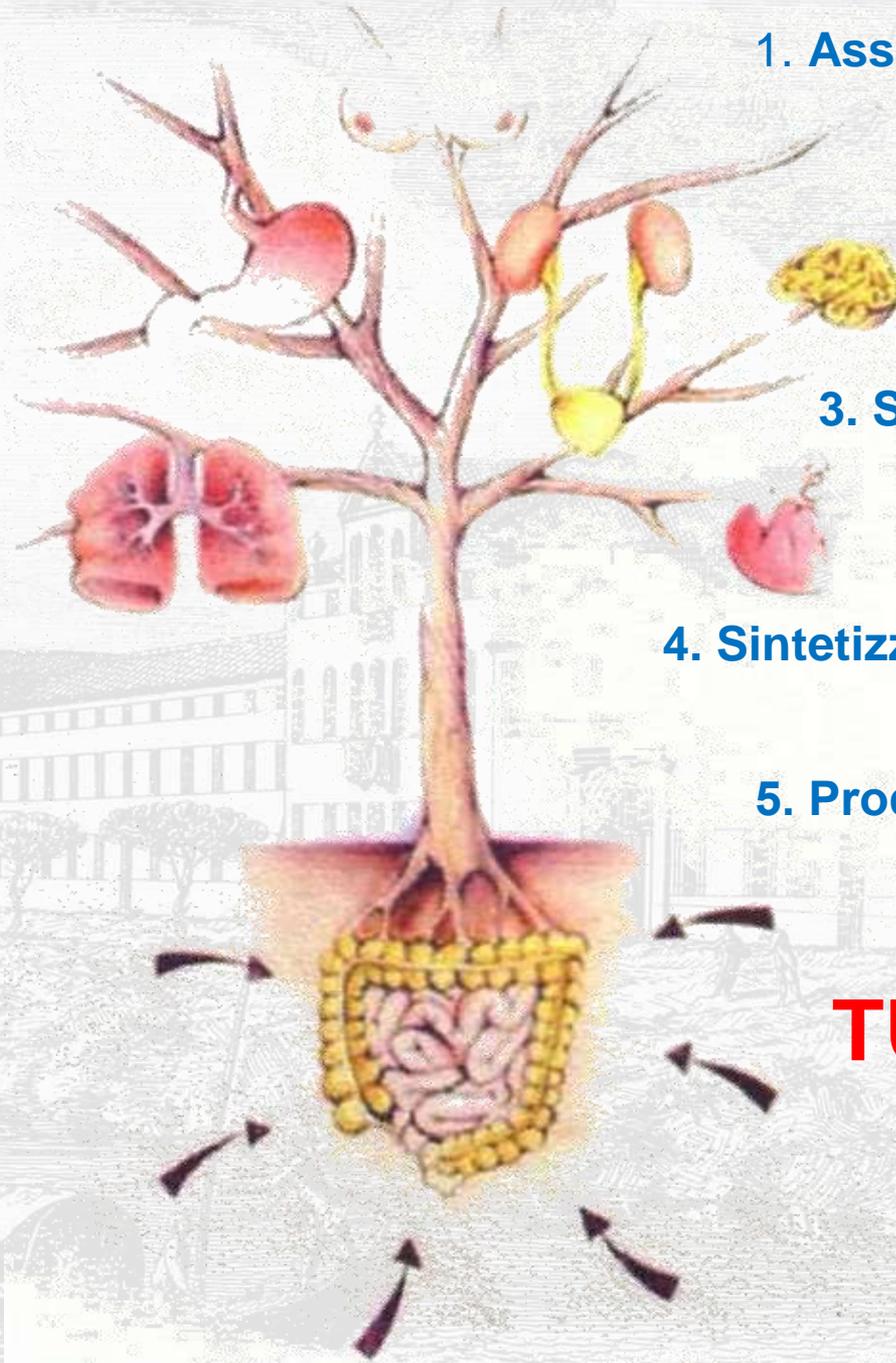
- ***Il fegato e la cistifellea*** - Il fegato immette bile nell'intestino tenue per emulsionare i grassi del chimo e facilitarne l'assorbimento da parte dell'organismo. I residui di bile vengono riciclati dalla cistifellea e riassorbiti nel fegato, che li riutilizzerà.
- ***L'intestino crasso*** - Quello che non viene assorbito dall'intestino tenue passa nell'intestino crasso per essere eliminato. Si tratta in prevalenza di fibre e amidi resistenti.

TOXINAS

ESTRÉS

CONTAMINANTES





1. Assimila le sostanze nutritive

2. Elimina le tossine

3. Svolge funzioni immunitarie

4. Sintetizza sostanze fondamentali

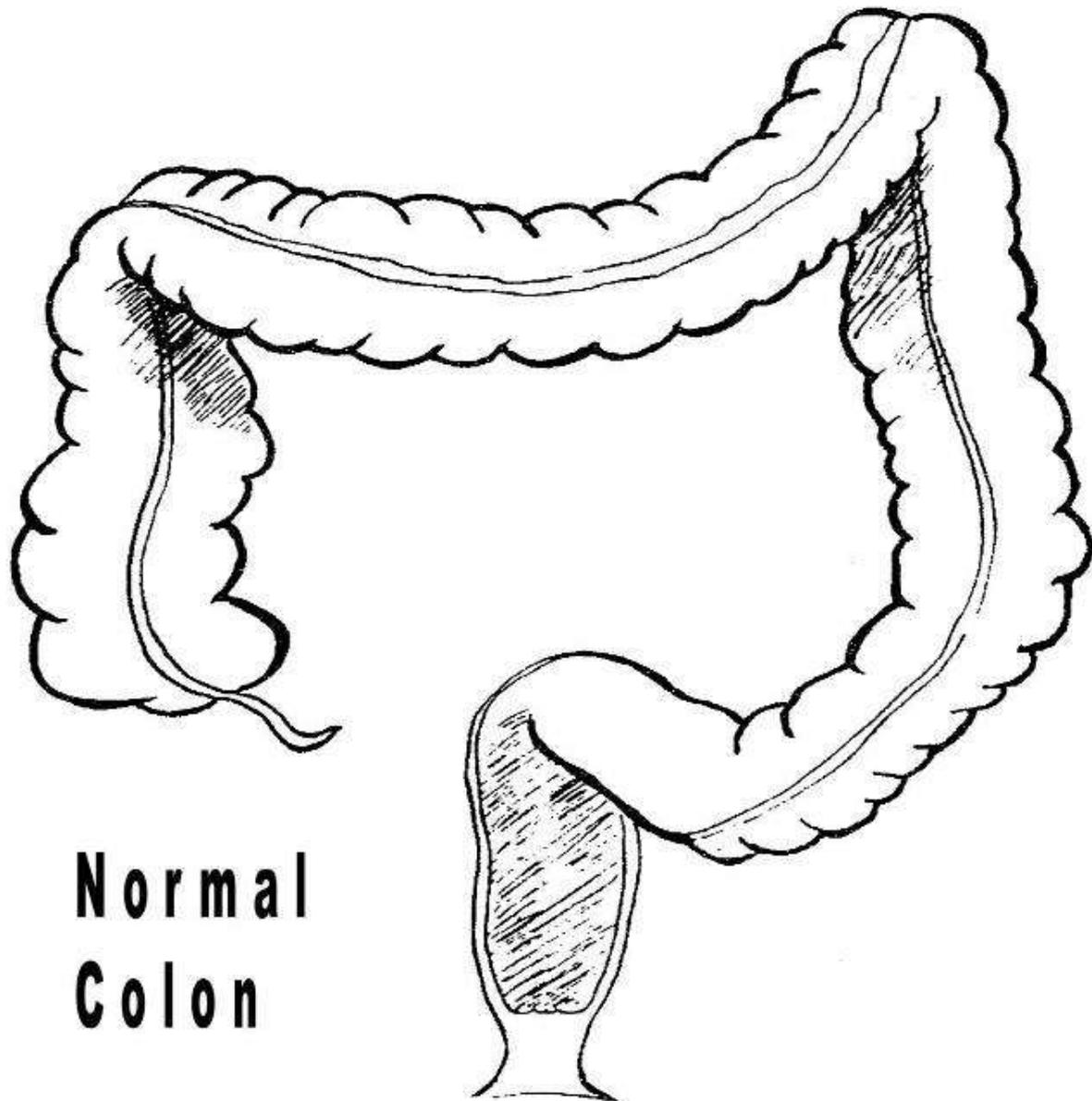
5. Produce "neuro-trasmettitori"

**TUTTO PARTE
DA QUI**

INTESTINO-DETOX



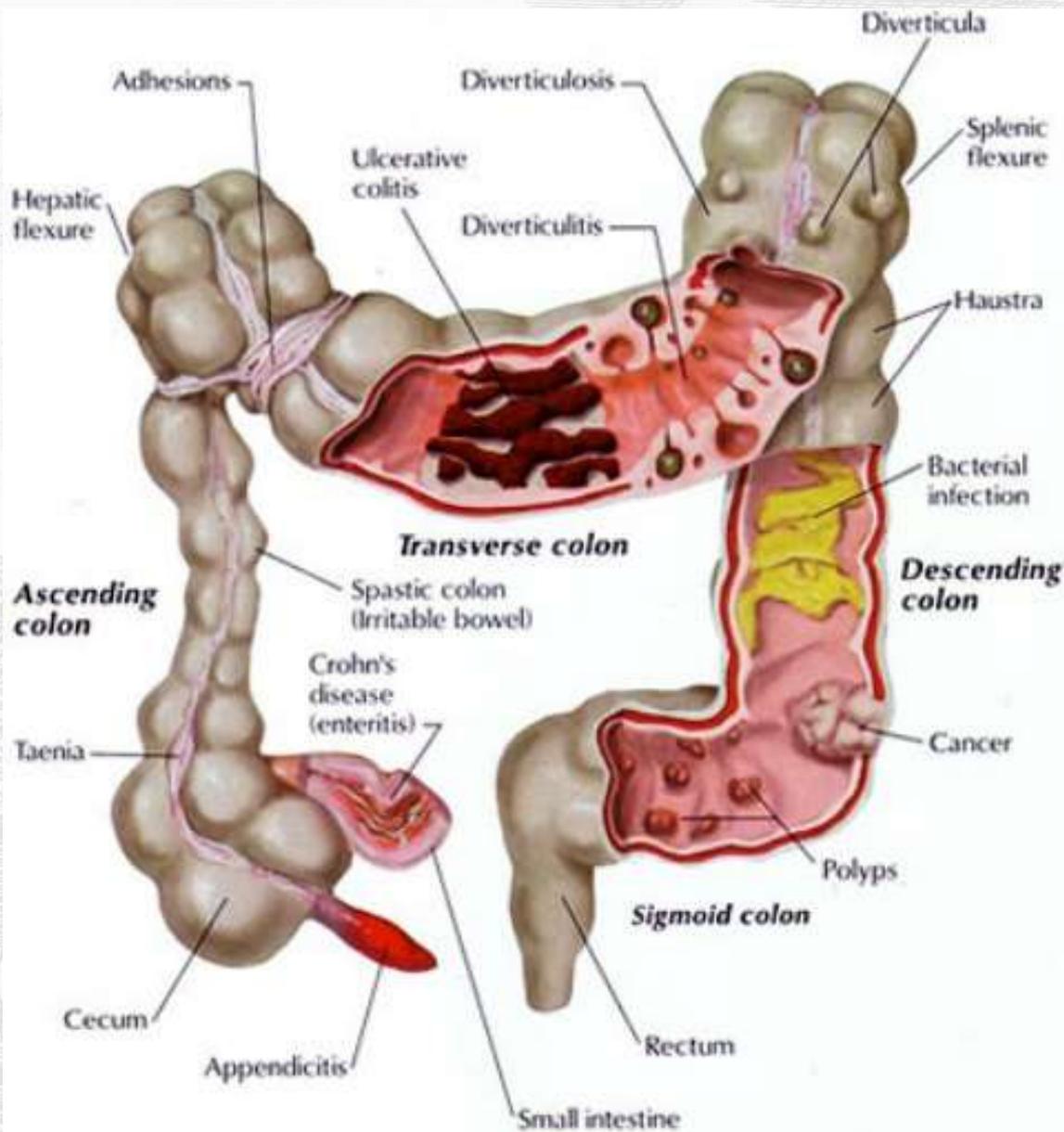
ARCAIOS



**Normal
Colon**



INTESTINO-DETOX



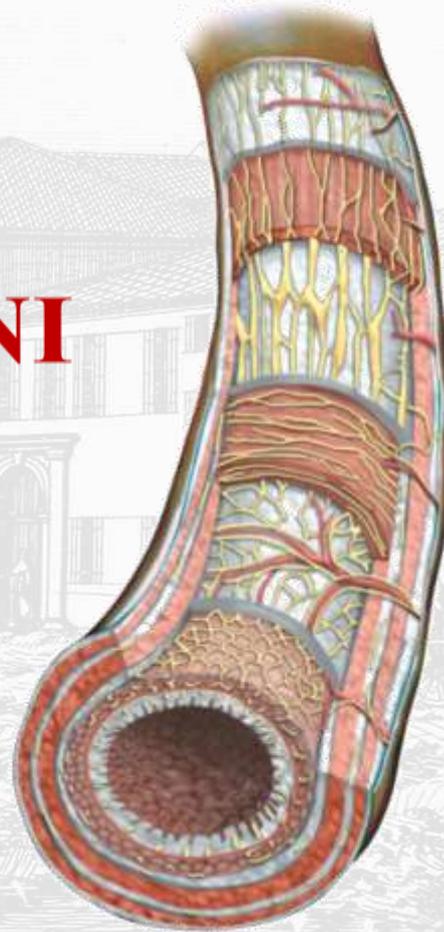
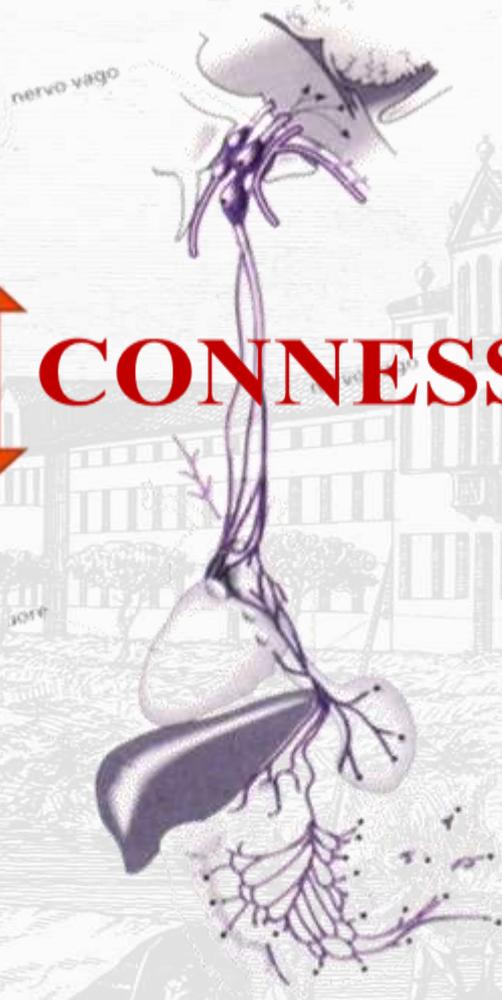
CONNESSIONI



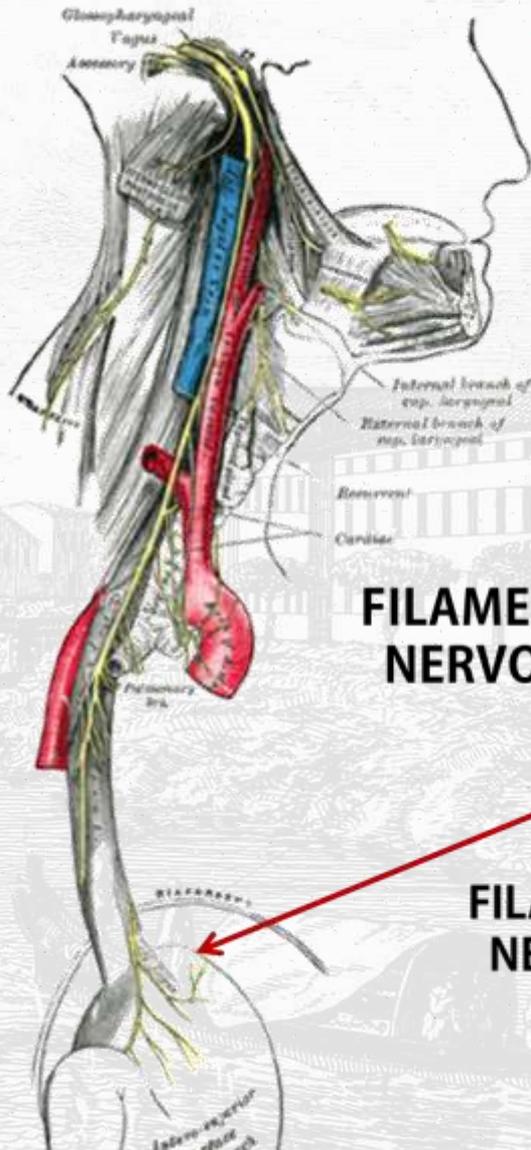
ARKAIOS



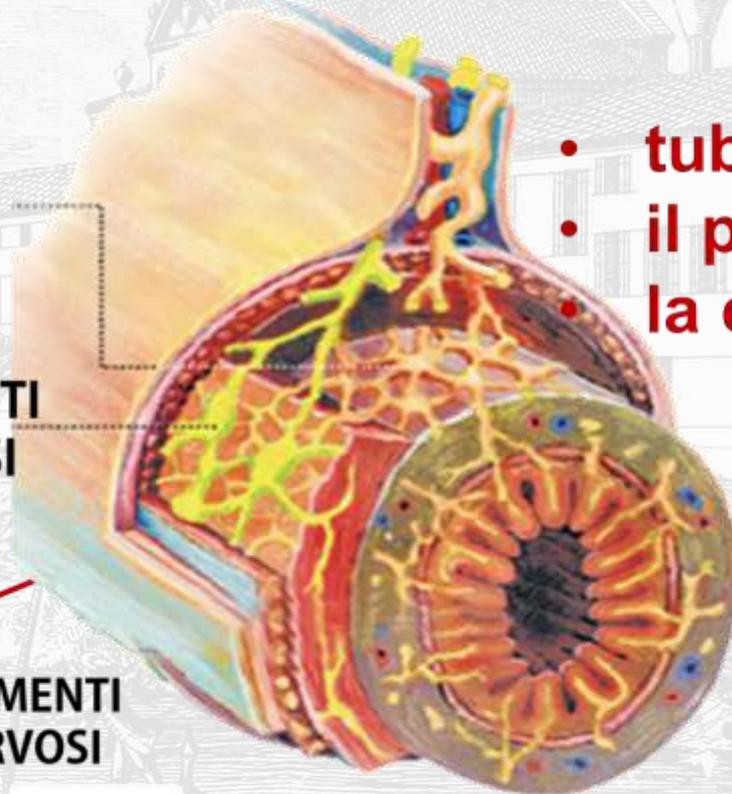
CONNESSIONI



SISTEMA NERVOSO ENTERICO



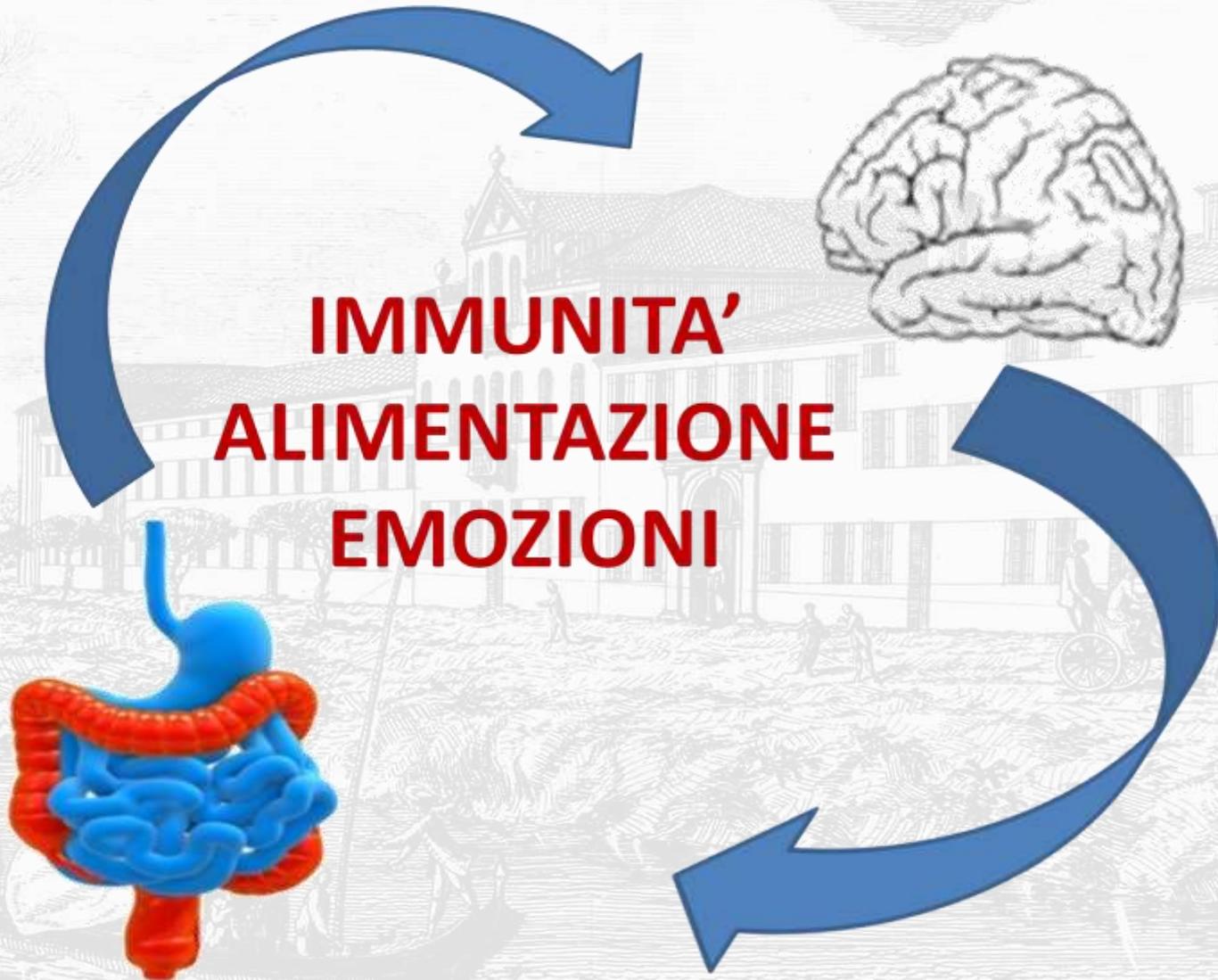
FILAMENTI NERVOSI



FILAMENTI NERVOSI

- tubo digerente,
- il pancreas
- la cistifellea.

CONNESSIONI



IMMUNITA'
ALIMENTAZIONE
EMOZIONI

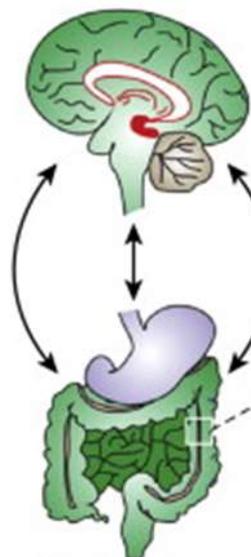
EUBIOSI



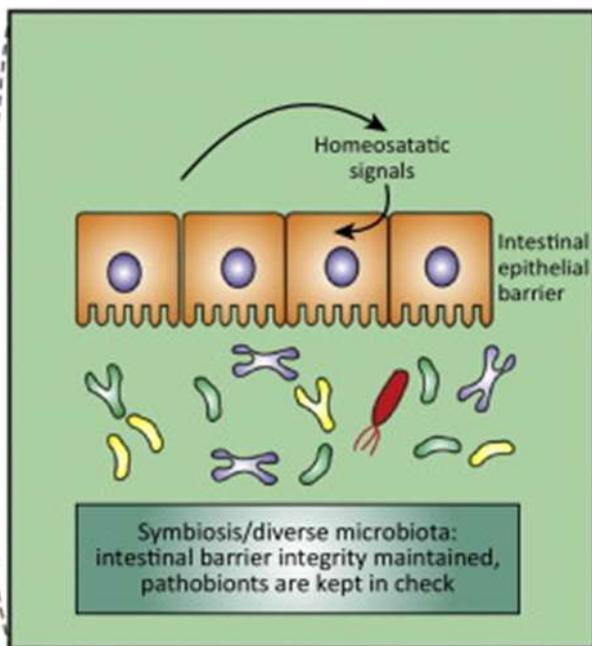
DISBIOSI



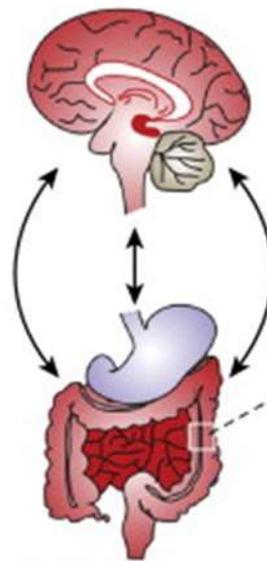
Healthy CNS



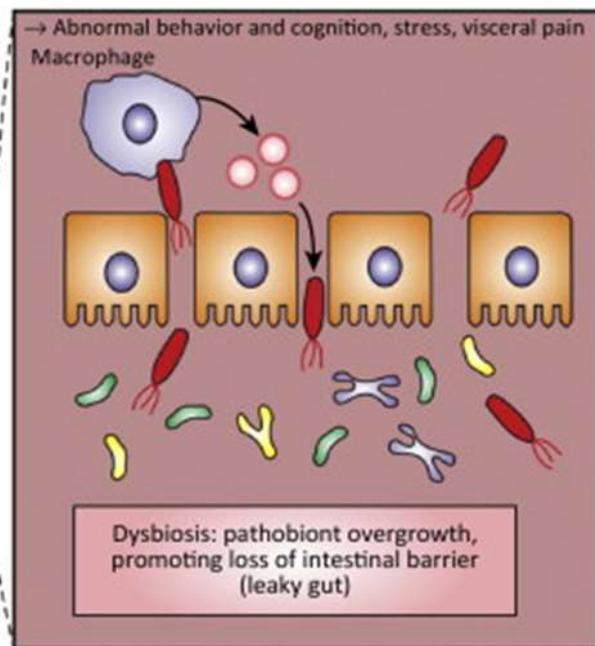
Healthy Gut



Stress and disease



Gut dysfunction



Key:



Pathobionts



Symbionts



SCFAs



Neurotransmitter



Proinflammatory cytokines

CONNESSIONI

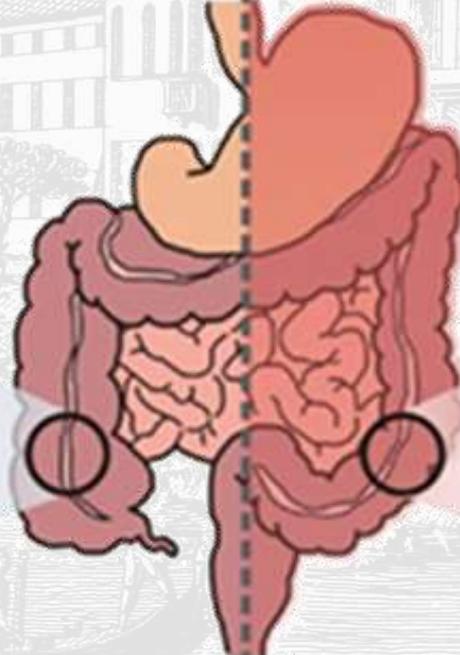
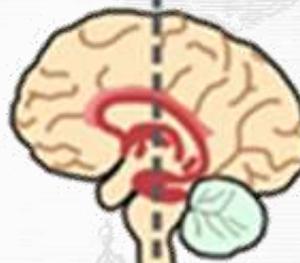
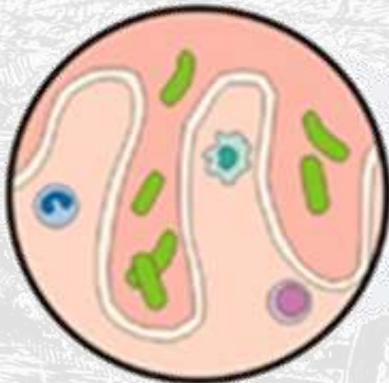


STATO DI SALUTE

SISTEMA NERVOSO
IN EQUILIBRIO



MICROAMBIENTE
FISIOLOGICAMENTE
INTEGRO

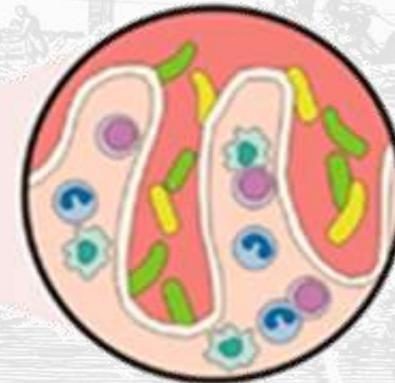


STRESS/MALATTIE

VARIAZIONI CARATTERIALI
RITARDI NEI PROCESSI COGNITIVI
PERCEZIONI ALTERATE

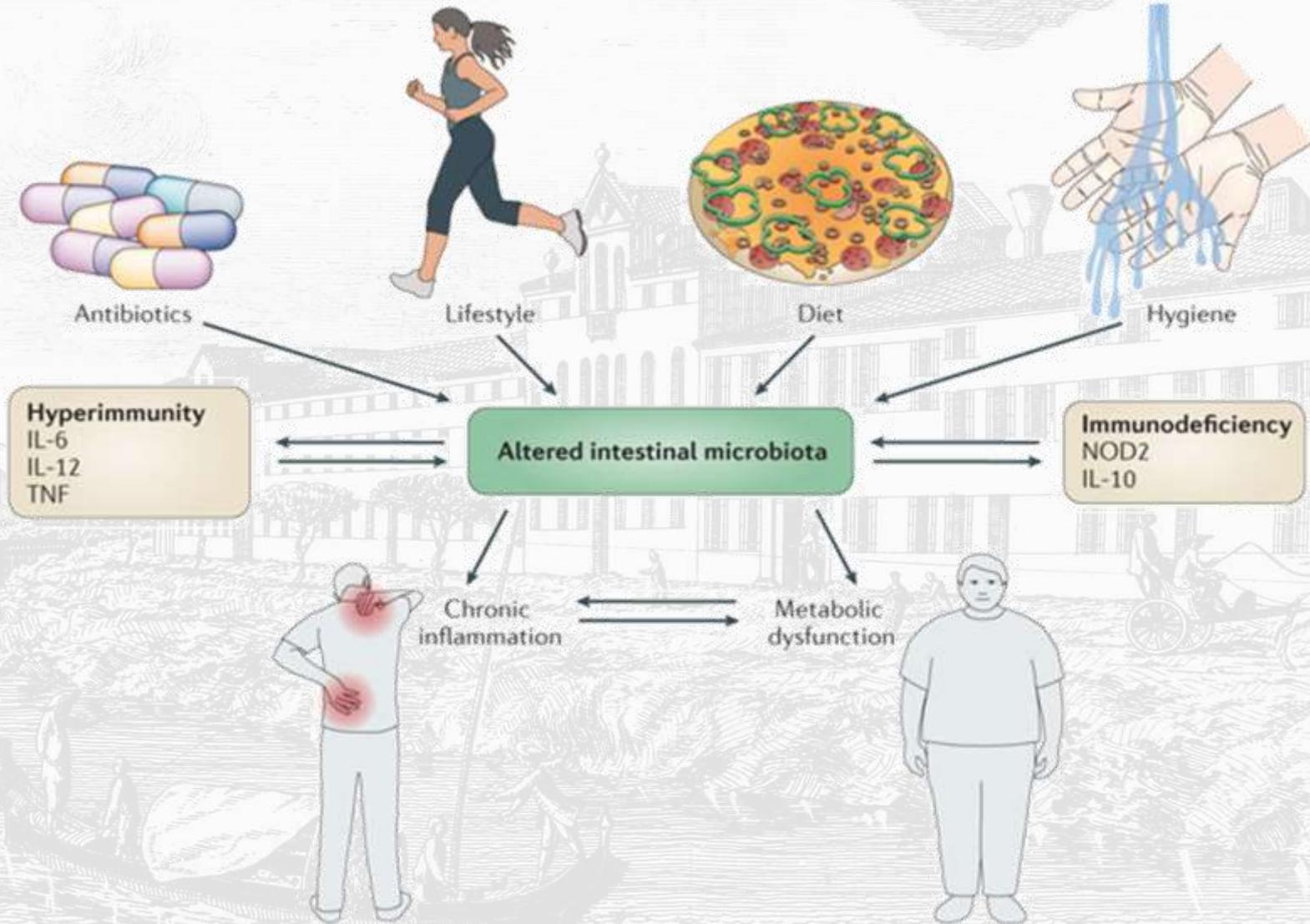


MICROAMBIENTE
FISIOLOGICAMENTE
NON-INTEGRO

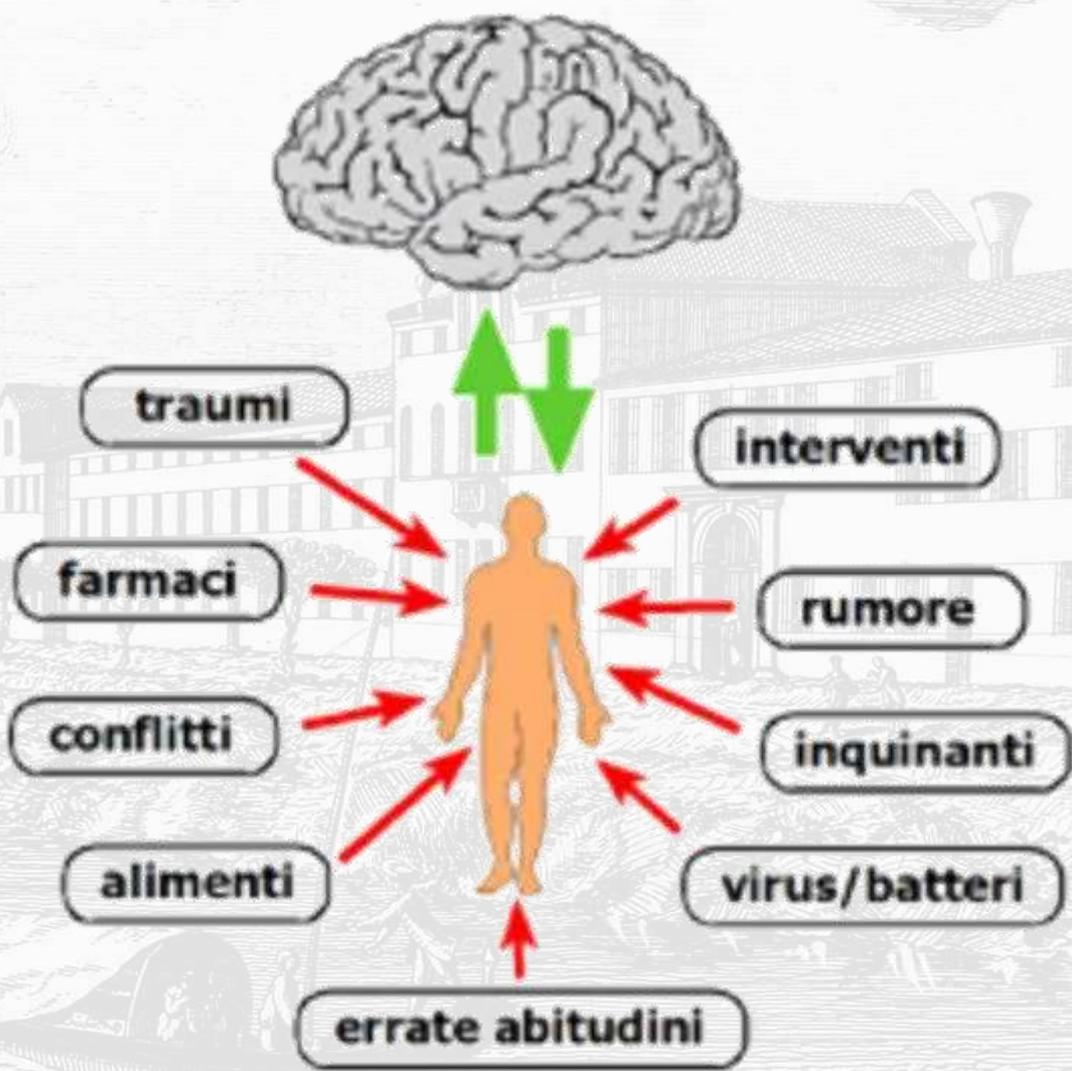


AUMENTANO LE INFIAMMAZIONI
CRISI SINTESI DEI NEUROTRASMETTORI

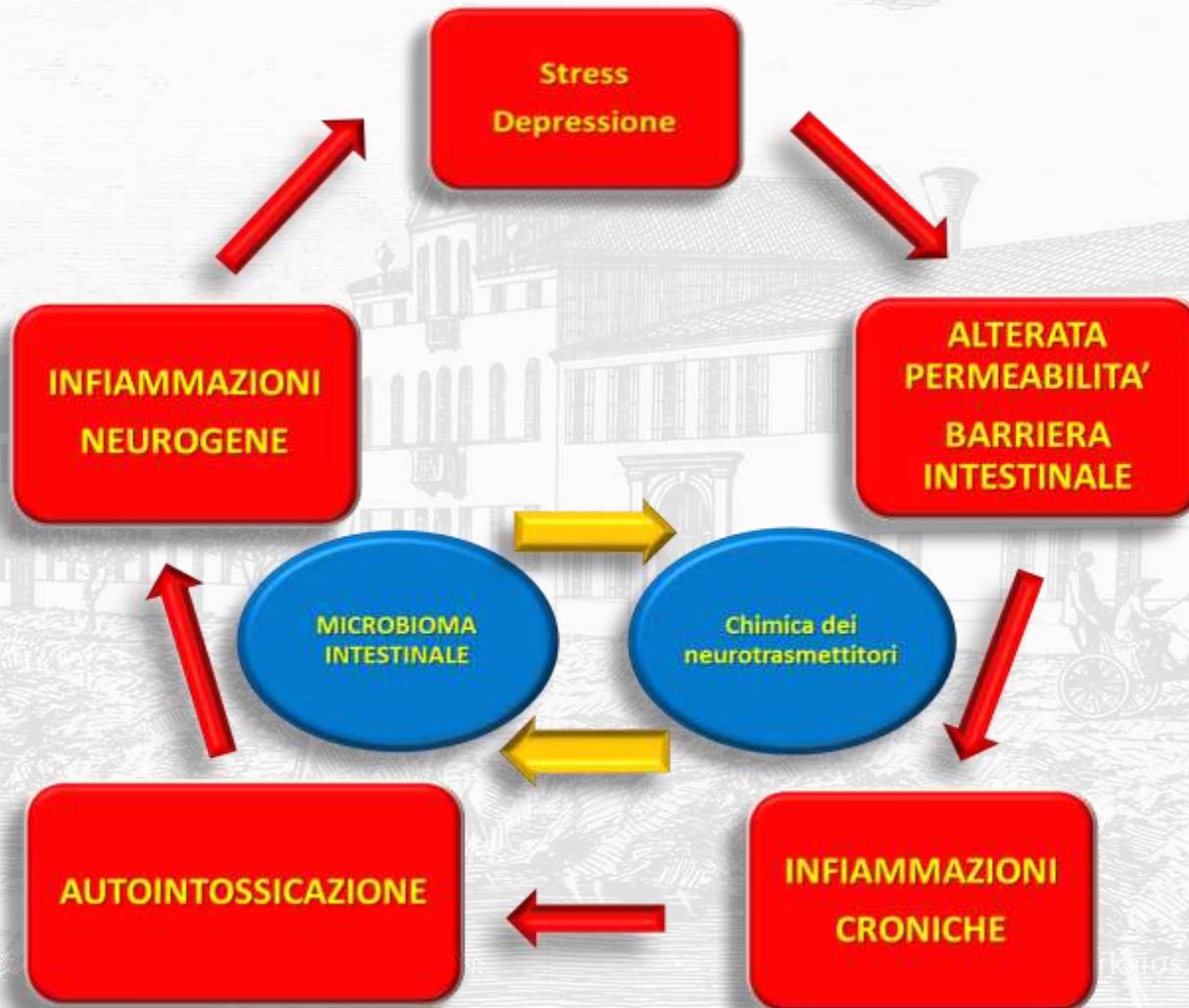
MICROBIOMA



CONNESSIONI



CONNESSIONI



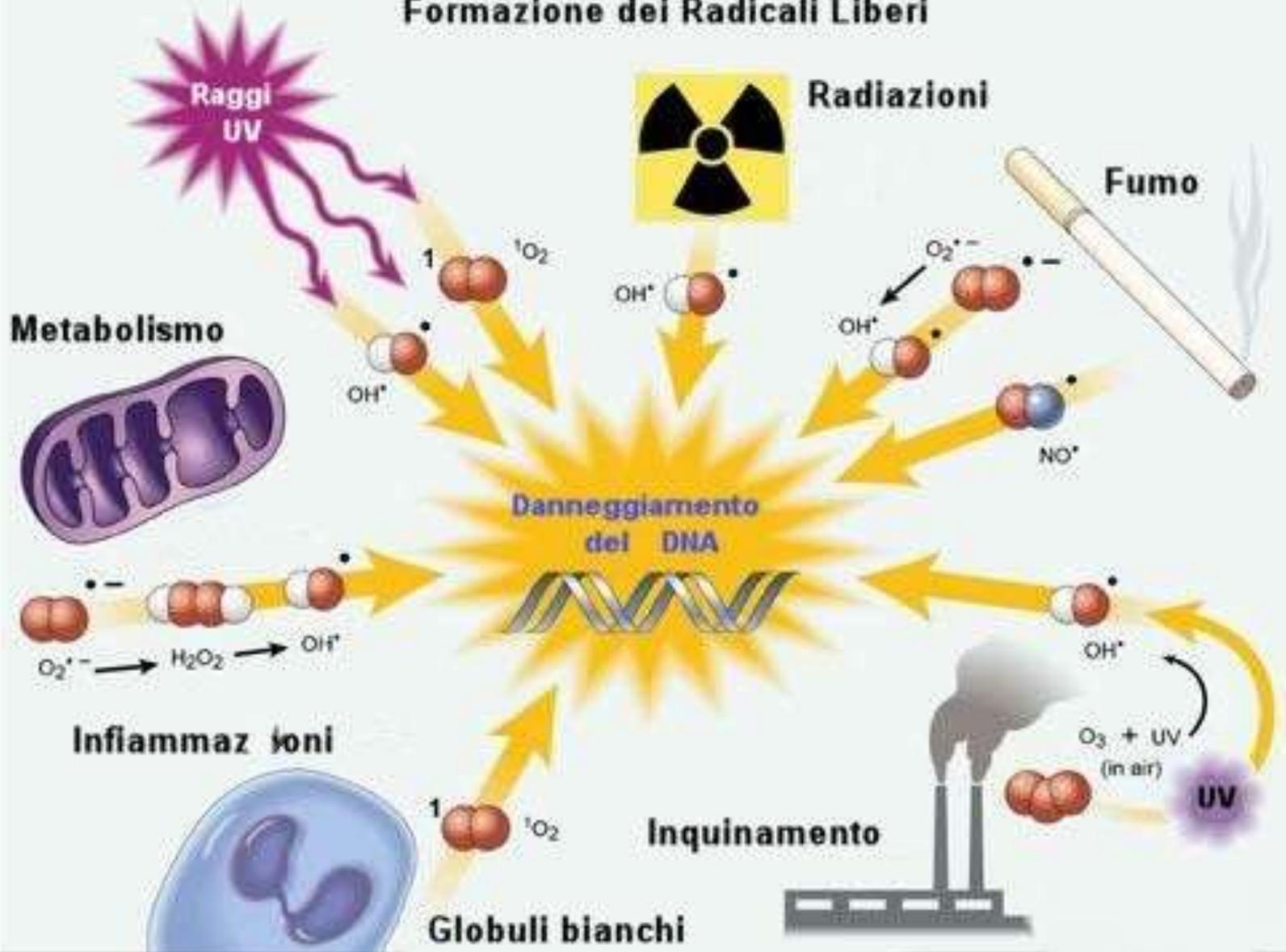
LE “5 R” RIGENERA INTESTINO



- 1. **RIEQUILIBRARE** - Cambio regime alimentare, stile di vita.
- 2. **RIMUOVERE** – eliminare le intolleranze alimentari, eliminare eventuali parassiti.
- 3. **RICOSTRUIRE** – Ottimizzare gli assorbimenti con enzimi e fibre
- 4. **REINOCULARE** – Integrazione sequenziale di probiotici & FOS
- 5. **RIPARARE** – Integratori alimentari che comprendono L-glutamina, acido pantotenico, zinco, anti-ossidanti, bioflavonoidi, grassi polinsaturi, aloe vera, calendula, achillea, consolida.

- **ASSORBIMENTO ED ELIMINAZIONE DELLE TOSSINE.**
- **SECONDA AREA D'IMPORTANZA PER I PROCESSI ENZIMATICI DETOX.**
- **AREA AD ALTA TOSSICITA' PER SCARSA FUNZIONALITA' EPATICA.**

Formazione dei Radicali Liberi



DANNI DA RADICALI LIBERI



Malattia di Alzheimer

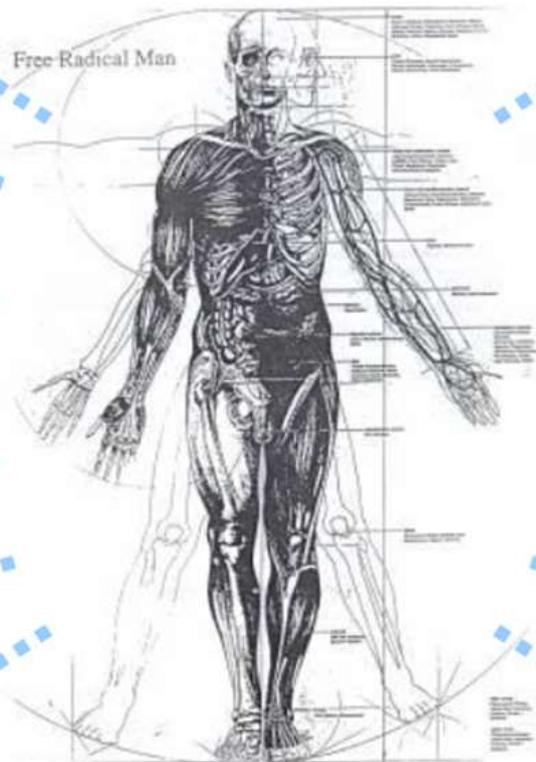
Stroke

Aterosclerosi

Infiammazioni

Infarto

Obesità



Malattia di Parkinson

Cataratta

Artrite reumatoide

Malattia di Chron

Diabete mellito

Cancro

INVECCHIAMENTO

“The free radical man”

VALORE



ALTISSIMA

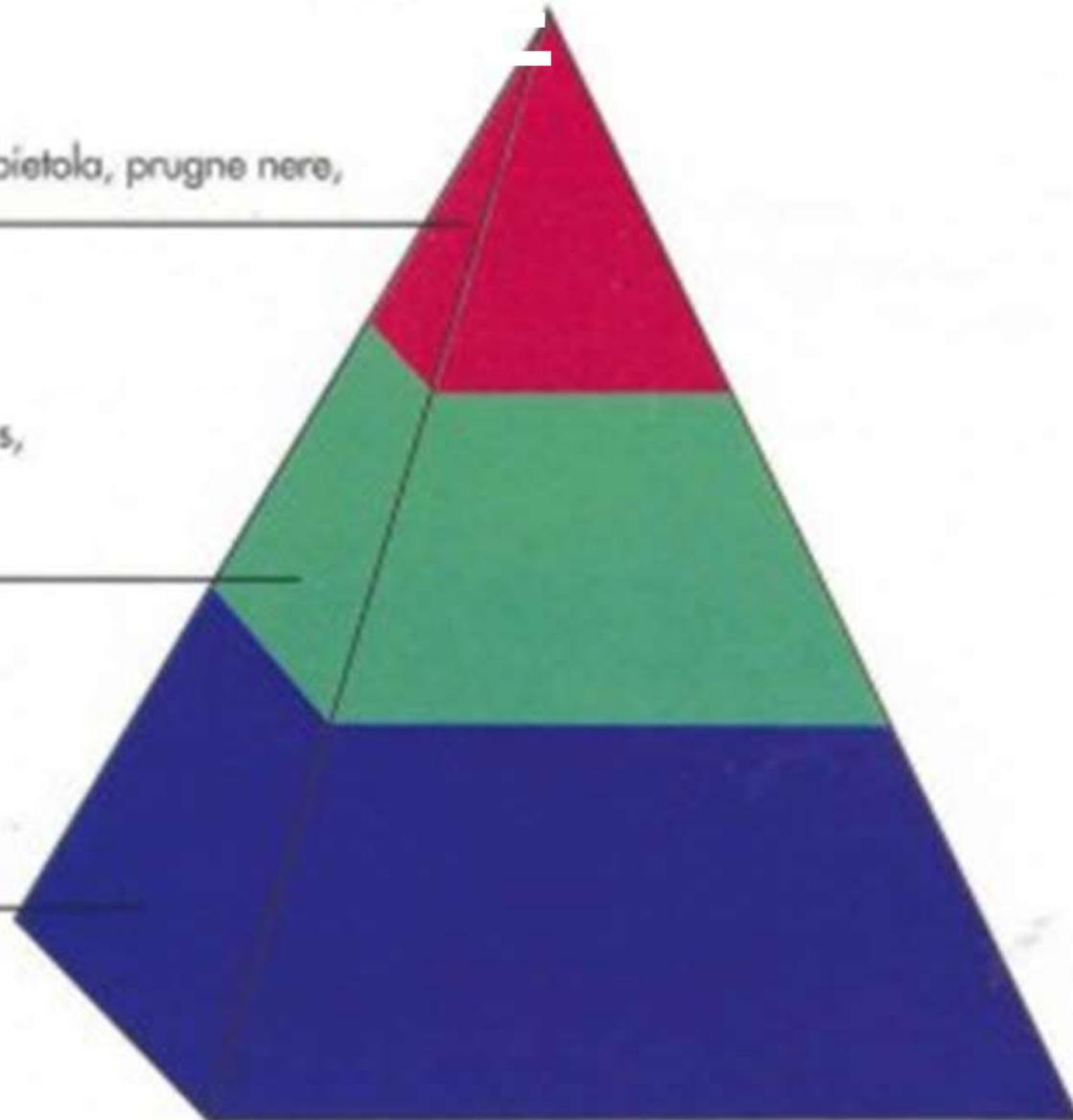
mirtilli, cavolo verde, barbabietola, prugne nere, fragole

ALTA

arancia, cavoletti di Bruxelles, pompelmo, Kiwi

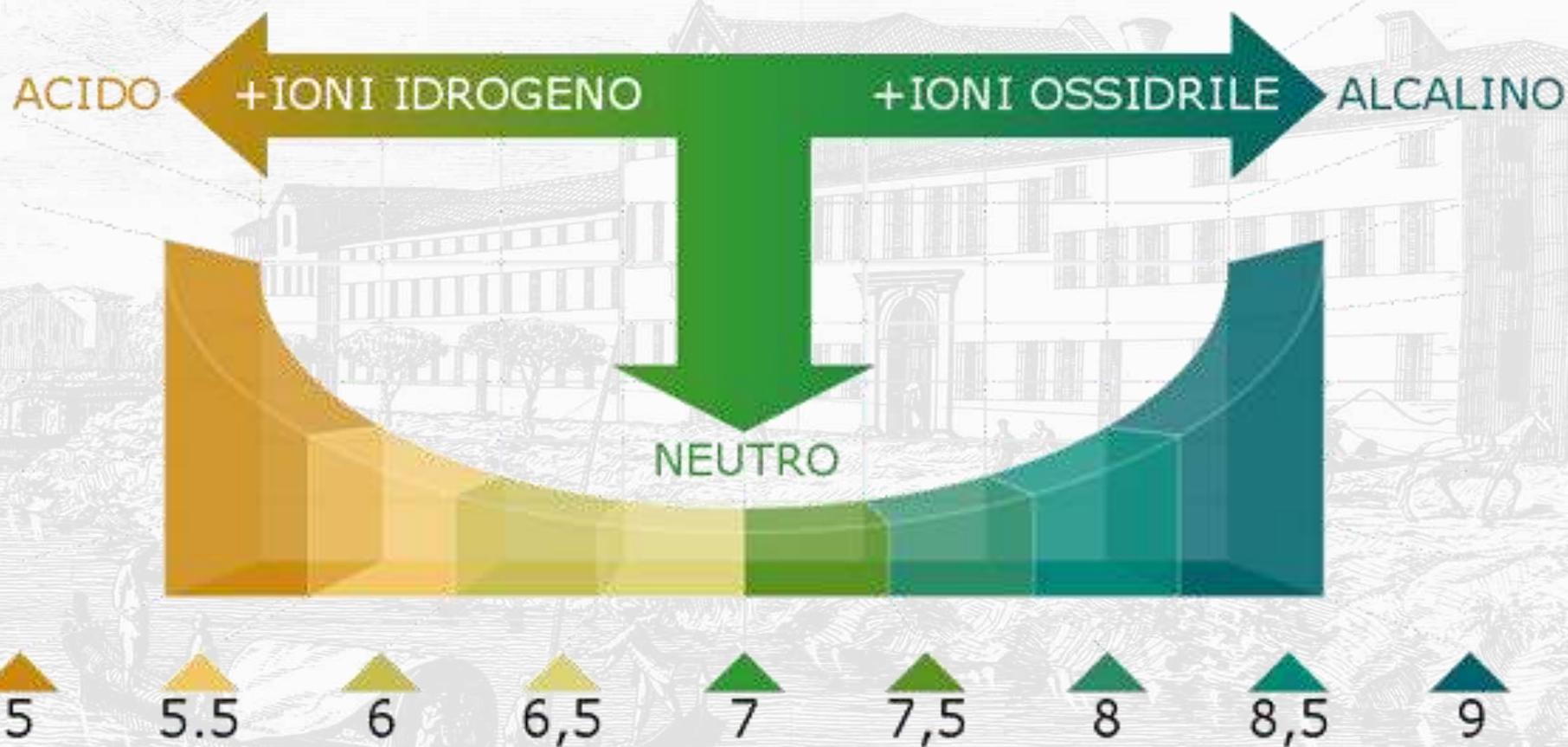
BUONA

spinaci, pomodori, cetrioli, albicocche, melone, cipolla





ARCAIOS





ARCAIOS

Saliva
pH 6,7-7,2

Pelle
pH 5,5

Intracellulare
pH 6,9

**Sangue e tessuto
connettivo**
pH 7,35-7,45

Succo gastrico
pH 1,2-3,0

**Secrezione
pancreatica**
pH 7,4-8,35

Intestino
pH 4,8-8,2

Urina
pH 6,9





ARKAIOS

Insufficiente apporto
di nutrienti alcalinizzanti
(frutta, verdura)



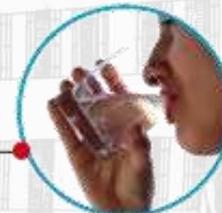
Eccesso di alimenti
acidificanti
(carne, formaggi, salumi)



Medicinali,
Farmaci, ecc.



Insufficiente
apporto di liquidi



I fattori più
importanti che causano
acidosi metabolica



Nicotina,
Alcool



Sport
Intensivo



Vita sedentaria



Stress

Sintomi di Acidosi nel Sangue e in altri Tessuti Corporei

Sistema nervoso Centrale

- . Mal di testa
- . Sonnolenza
- . Confusione
- . Perdita di coscienza
- . Coma

Muscolari

- . Spasmi
- . Debolezza

Intestinali

- . Diarrea

Respiratori

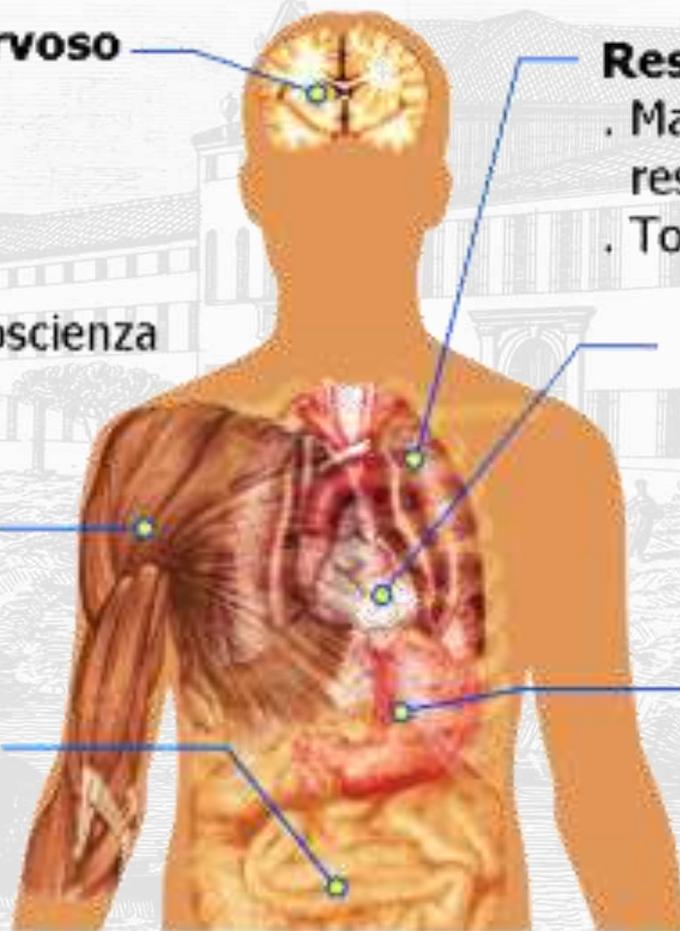
- . Mancanza di
respiro, "fiato"
- . Tosse

Cardiaci

- . Aritmia
- . Aumento
frequenza
cardiaca

Gastrici

- . Nausea
- . Vomito





ARKAIOS



pH acido

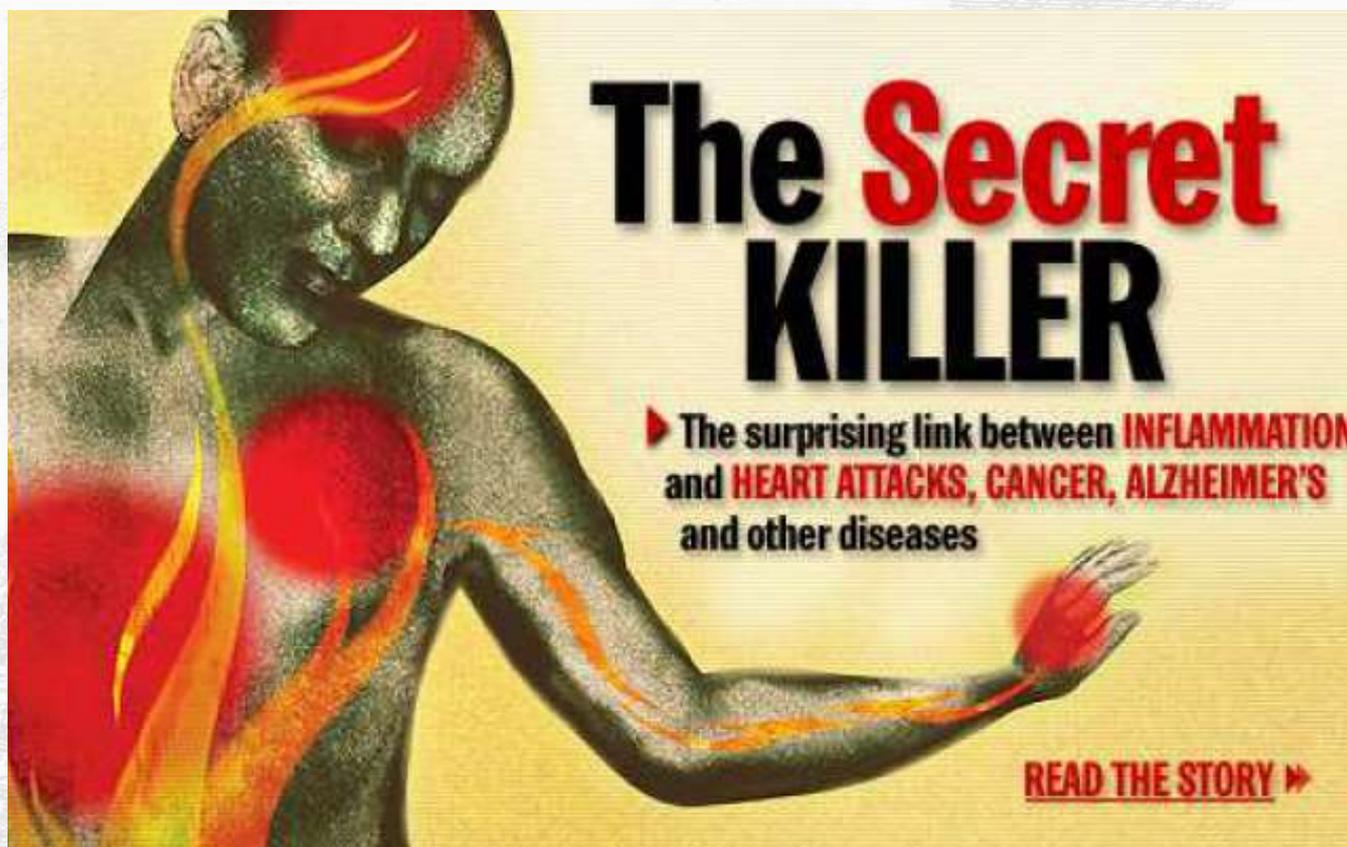
pH basico

- 3** Acqua e bevande gassate, drink energetici, selz.
- 4** Aceto, aspartame, birra, carne di maiale, cioccolato, formaggi, nocciole tostate, pasta, pizza, popcorn, sottaceti, tè nero, vino.
- 5** Acqua depurata e distillata, arachidi, caffè, carne di manzo, farinacei, pane bianco, pistacchi, succhi di frutta industriali.
- 6** Fagioli, fegato, cacao, latte di soia, pesce, prugne, riso, salmone, spinaci cotti, ostriche, uova.

- 7** **pH Neutro** Acque minerali, acque di fiume e di mare, acque anche non potabili.
- 8** Ananas, albicocche, banane, ciliegie, fragole, funghi, mandorle, mele, olive, peperoni, pesche, pompelmi, pomodori, ravanelli.
- 9** Fagiolini, fichi, kiwi, lattuga, mandarini, melanzane, meloni, mirtilli, papaia, patate, pere, tè verde, uva.
- 10** Asparagi, alghe, broccoli, carciofi, carote, cavoletti Bruxelles, cavolo verza, cavolfiore, cetrioli, cipolle, limoni.



ARCAIOS



The Secret KILLER

▶ The surprising link between **INFLAMMATION** and **HEART ATTACKS, CANCER, ALZHEIMER'S** and other diseases

[READ THE STORY ▶](#)

**INFIAMMAZIONE
SILENTE CRONICA**



ARCAIOS

Alimenti antinfiammatori:



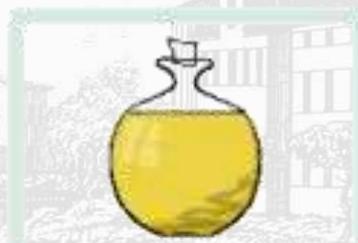
Noci



Ribes
nero



Cipolle
rosse



Olio di
oliva



Curcuma



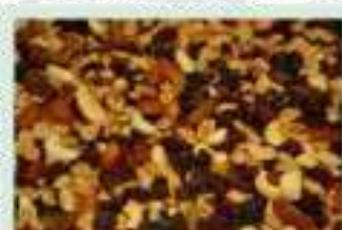
Riso
integrale



Mirtilli



Tè verde



Frutta
secca



ARKAIOS

Foods with the lowest IF R... X +

nutritiondata.self.com/foods-000991000000000000000000.html

Cerca

visitati Come iniziare Ultime notizie ANDROID



enter food name in All food categories

Home Tools Topics My ND Recipe Finder SELF Help

SIGN IN

Search Results

Search Help

999 RESULTS:

Foods with the lowest IF Rating (per 200-calorie [kcal] serving)

(based on levels per 200-Calorie serving)

Narrow your search

- Cereal Grains and Pasta (117)
- Breakfast Cereals (172)
- Baked Products (131)
- Vegetables and Vegetable Products (15)
- Fruits and Fruit Juices (36)
- Nut and Seed Products (28)
- Legumes and Legume Products (6)
- Finfish and Shellfish Products (1)
- Poultry Products (79)
- Beef Products (10)
- Pork Products (16)
- Lamb, Veal, and Game Products (15)
- Sausages and Luncheon Meats (5)
- Dairy and Egg Products (23)
- Soups, Sauces, and Gravies (17)
- Fats and Oils (20)
- Snacks (60)
- Sweets (148)
- Beverages (39)
- Baby Foods (30)
- Ethnic Foods (7)
- Fast Foods, generic (23)
- Foods from Hardee's (1)

Can't find it? Enter your own food

Set category preferences

Page 1 2 3 4 5 ... 20

Next

How we rank

Rank Food Name

1 Syrups, dietetic

IF Rating: 0.74



Unit Conversion

1 cup = 8 fl oz

Cook with this

Find recipes with this ingredient or dish go with this food on Self.com. Search for

Search

Foods with the lowest IF R... X +

nutritiondata.self.com/foods-000991000000000000000000.html

Nutrition Facts

Cereals ready-to-eat, bran flakes, single brand

Serving size: 3/4 cup (1 NLEA serving) (30g)

- Add to Tracking
- Add to Compare
- Create Recipe
- Add to My Foods

FOOD SUMMARY

Nutrition Facts

Serving Size 30 g

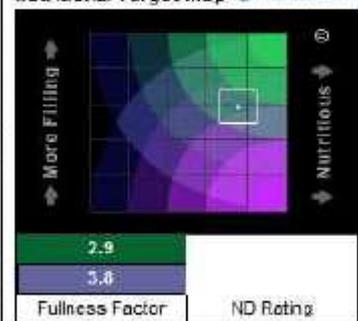
Amount Per Serving		Calories from Fat 8	
		% Daily Value*	
Total Fat	1g		1%
Saturated Fat	0g		1%
Trans Fat			
Cholesterol	0mg		0%
Sodium	220mg		9%
Total Carbohydrate	24g		8%
Dietary Fiber	5g		21%
Sugars	6g		
Protein	3g		
Vitamin A	15%	Vitamin C	0%
Calcium	2%	Iron	45%

*Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs.

NutritionData.com

Download Printable Label Image

Nutritional Target Map



NutritionData's Opinion

- Weight loss: ★★★★★
- Optimum health: ★★★★★
- Weight gain: ★★★☆☆

The good: This food is very low in Saturated Fat and Cholesterol. It is also a

Caloric Ratio Pyramid



Estimated Glycemic Load

12

Typical target total is 100/day or less

Inflammation Factor

-67

mildly inflammatory

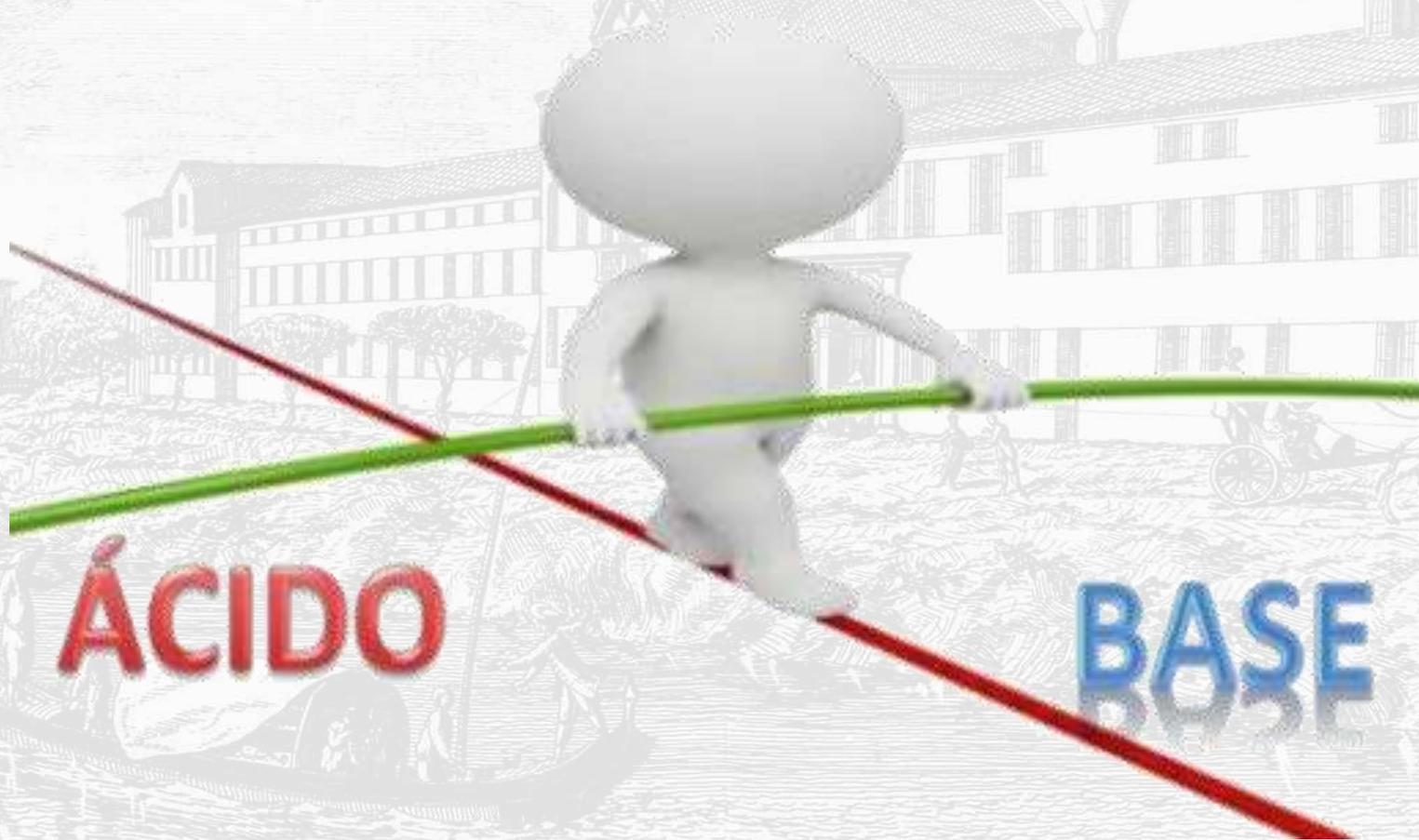
Typical target net is 50/day or higher





ARKAIOS

EQUILIBRIO



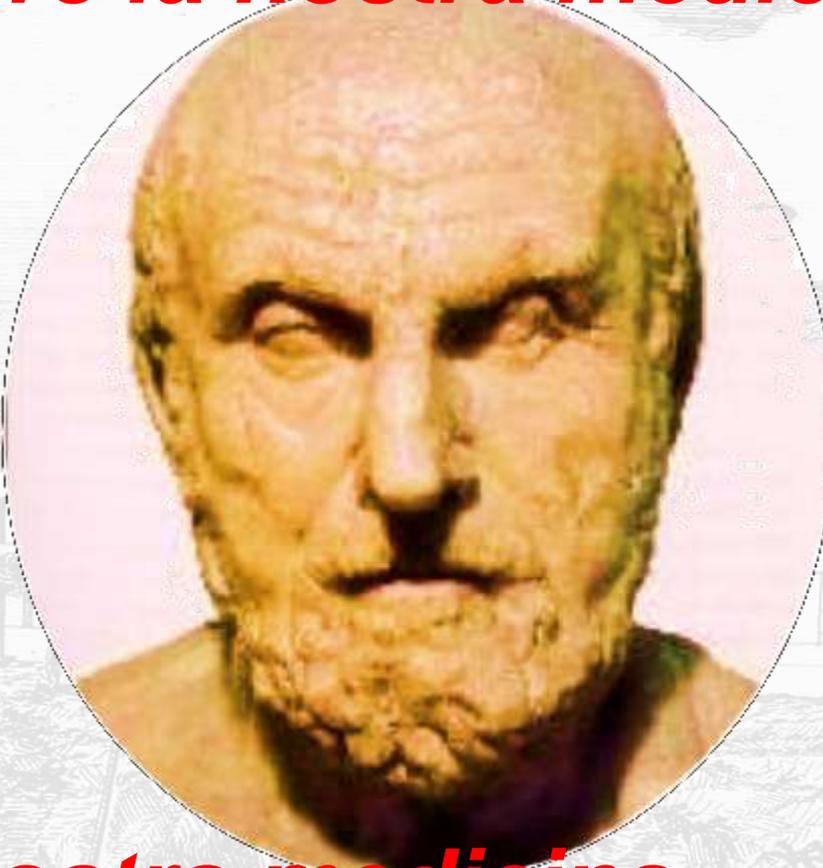


ANTIOSSIDANTI BENEFICI



- **Proteggono il DNA, le cellule, le membrane dei loro organelli dai danni dei radicali liberi.**
- **Elevano I livelli di glutathione**
- **Stimolano la risposta immunitaria.**
- **Aumentano l'attività di geni oncosoppressori.**
- **Inibiscono l'attività di enzimi necessari per la crescita tumorale.**

***Il nostro cibo dovrebbe
essere la nostra medicina.***



***La nostra medicina
dovrebbe essere il nostro
cibo.***



ARCAIOS

1957

1978

2005



56 d

905 g

1,808 g

4,202 g

ALIMENTAZIONE



- 1. Pochi cibi biodinamici (frutta, verdure).**
- 2. Errato accostamento dei cibi (pane, pasta o riso con proteine).**
- 3. Eccesso di alcolici ed ancor peggio superalcolici.**
- 4. Eccesso di grassi (olio, burro, ecc.).**
- 5. Eccesso di proteine (carne, pesce, pollame, uova, latticini).**

ALIMENTAZIONE



- 1. Eccesso di zuccheri (specie zucchero bianco, dolci e cioccolato).**
- 2. Uso sregolato di cereali (riso, avena, orzo, grano saraceno, miglio ecc.).**
- 3. Uso di cibi raffinati o/e industrializzati.**
- 4. Uso di latticini di mucca (latte, formaggi) che sono molto acidificanti. Quelli di capra e pecora sono tollerabili in modiche quantità.**
- 5. Uso di salumi e insaccati.**

CAUSE DI UNA CATTIVA DETOX



- **Sovraproduzione di tossine (esogene + endogene)**
- **Cattiva eliminazione (in presenza di disfunzioni renali e digestive)**
- **Energia insufficiente (disequilibri tra i macronutrienti)**
- **Deficit di sostanze disintossicanti (antiossidanti, cofattori, agenti di coniugazione)**
- **Cattivo funzionamento delle batterie di enzimi**

ALIMENTAZIONE



LA "NUOVA" PIRAMIDE

Carni rosse e burro
con moderazione

Cereali raffinati (riso,
pane e pasta), patate,
dolci
con moderazione

Alimenti ricchi di calcio
da 1 a 2 porzioni/giorno

Pesce, pollame, uova
da 0 a 2 porzioni/giorno

Frutta secca, legumi
da 1 a 3 porzioni/giorno

Vegetali
in abbondanza

Frutta
da 2 a 3
porzioni giorno

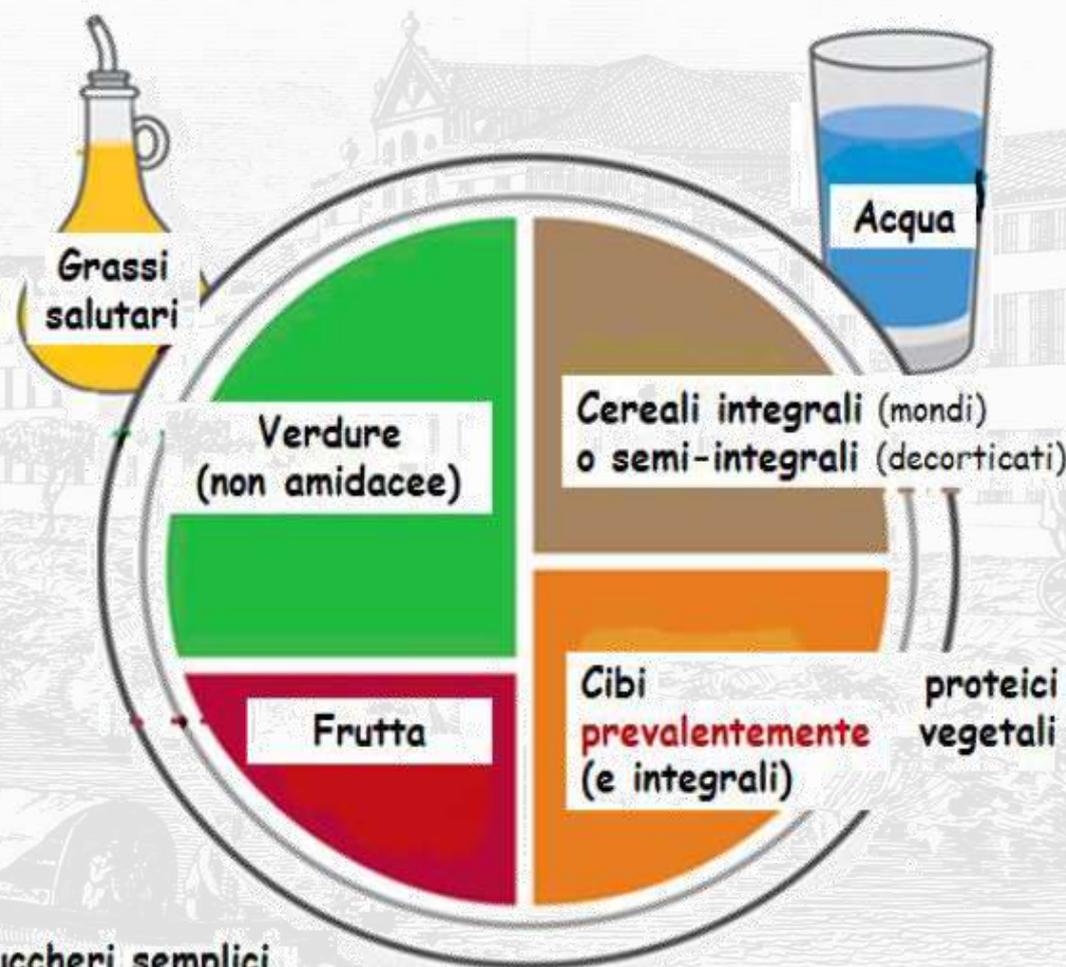
Cereali
integrali
ad ogni
pasto

Grassi
vegetali
ad ogni
pasto

Attività fisica giornaliera, corretta idratazione e controllo del peso corporeo



Diete tradizionali, Istituti scientifici e Letteratura: prima conclusione sulla dieta salutare



ALIMENTAZIONE



Crucifere e
verdure a foglia
verde scuro



Limoni

6 cibi disintossicanti



Tisane



Bacche di Gioia



Frutti di bosco



Olio di cocco



Aceto di mele

ALIMENTAZIONE

Maggiore

Qualità



Alimentazione e cibo biologico

Perchè scegliere?

DI ACIDI

GRASSI

NATURALI

Eliminazione del chimico all'interno del nostro corpo

Non nuoce alla terra



Ricchezza di Sostanze Nutritive



ALIMENTAZIONE



Maggiore
Qualità



Ricchezza di
Sostanze
Nutritive



**Alimentazione e cibo
biologico:**

Perchè sceglierlo ?



Non nuoce
alla terra



Eliminazione
del chimico
all'interno del
nostro corpo

BENEFICI DELLE FIBRE



- **Fibre solubili:** il loro effetto principale è quello di richiamare acqua e ammorbidire le feci, facilitando il loro passaggio attraverso il colon.
- **Fibre insolubili:** contribuiscono ad aumentare il volume delle feci che stimola in modo fisiologico la motilità dell'intestino, favorendone l'evacuazione.
- **fibre solubili e fibre insolubili:** avena, orzo, fagioli, frutta, segale e certe verdure .
- **fibre insolubili :** verdura, frutta, prodotti integrali come il pane, i cereali, la pasta integrale e semi e nel riso integrale,

BENEFICI DELLE FIBRE



L'apporto raccomandato di fibre per uomini e donne è di 25g al giorno, una quantità che tuttavia non viene quasi mai raggiunta



Mele



Arance



Carote



Avena



Orzo



Fagioli

Buone fonti:

Un vero e proprio impulso verso la guarigione é basato sulla disintossicazione; cioè indurre l'eliminazione della tossina stessa (con dieta, rimedi naturali appropriati, attivazione degli emuntori) e l'attivazione delle difese immunologiche

AMINOACIDI UTILI



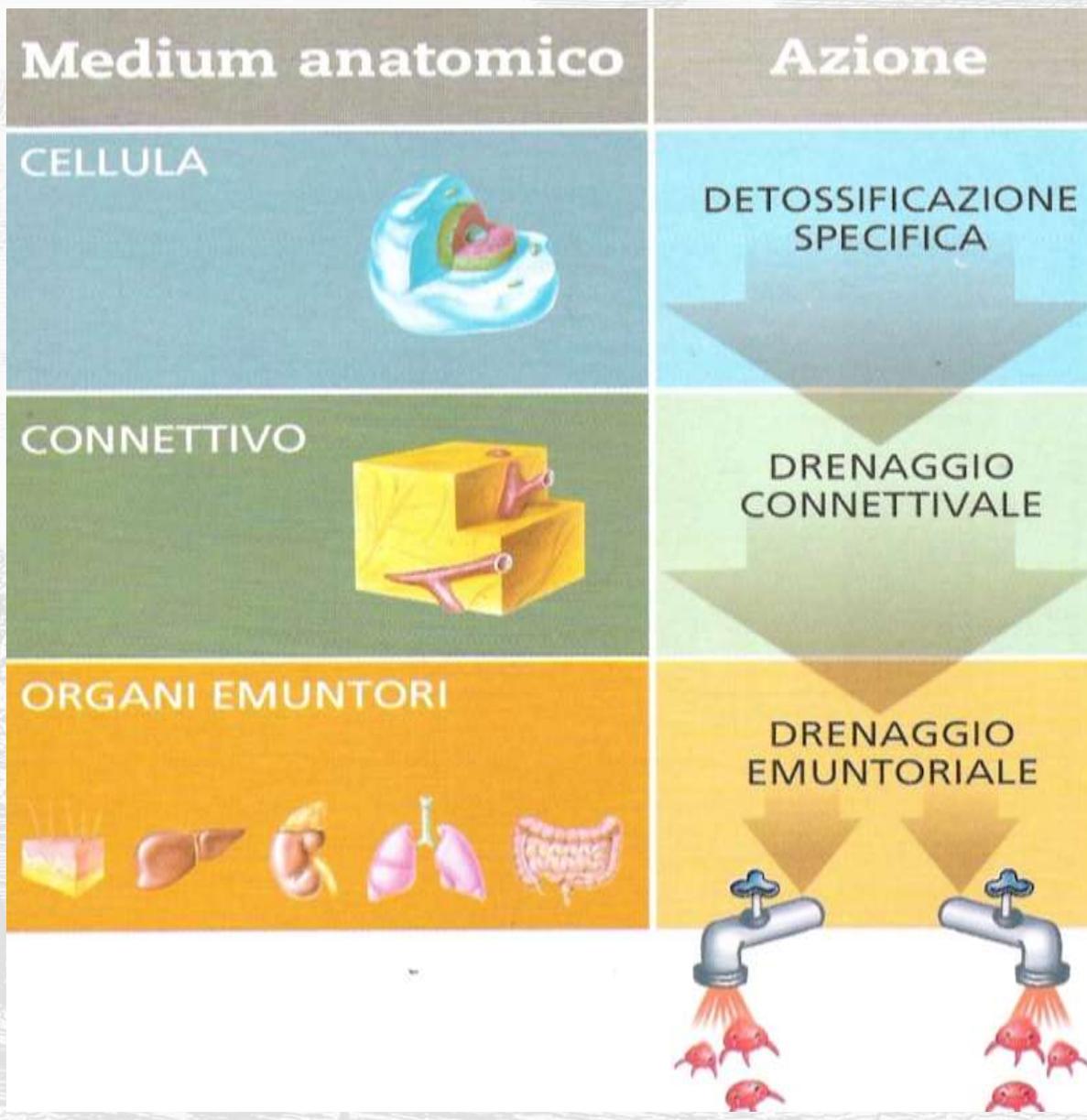
- a. L-methionina- Fonte di gruppi solforici necessari nella fase di solfatazione.**
- b. Glycina- E' un'importante cofattore sia per le vie metaboliche di fase 1 sia di fase2.**
- c. Glutamina – protegge la mucosa intestinale nel processo di eliminazione dalle tossine .**
- d. Taurina – Importante in tutte le fasi detox.**



**TERAPIA
BIOCHIMICA DI
SCHUESSLER**

**MERISTEMO
TERAPIA**

SISTEMI DI DETOSSINAZIONE



DRENAGGIO TISSUTALE



ARKAIOS

CORYLUS.AVELLANA

gemme

ACER CAMPESTRE

gemme

LIGUSTRUM VULGARIS gemme

QUERCUS PEDUNCOLATA

gemme

ULMUS CAMPESTRIS

gemme

VACCINIUM VITIS IDAEA

gemme

CASTANEA VESCA

gemme

ALNUS GLUTINOISA

gemme

Tessuto connettivo.

Rimuove le sost. Umorali

Tossiche.

**Favorisce il drenaggio
linfatico.**

**Tessuto connettivo
infiammato.**

**Rimedio di ogni stato
flogistico in fase essudativa.**

**Rimedio della sclerosi
tissutale.**

Rimedio della stasi linfatica.

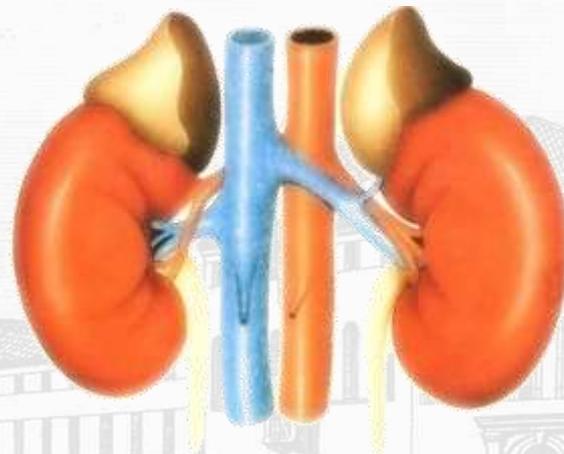
Rimedio delle suppurazioni

PIANTE UTILI PER IL FEGATO



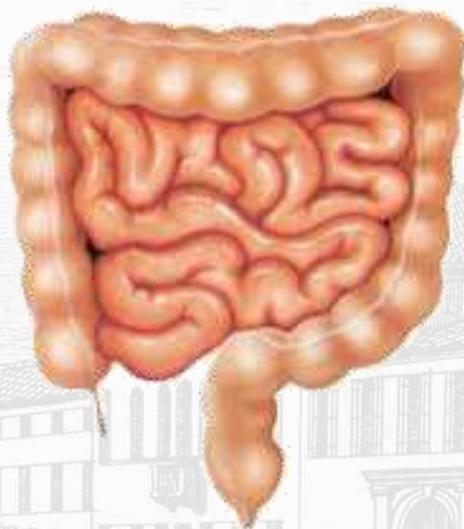
1. **Cardo mariano – Epatoprotettore e antiossidante .**
2. **Tarassaco - depuratore del fegato e del sangue, diuretico, favorisce il filtraggio delle tossine attraverso l'emuntorio renale**
3. **Liquirizia- Grande depuratore.**
4. **Bardana – favorisce la funzione epatica, antibatterico, depuratore del fegato e del sangue.**
5. **Gallio - sostiene la funzionalità del sistema linfatico**
6. **Fumaria – Aumenta il flusso biliare.**
7. **Rabarbaro – Aumenta il flusso bilare ed è un leggero lassativo.**

DRENAGGIO RENI



- | | | | |
|---------------------------|---------|----|---|
| BETULA VERRUCOSA | linfa | —> | Diuretico, Edema linfatico, gotta. |
| FAGUS SYLVATICA | | —> | Drenante, nefrite, litiasi renale. |
| gemme | | —> | Prostatiti, congestione renale, |
| JUNIPERUS COMMUNIS | giovani | —> | Sindromi epatorenali. |
| getti | | —> | Diuretico |
| LIGUSTRUM VULGARE | | | |
| giovani getti | | | |

DRENAGGIO INTESTINO



JUGLANS REGIA

gemme

Meteorismo addominale, diarrea da antibiotico.

VACCINIUM MYRTILLUS

gemme→

Meteorismo addominale, Ulcere intestinali e gastriche.

VACCINIUMA VITIS IDAEA

gemme→

In tutte le forme croniche.

CARPINUS BETULUS

gemme

Sindrome essudativa catarrale

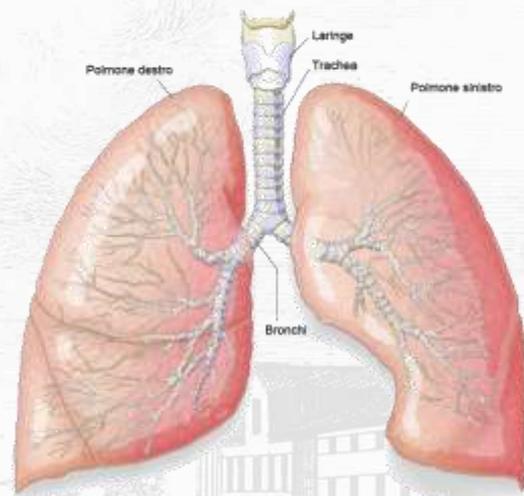
CASTANEA vesca

gemme

intestinale.(es. forme diarroiche).

Colite ulcerosa.

DRENAGGIO POLMONI



CORYLUS AVELLANA

gemme

FAGUS SYLVATICA

gemme

VIBURNUM LANTANA

gemme

CARPINUS BETULUS

gemme



***Enfisema polmonare, bronchiti
croniche***



Fibrosclerosi polmonare



***Fenomeni spasmodici a carico del
sistema respiratorio.***

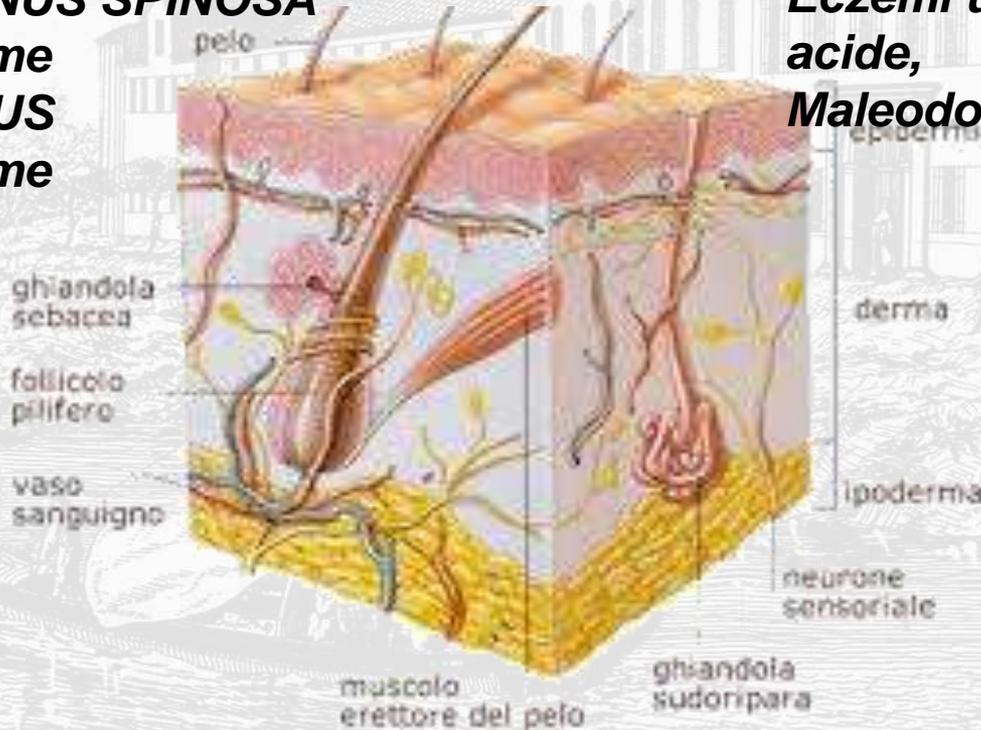


***Sindrome essudatoria catarrale delle
vie respiratorie.(es. sinusite)***

DRENAGGIO PELLE



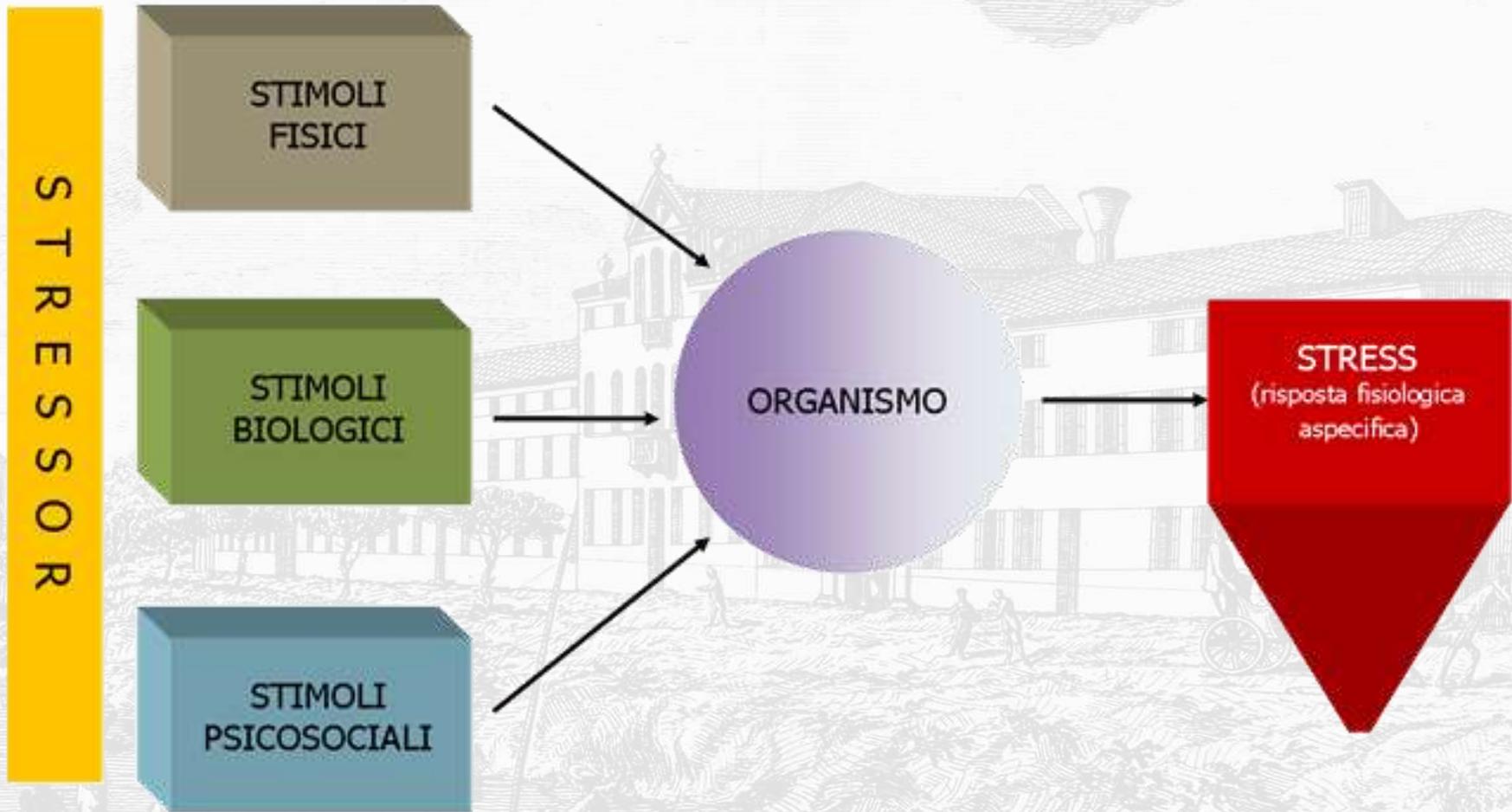
- | | | | |
|----------------------------|--------------|---|---|
| FICUS CARICA | gemme | → | Allergia solare, eczemi infetti. |
| JUGLANS REGIA | gemme | → | Acne, dermatiti infette, dermatite seborroica, |
| | | → | Piaghe infette. |
| PLATANUS ORIENTALIS | | → | Drenante della pelle. |
| gemme | | → | Revitalizzante della cute. |
| PRUNUS SPINOSA | | | Eczemi umidi trasudanti, sudorazioni acide, |
| gemme | | | Maleodoranti, |
| ULMUS | | | |
| gemme | | | |



LE PERCENTUALI DELLA SALUTE

- 50% comportamenti
- 20% ambiente
- 20% genetica
- 10% terapie





MENTE & CORPO



ARKAIOS

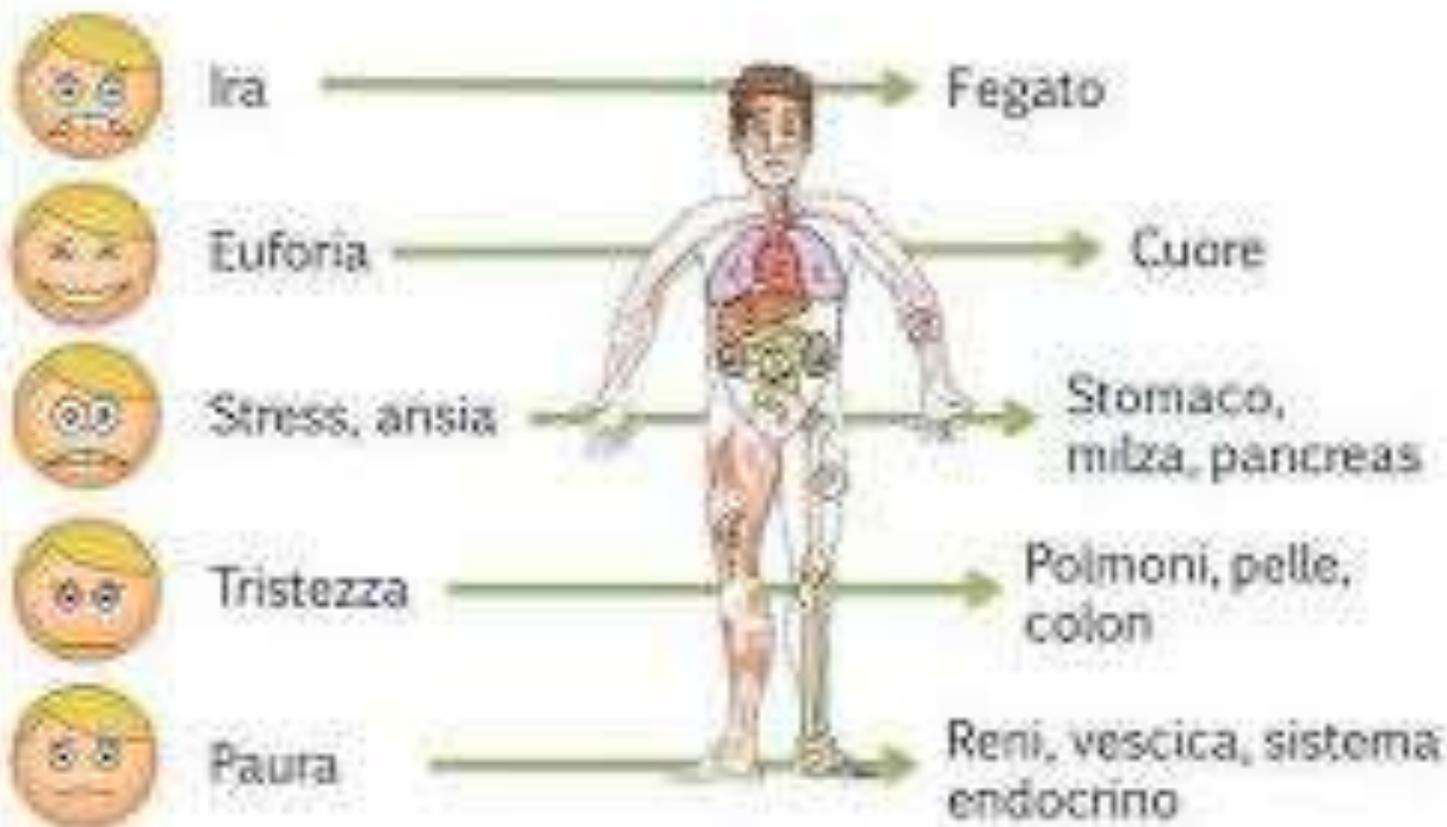
**GLI ATTEGGIAMENTI MENTALI E LE EMOZIONI
NON SONO
SEPARATE DA CELLULE ED ORGANI**





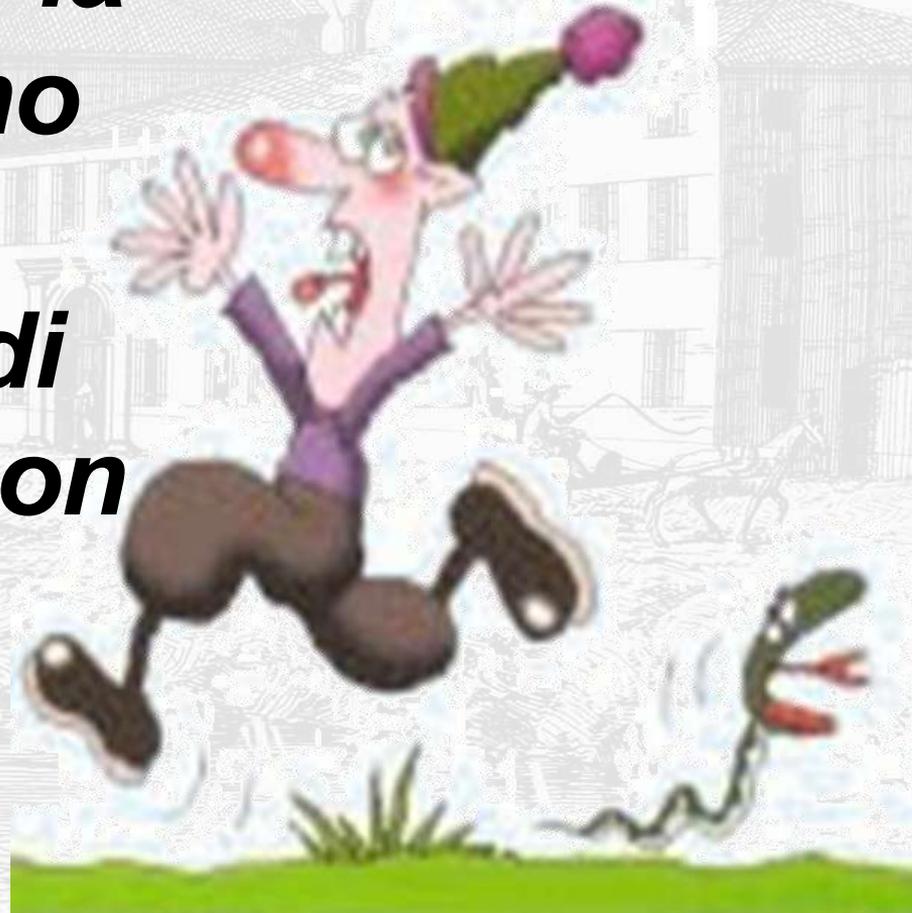
EMOZIONI

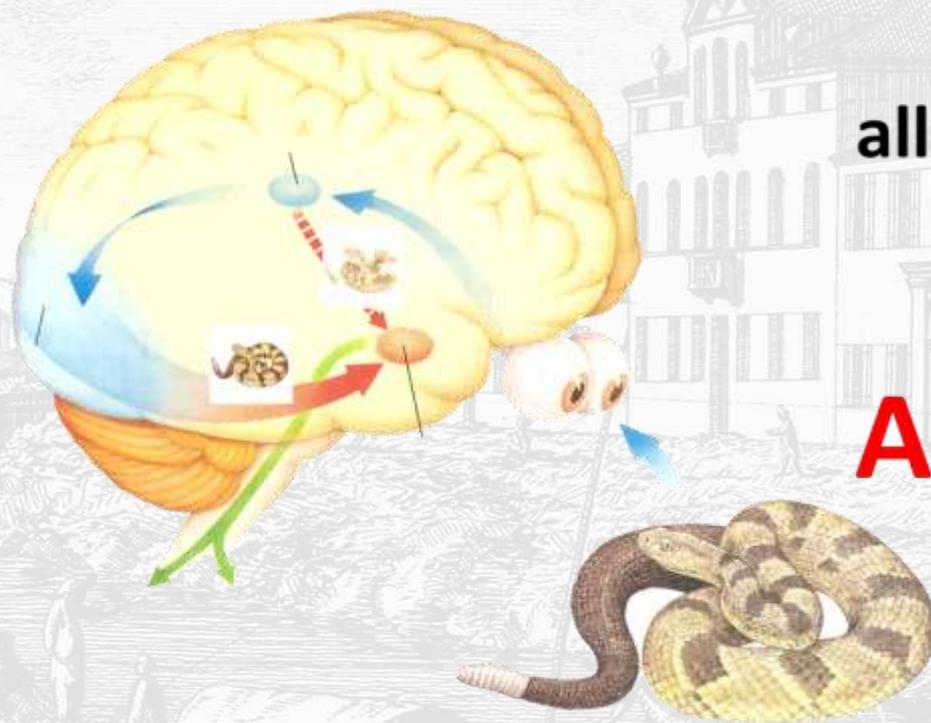
ORGANI



DARWIN E LA VIPERA

La mia volontà e la mia ragione furono impotenti contro l'immaginazione di un pericolo che non avevo mai sperimentato (Darwin)

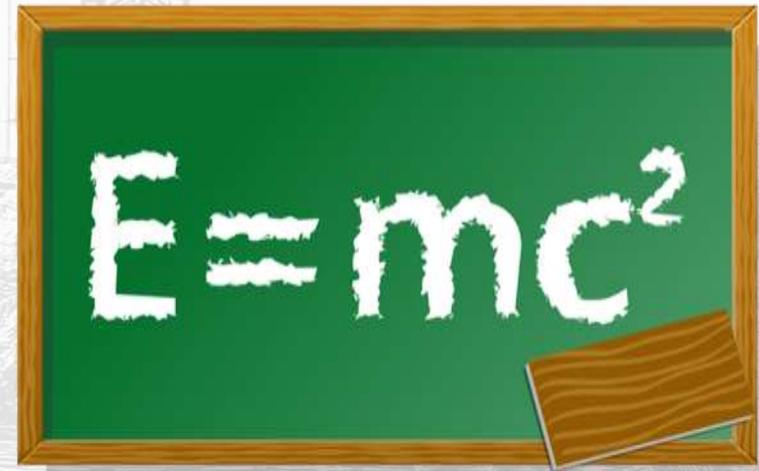
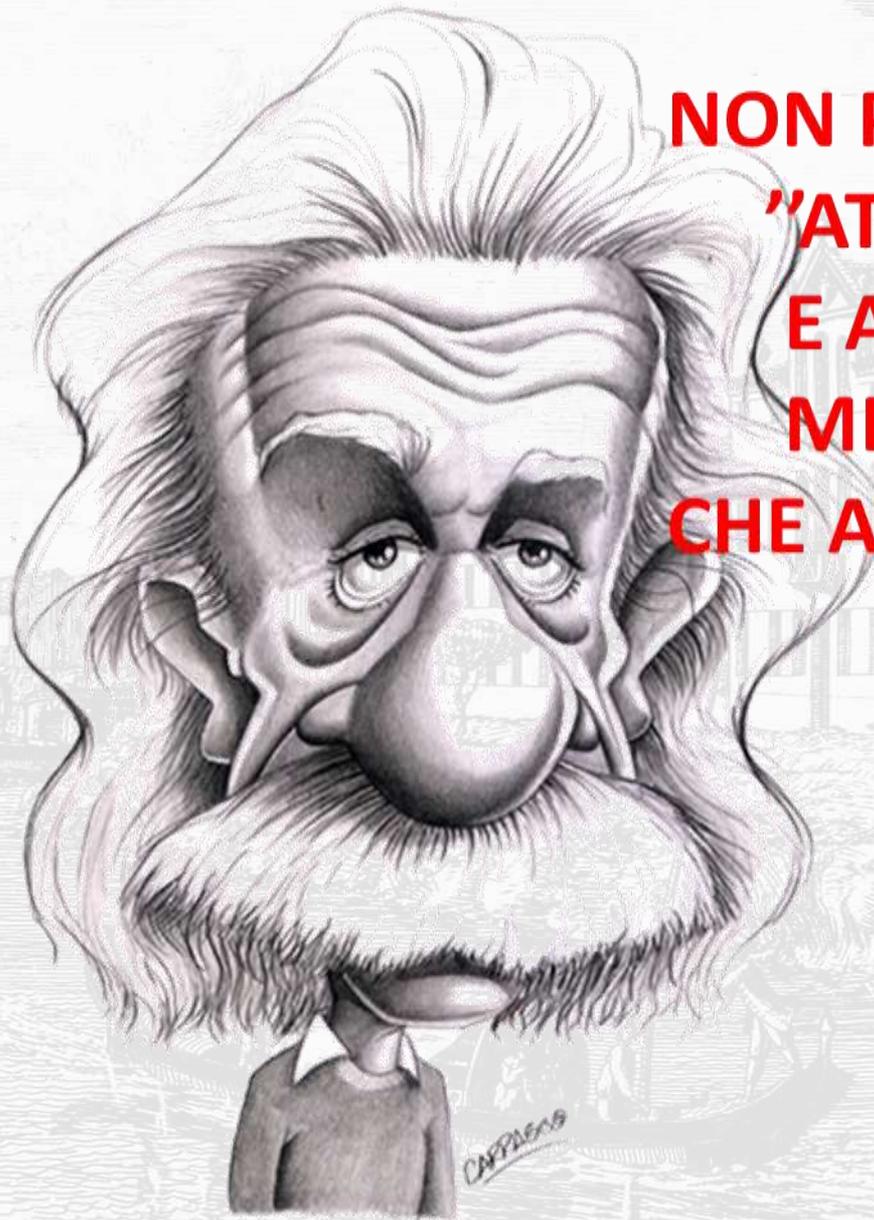




La “via inferiore”
(emotiva) rispetto
alla “via superiore” della
corteccia cerebrale
(razionale)

AGISCE PRIMA

**NON POSSIAMO PIU'
"ATTRIBUIRE ALLE EMOZIONI
E AGLI ATTEGGIAMENTI
MENTALI MINORE VALIDITA"
CHE ALLA SOSTANZA FISICA**



**LA MENTE PUO'
INFLUENZARE IL CORPO
SVOLGERE UN RUOLO
DETERMINANTE NELLA
TUTELA DELLA SALUTE E
NELLA CURA DELLA
MALATTIA**

PSICHE

ESCREZIONE

INFIAMMAZIONE

DEPOSITO

Alterazione	Reazione	Fissazione
disturbi psichici funzionali	sindrome depressiva reattiva, sindrome ipercinetica	psicosomatosi, nevrosi, fobie, depressione nevrotica

IMPREGNAZIONE

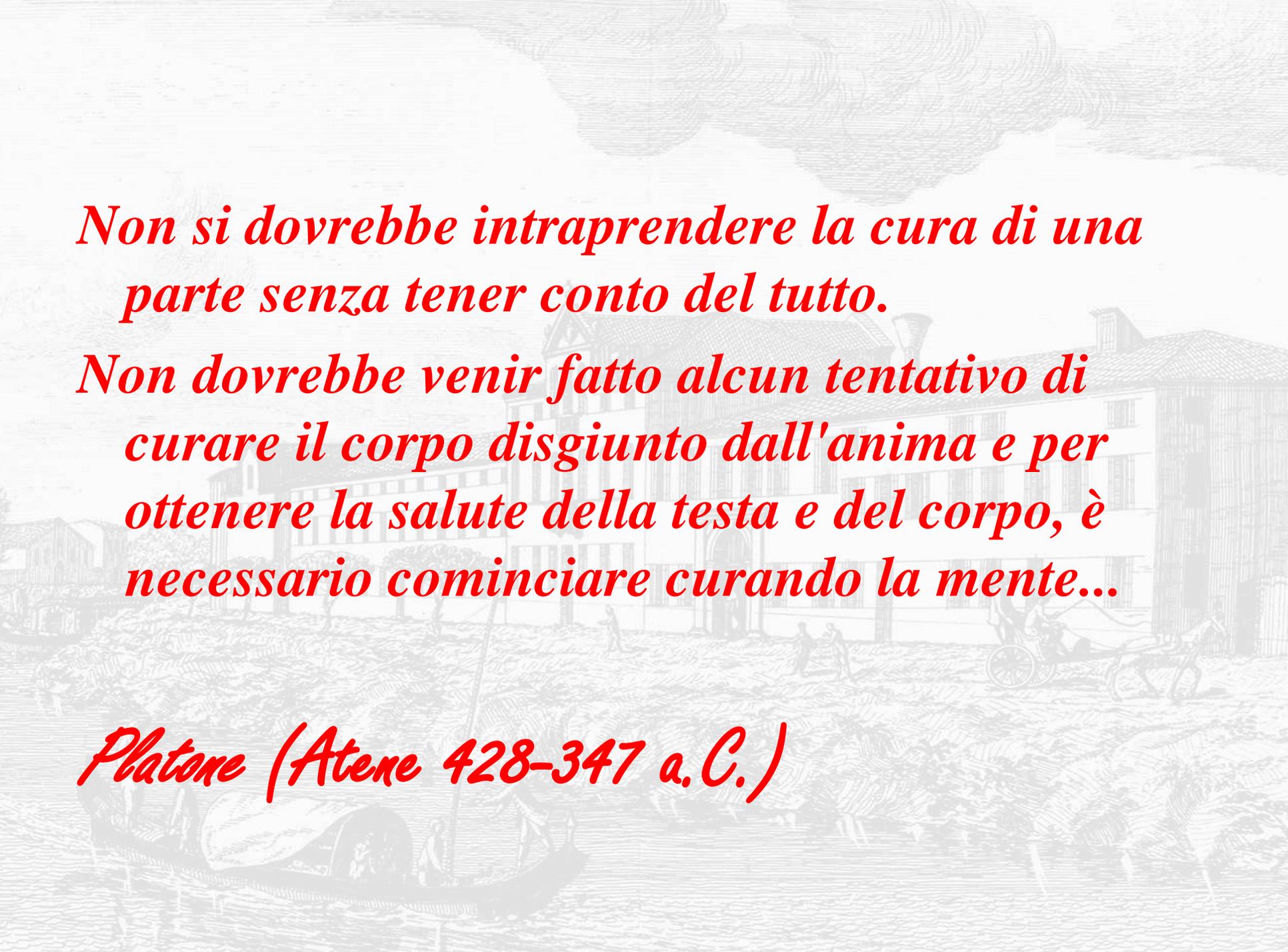
DEGENERAZIONE

NEOGENESI

Cronicizzazione	Deficit	Disaccoppiamento
depressione endogena, psicosi, nevrosi da paura, sindrome psichica organica	schizofrenia, deficienza mentale	mania, catatonia

MODELLO EPISTEMOLOGICO DELLA MEDICINA FISIOLÓGICA DI REGOLAZIONE





Non si dovrebbe intraprendere la cura di una parte senza tener conto del tutto.

Non dovrebbe venir fatto alcun tentativo di curare il corpo disgiunto dall'anima e per ottenere la salute della testa e del corpo, è necessario cominciare curando la mente...

Platone (Atene 428-347 a.C.)



Mauro Hartsarich 346,8339577 mhartsaric@gmail.com