



## Aloe e Iperacidità dei tessuti

### Impariamo qualcosa in più sulla nostra salute

Mercoledì 19 aprile a Roma presso la sede FLP, si è svolto un interessante training, tenuto dalla Dr.ssa Susanne Schwemmlin, medico omeopata e naturopata dell'Università di Monaco di Baviera, esperta di medicina ortomolecolare.

L'argomento trattato riguardava un particolare aspetto della nostra salute, poco conosciuto dalla maggior parte di noi e spesso trascurato dai medici della medicina tradizionale: l'iperacidità dei tessuti del nostro corpo.

Proviamo a capire di cosa si tratta. Recenti ricerche mediche hanno evidenziato l'importanza che riveste il corretto rapporto acido-basico per un organismo sano. Il nostro organismo ha una tendenza naturale a produrre scorie acide, frutto costante di tutti i processi metabolici che compie al suo interno.

Prima di proseguire e per meglio comprendere il problema, ricordiamo cos'è il pH:

"Il pH è una scala di misura dell'acidità o della basicità di una sostanza o di una soluzione, espressa secondo una scala i cui valori vanno da 0 a 14: **il valore 7 indica la neutralità, mentre un pH inferiore a 7 indica che la soluzione è acida e superiore che è basica o alcalina**".

L'organismo umano ogni giorno dà vita ad una serie di meccanismi necessari a controllare gli equilibri di numerosi fattori fondamentali: ossigenazione, temperatura, glicemia, per citarne alcuni, nonché il pH.

Proprio quest'ultimo è quello che necessita del più rigoroso controllo, indispensabile a mantenerci in salute. Tanto per comprenderne l'importanza: il pH del sangue deve assolutamente mantenersi costante entro un limite compreso tra pH 7,35 e pH, 7,45. Poco sotto o sopra questo range, non stiamo bene.

Per farlo deve necessariamente liberarsi da ogni tipo di sovraccarico acido; e per questo che consegna

gli acidi ai nostri organi escretori: intestino, reni, fegato, polmoni e pelle, per la loro eliminazione.

Ma cosa succede quando anche questi organi sono troppo carichi? Lo smaltimento di queste sostanze avviene grazie a molecole di trasporto, che catturano gli acidi stessi, li trasformano e poi li eliminano. Quando gli organi escretori non hanno momentaneamente a disposizione tali molecole, perché le hanno già utilizzate tutte, sono costretti ad attivare un meccanismo di compensazione, che è quello di depositarli temporaneamente nel tessuto connettivo. Appena le molecole di trasporto saranno tornate disponibili, gli organi escretori richiameranno gli scarti acidi dal tessuto connettivo per procedere alla loro escrezione.

Il problema per la nostra salute comincia quando l'eccesso di questi acidi diventa permanente ed il deposito nel tessuto connettivo da transitorio diventa definitivo.

Le molecole di trasporto (basi), citate poco sopra, non sono altro che sali minerali, come Calcio, Potassio, Magnesio e Sodio ecc. che vengono reperiti, utilizzati e consumati per

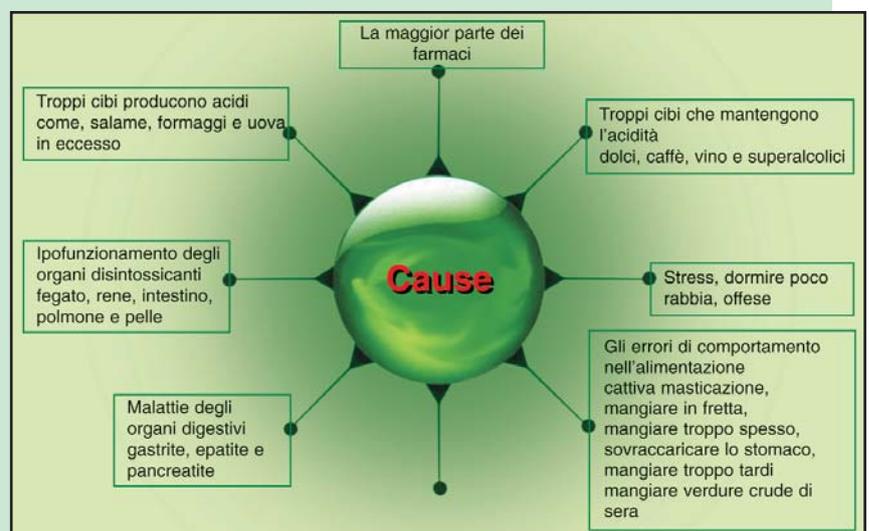
neutralizzare gli acidi. È più facile ora comprendere cosa succede quando, per sovraccarico, le molecole destinate a sciogliere gli scarti acidi sono carenti.

Il nostro organismo è costretto a reperire queste sostanze al suo interno, andandole a prelevare dalle cellule dei tessuti, danneggiandole. Una costante presenza di acidi, che non riescono ad essere eliminati, altera inevitabilmente il pH del nostro organismo, creando seri problemi di salute.

Non solo, ma il nostro tessuto connettivo, indispensabile nell'attività di trasmissione e comunicazione tra cellule, si trasforma in un tessuto alterato dalla iperacidità, privo di elasticità, dando il via ad una serie di meccanismi a catena come, per citarne uno, l'eccesso di acqua al suo interno (edemi, linfostasi ecc.), chiamata in maggior quantità per legare ed eliminare gli acidi.

Cerchiamo brevemente di comprendere quali sono le cause della iperacidità, le conseguenze sulla salute e gli strumenti per combatterla.

Alcuni dei motivi più frequenti della iperacidità sono indicati nello schema che segue:



In quello che segue, invece, sono riportate le conseguenze:

### Osteoporosi

I nostri organi escretori, come abbi-



Come si può notare, con sorpresa, la maggior parte dei disturbi di cui soffriamo sono la conseguenza di un sovraccarico permanente di acidi!

In assenza di malattie, la causa più comune della iperacidità è dovuta purtroppo ad un'errata alimentazione. Noi che utilizziamo l'Aloe, conosciamo bene i fattori che rendono l'alimentazione dei nostri tempi inadeguata: l'inquinamento ambientale, il pH acido delle piogge, l'impoverimento nutrizionale dei cibi, gli additivi... Sappiamo bene anche che non solo abbondiamo di calorie vuote, ma lo stress a cui siamo sottoposti aumenta la necessità di micronutrienti; se a tutto questo aggiungiamo che la maggior parte del cibo di cui ci nutriamo è acido, avremo un quadro completo di quanto sia vitale comprendere l'importanza dell'equilibrio acido-basico del nostro organismo.

Considerata la vastità dell'argomento e per far comprendere velocemente quanto sia determinante il suo squilibrio, basterà citare un esempio per tutti: l'osteoporosi, uno dei tanti disturbi che affliggono i nostri tempi.

amo già menzionato, utilizzano sali (basi) per neutralizzare gli acidi. Il meccanismo di neutralizzazione funziona benissimo se le basi sono presenti nella quantità adeguata, fornite principalmente dal cibo. Quando la loro disponibilità è ridotta, gli organi escretori sono costretti a reperirne altre, normalmente necessarie ad altre funzioni; in particolar modo vanno a rintracciare i sali più facilmente solubili, come fosfati e calcio presenti nello scheletro, evidente la conseguenza: la demineralizzazione delle ossa, ossia osteoporosi.

L'iperacidità è coinvolta in quasi tutte le malattie, quali strumenti allora abbiamo a disposizione per combatterla o, meglio ancora, prevenirla?

Uno strumento assolutamente indispensabile è quello di una sana e corretta alimentazione.

Bene, per noi che beviamo Aloe Vera, che conosciamo la sua azione antiossidante grazie a tutti i suoi componenti eccezionali ed insieme al contributo di tutti gli integratori a nostra disposizione, abbiamo già capito quale nesso ci lega a questo argomento: **l'Aloe è un formidabile fornitore di basi, ma c'è di più: basti pensare all'importantissima azione**

**di disintossicazione che produce sul nostro tessuto connettivo!**

Aloe Vera e integratori alimentari sono uno strumento eccezionale per riequilibrare il nostro rapporto acido-basico, ma da soli potrebbero non bastare:

**sedentarietà o eccesso di sport, sovrappeso, fumo, alcool, stress psico-fisico, farmaci ...**

sono chiaramente elementi determinanti per portare il nostro organismo ad una iperacidità cronica, per combatterla dobbiamo agire complessivamente, modificando il nostro stile di vita:

- Cambiare alimentazione
- Alleggerire il compito degli organi escretori
- Risanare la flora intestinale
- Disintossicarsi
- Stimolare il linfodrenaggio
- Curare l'igiene e la salute della pelle
- Fare attività fisica senza eccessi.

Riflettiamo bene sui 7 punti indicati, solo 2 (il primo e l'ultimo) coinvolgono i nostri prodotti non completamente o in modo indiretto, ma per tutti gli altri 5 abbiamo a disposizione quanto di meglio possa essere proposto a supporto del nostro riequilibrio acido-basico.

*fine della prima parte*