

## SCHEMI DRENAGGIO

**INTOSSICAZIONE:** alimentare - ambientale - psichica ☞ **TOSSINE**

<i>Metalli pesanti</i>	<i>Agenti chimici</i>	<i>Composti microbici</i>	<i>Prodotti del metabolismo proteico</i>
piombo, mercurio, cadmio, arsenico, nickel, alluminio	Farmaci, pesticidi, erbicidi, additivi alimentari, solventi	Endotossine, esotossine, amine tossiche, derivati biliari, sostanze cancerogene	Ammoniaca, urea

Lo stato di intossicazione provoca modificazioni della *microflora intestinale* con riassorbimento delle scorie che, passando nel sangue, causano: - cefalea - gonfiore addominale - oscillazioni del peso - stanchezza - dolori muscolari - costipazione - artralgie - malessere - tremori - intolleranze alimentari. Si possono manifestare segnali sulla cute quali: - eritemi - teleangectasie - foruncolosi.

**DRENAGGIO** (dell'*organismo*, d'*organo*, degli *emuntori*): attivazione dei processi depurativi e di eliminazione dei residui tossici che sovraccaricano l'organismo. "*il drenaggio aiuta la funzione e sostiene l'organo*"

<b>ORGANI EMUNTORI:</b> (organi deputati alla eliminazione delle tossine)	<i>FEGATO E SISTEMA EPATO-BILIARE, RENE E EMUNTORIO RENALE, INTESTINO, SISTEMA CUTANEO E GHIANDOLARE, SISTEMA LINFATICO, MESENCHIMA, POLMONI</i>
--	--

### *caratteristiche generali di un buon drenaggio*

- trattamento dolce e graduale.
- considerare la patologia d'organo e la costituzione
- correggere e sostenere una funzione
- regolarla, mantenerla e rinforzarla

Il drenaggio è utile prima di ogni trattamento ed indispensabile nelle situazioni d'intossicazione. Il drenaggio segue nell'organismo la direzione dall'interno verso l'esterno e dal profondo verso la superficie secondo i principi omeopatici.

Il drenaggio può: - evidenziare i sintomi - aumentare la reattività e l'energia individuale - accelerare la guarigione

PRINCIPALI CLASSI DI RIMEDI DRENANTI (utilizzate in combinazione fra loro agiscono sinergicamente):	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <i>fitoterapia</i> (organospecifica e/o costituzionale)</li> <li>✓ <i>meristemoterapia</i> (attivazione del Sistema Reticolo Istiocitario)</li> <li>✓ <i>oligoterapia</i> (sostegno terreno)</li> </ul>
--	--

### *Fasi omotossiche*

<i>Fasi umorali</i>	<i>Fasi cellulari</i>
1. escrezione	4. impregnazione
2. reazione	5. degenerazione
3. deposito	6. differenziazione neoplastica

### *Sull'intestino influiscono:*

- clima - familiarità - alimentazione - stress, emotività - stili di vita - respirazione - funzionalità epatica - gravidanza - farmaci

### INTESTINO

### *i problemi intestinali si manifestano:*

- allergie, intolleranze - malattie croniche degenerative - sistema immunitario - cefalee - pelle - umore - cavità orofaringea - polmoni - disturbi urogenitali - disturbi articolari

L'intestino è un *organo immunitario*: mucosa, sottomucosa e lamina propria (circa 300mq di superficie) ospitano fino all'80% delle cellule immunitarie del corpo, di cui la microflora è attivatore aspecifico.

**MALT** (Mucosal Associated Lymphoid Tissue): superficie delle mucose degli apparati, con aggregati non capsulati o cellule linfoidi (respiratorio, gastro intestinale, urogenitale, salivare, lacrimale).

Le funzioni protettive del blocco della mucosa sono			
meccaniche	umorali	cellulari	immunologiche

Il *tessuto linfatico* associato al MALT è l'85% del totale, di questo, il 50% è nell'intestino, **GALT**, che comprende: placche di Peyer, linfociti, macrofagi, plasmacellule, linfonodi epiteliali, lamina, follicoli

**Disbiosi**: alterazione della fisiologica flora batterica intestinale (eubionti) con la proliferazione di batteri patogeni e/o funghi. Può essere acquisita, o provocata da infezioni, alimentazione, antibiotici. A sua volta provoca:

- ✓ Atrofia della lamina propria
- ✓ Non maturazione delle cellule T
- ✓ Non sviluppo delle placche di Peyer
- ✓ Raddoppio del tempo di rinnovamento cellulare
- ✓ Stoccaggio delle tossine nella matrice (mesenchima) e quindi interruzione della comunicazione cellulare
- ✓ Alterazioni della morfologia e delle funzioni del tubo digerente (riduzione motilità intestinale)

<i>Disbiosi fermentativa (yin)</i>	<i>Disbiosi putrefattiva (yang)</i>
Cause: Alimentazione ricca di zuccheri e carboidrati raffinati: fermentazione acida nel tenue, con sviluppo di batteri acidogeni, i quali, aggredendo i carboidrati, determinano la liberazione di acidi organici. Gli acidi organici prodotti in quantità eccessiva vengono in parte assorbiti, in parte riutilizzati e in parte eliminati dagli emuntori	Cause: Alimentazione ricca di proteine e grassi, poche fibre: aumento della concentrazione batterica, produzione di <b>amine solforate volatili</b> (ac. salico, citrico, ecc.) eliminate dal polmone <b>fisse</b> (putrescina, cadaverina, ecc.) eliminate dal rene sovraccarico emuntori, accumulo acidi nel mesenchima, acidosi metabolica, ipersimpaticotonia, immunodepressione, malattie cronico-degenerative
Sintomi: Meteorismo, flatulenza, diarrea/stipsi, malessere, gonfiore sopraombelicale	Sintomi: Stipsi con feci dure e secche, flatulenza maleodorante, diarrea, cefalea, intontimento, dolori addominali
Intolleranze: crusca, verdure a foglia larga, spinaci, legumi, mais, agrumi	Intolleranze: uova, latticini, molluschi, proteine

### **Patologie digestive da eccesso di calore:**

- ✓ sete, desiderio di bevande fredde
- ✓ lingua rossa, senza induito o giallo scuro
- ✓ sapore amaro in bocca
- ✓ stipsi da ipertono intestinale con feci dure e secche
- ✓ spasmi acuti a fitte
- ☆RIDURRE o evitare sale, proteine animali e la quantità di cibo in generale
- ☆BERE molta acqua a digiuno, centrifugati e frullati (cavolo, sedano, finocchio, mela, kiwi), tisane tiepide (malva, tarassaco, carciofo), succo di rafano, "acqua" d'orzo, frutta e verdure crude di stagione all'inizio del pasto
- ☆CEREALI e legumi semintegrati e integrali (da evitare però nelle flogosi acute) quali orzo, mais, frumento, riso, ceci, fagioli grandi, fave, soia verde e tofu
- ☆CREMA BUDWIG: pasto ricco di vitamine e minerali naturali, antiossidante
- ☆BRODI, minestre, cibi acquosi
- ☆ZUPPA DI MISO senza sale, con 1/2 c. di miso del tipo mugi o natto
- ☆LIMONE spremuto e diluito in acqua con aggiunta di 1/2-1 c. di cloruro di magnesio
- ☆OLIO DI RICINO, rossolio, clorodar
- ☆FLORA INTESTINALE (lactobacillus acidophilus, bifidobacillus, etc.)
- ☆FICUS CARICA MG: parasimpaticolitico
- ☆NUX VOMICA 5-7-9 ch se ci sono feci dure, gonfiore, pesantezza e crampi dopo il pasto, e se l'eruttazione dà sollievo
- ☆ARGILLA sia per uso interno che esterno (impacco); assorbe tossine ed eccesso di calore nelle flogosi. bere la sospensione acquosa per 7-21 giorni in caso di diarrea con febbre, infiammazione acuta, eventuale infezione intestinale. Si prepara aggiungendo 1 c. di argilla verde a 1 b. d'acqua tiepida. mescolare e bere a digiuno o dopo ogni ev. scarica diarroica. se subentra stitichezza, preparare nello stesso modo ma lasciare riposare alcune ore la sospensione affinché l'argilla si depositi, quindi bere solo l'acqua senza rimescolare. **Impacco di argilla:** aggiungere all'argilla 1 c. di aceto di mele e acqua poco per volta, mescolando, fino ad ottenere un impasto cremoso. spalmare sulla cute uno strato spesso 1-2 cm, coprire con una pezza o con pellicola trasparente e tenere da 15 min. a 1 ora. rimuovere, sciacquare con acqua e asciugare. Effetto simile ma più delicato hanno la terra di bosco (humus) o la torba (pelsanoi, moor) sia per uso interno che esterno.

### **Patologie digestive da vuoto di calore:**

- ✓ desiderio di calore sul ventre e in generale
- ✓ ipersensibilità al freddo che può causare diarrea
- ✓ lingua con induito bianco o giallo chiaro
- ✓ digestione lenta, iposecrezione gastrica
- ☆EVITARE latticini crudità dolciumi bibite, succhi di frutta, eccesso di liquidi
- ☆BERE tisane calde (malva, cicoria, frassino, rabarbaro, boldo, curcuma, agrimonia) in quantità moderata; the mu al mattino: tonificante, riscaldante, curativo nelle febbri minori di 38°; decotto di lotus e alloro: tonifica e riscalda, "asciuga" muco e catarro
- ☆ZUPPE di miso all'inizio del pasto con 1 c. a porzione di miso del tipo radio; minestrone e ribollite a lunga cottura, poco brodose, con aggiunta di polvere di lotus (1/2 cucchiaino a porzione)
- ☆BEVANDA DI KUZU: tonificante, nutriente, antivirale, riduce vomito e diarrea
- ☆VERDURA E FRUTTA di stagione cotte o scottate, con aggiunta di kuzu (mele, pere, prugne, carote, radici e foglie piccole)
- ☆CEREALI E LEGUMI tostati prima della cottura, semintegrati e integrali fra cui farro, miglio, riso, avena, segale, grano saraceno, soia rossa, lenticchie di rodi. proteine animali (uova, carne rossa) 2-3 volte a settimana
- ☆OLIO DI IPERICO, di sesamo, poco olio in generale
- ☆GOMASHIO (sesamo tostato macinato con sale marino integrale) fra i condimenti
- ☆ bevanda BANCHA-ZENZERO-TAMARI-UMEBOSHI a fine pasto: è tonificante, riscaldante, antinfiammatoria
- ☆LIMONATA calda con 1/2 c. di cloruro di magnesio e psillio cuticola 1-3 c.
- ☆FLORA INTESTINALE (lactobacillus acidophilus, bifidobacillus)
- ☆PLASMOLISATI DI LIEVITO (strath): fortificante che contiene vit. B, aminoacidi
- ☆VACCINUM VITIS MG: tonificante del colon
- ☆CHINA OFFICINALIS 5-7 ch se c'è gonfiore di tutto il ventre dopo aver preso freddo, diarrea senza spasmi dolorosi ma spossante, eruttazione che non dà sollievo
- ☆ACQUA DI ARGILLA: preparare con acqua bollente e lasciare decantare
- ☆MOXIBUSTIONE: applicazione di calore ai punti di tonificazione e alle zone di riflesso cutaneo degli organi e visceri deputati alla digestione, secondo la MTC

### **Alimentazione e integratori per il sistema digerente**

Visceri e organi digerenti sono interdipendenti e funzionalmente correlati agli altri apparati, allo stato psichico e all'ambiente. Dieta e rimedi devono adattarsi allo stato energetico del soggetto e tenere conto del "terreno" su cui si sviluppa la patologia: costituzione e temperamento, tipologie e diatesi, familiarità. Sintomi e malattie hanno cause multifattoriali: lo stesso sintomo (es. stipsi) può insorgere per cause differenti e richiedere trattamenti molto diversi. anamnesi, osservazione comportamentale e fisiognomica, esame obiettivo, microsemeiotica oftalmica (iridologia) orientano nella valutazione e nelle scelte terapeutiche.

Quantità, qualità, modalità di preparazione e di assunzione del cibo determinano lo stato di salute e l'evoluzione delle patologie. in generale è quasi sempre utile:

- ✓ moderare la quantità di cibo e masticare di più (annusare e gustare oltre a "mangiare con gli occhi")
- ✓ scegliere prodotti biologici ed evitare cibi industriali, raffinati, denaturati, additivati, transgenici
- ✓ mangiare molto al mattino (associazioni libere), abbastanza a pranzo (proteine + verdure) e poco a cena (carboidrati + verdure)
- ☆**Prebiotici** (nutrono i batteri int. benefici): carboidrati a catena corta (fruttooligosaccaridi, inulina), resistenti alla digestione nel tenue, che fermentano nel crasso. **Fermenti lattici.** Per assorbire i gas: anice, finocchio, malva, carbone (no se stipsi), fibre (no se flogosi)

## FEGATO

### Sul fegato influiscono:

-clima –familiarità –alimentazione –stress, emotività – virus, batteri –reni, immunitario –funzionalità gastro-intestinale –tossine, farmaci

Il fegato è la **centralina metabolica**, il grande filtro dell'organismo, che metabolizza i SALI BILIARI:

**pigmenti biliari** (bilirubina), **porfirine** (eme), **colesterolo** (micelle), **acidi biliari**, fondamentali nella metabolizzazione di: **proteine** (aminoacidi, ammoniaca, urea), **zuccheri** (glicogeno), **lipidi** (acidi grassi), **farmaci**, **ormoni**, **vitamine**.

Il fegato funge da **riserva circolatoria** e di **ferro**, da **filtro macrofagico** (cellule di Kupfer),

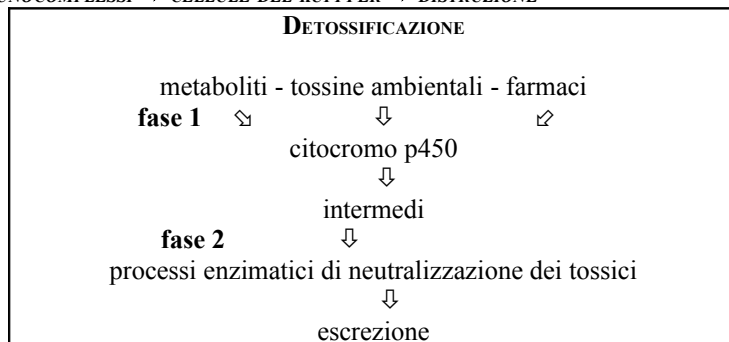
come organo di **detossificazione ed escrezione** (ciclo dell'urea, collegato ai reni)

Ogni minuto 2/4 del sangue totale vengono filtrati e detossificati dal fegato. Il sangue proveniente dall'intestino e carico di tossine viene filtrato dal fegato e, se l'organo è in buona funzione, è in grado di eliminare fino al 99% dei batteri già al suo primo passaggio.

Se il fegato è danneggiato la quantità di tossine aumenta.

FILTRAGGIO DEL SANGUE: BATTERI-ENDOTOSSINE–IMMUNOCOMPLESSI ⇔ CELLULE DEL KUPFFER ⇔ DISTRUZIONE

**DETOSSIFICAZIONE:** avviene in due fasi, la prima fase che vede l'intervento del sistema enzimatico citocromo p450 e come cofattori: rame, magnesio, zinco e vit.C. In questa fase la tossina viene direttamente neutralizzata e resa idrosolubile per essere eliminata attraverso i reni o modificata a formare intermedi che passano alla fase 2. La seconda fase coinvolge diverse vie enzimatiche che attaccano le tossine che verranno eliminate con la bile. In questa fase si ha la produzione di radicali liberi e richiede l'attivazione dei sistemi antiossidanti intraepatici (glutazione perossidasi, acido lipoico). Intervengono come cofattori selenio, zinco, acido folico, vit.B2, B5, B 12, C.



**ESCREZIONE DELLA BILE:** è la via principale di eliminazione delle tossine attraverso la bile che rappresenta il vettore per le sostanze tossiche che vengono così riversate nell'intestino. In questa sede la bile e le tossine vengono inglobate nelle fibre ed eliminate, se la dieta è povera di fibre le tossine vengono riassorbite, se vi è stasi epatica, dovuta ad intossicazione da farmaci, alcool o epatiti, le tossine restano a livello epatico danneggiandolo

**DRENAGGIO DEL FEGATO:** il drenaggio di fegato e vescicola biliare andrà a sostenere le funzioni cataboliche disintossicanti e di eliminazione con solubilizzazione delle scorie che saranno eliminate dai reni e dalle vie biliari. Sarà utile in caso di: intossicazione da farmaci, per abusi alimentari, tossici ambientali o in situazioni di stress, in relazione alla costituzione.

FEGATO FREDDO/YIN	FEGATO CALDO/YANG
Epatomegalia, steatosi, insuff. Epatobiliare, epatite cronica, cirrosi, stasi portale, ascite, colecistopatia ipotonica scleroatrofica, colelitiasi asintomatica, allergie cutanee, eritemi urticarioidi, stipsi con feci molli, varici (esofago, emorroidi, gambe), ipotensione, ipotiroidismo, miopia, calazzi, visus instabile (accomodamento), digestione lenta con sonnolenza, dolori reumatici cronici, cefalee fronto-orbitali, cisti ovariche sierose, ipertrofia prostatica	Epatite acuta, discinesie biliari, spasmi, colelitiasi sintomatiche, coliche biliari, gastroduodenite, ulcera peptica, colopatia funzionale ascendente, tachicardia, palpitazioni, ipertensione, emicrania temporale e oftalmica, poliartralgie acute, stipsi con feci secche, dermatiti eczematose, herpes, rinite e asma allergici, nausea, ipertono muscolare, contratture spastiche, tendiniti acute, blefaro-congiuntiviti, prostatiti acute.
Temperamento & comportamento	
Ira trattenuta, malinconia, depressione, insoddisfazione, blocchi emotivi, mancanza di fiducia in se	Iperattività collerica con crisi di breve durata, temperamento coraggioso e decisionista, creativo e mutevole, teme il vento

### inquadramento energetico delle piante di drenaggio di fegato e vescicola biliare

piante riscaldanti	piante raffreddanti	piante di riequilibrio (miste)
<b>Cardo Mariano</b> , incrementa l'azione antiossidante aumentando la sintesi di glutazione e promuove la rigenerazione del tessuto epatico; <b>Angelica</b> , <b>Rosmarino</b> , <b>Cipresso</b> , impacchi di <b>Achillea</b>	<b>Carciofo</b> , aumento della produzione e secrezione biliare, riduzione della sintesi di colesterolo e incremento dell'eliminazione di urea da parte del rene; <b>Boldo</b> , <b>Rafano</b> , <b>Ippocastano</b> , <b>Amamelide</b>	<b>Tarassaco</b> , aumenta la produzione biliare e l'eliminazione renale delle tossine; <b>Curcuma</b> , agisce sulla fase 2 di detossificazione; <b>Fumaria</b> , ha azione anfocoleretica e attiva il ciclo di Krebs; <b>Nocciolo</b> , riequilibratore in caso di dismetabolismi e inibitore della sclerosi del parenchima epatico; <b>Crisantello</b> , ha effetto antiossidante e detossificante, epatoprotettore e di riduzione della sintesi di colesterolo e trigliceridi

**eliminazione metalli pesanti** vit. C, beta carotene vit. E, vit. B, sali minerali (calcio)

**ipercolesterolemia** crisantello americano

**affezioni reumatiche** artiglio del diavolo

**emorroidi e varici** amamelide

**calcolosi biliare** achillea, cicoria, fumaria ( per riequilibrare la produzione epatica di bile); rafano, curcuma, boldo (per regolarizzare il riempimento e lo svuotamento del la vescicola biliare); carciofo, tarassaco, curcuma (azione mista)

**Insufficienza epatica** manganese + zolfo

## CUTE

### *pelle malsana in corpo malsano*

Pelle: "organo" di protezione interno-esterno, "organo" di eliminazione attraverso il sudore, "organo" di respirazione; espressione dello stato degli organi interni. Quello che l'organismo non riesce a eliminare attraverso l'intestino o il fegato può manifestarsi sulla pelle. Le manifestazioni della pelle possono essere espressione di alterazioni funzionali o organiche dell'intestino o del fegato, o del sistema ormonale o del sistema immunitario o del sistema nervoso, oppure della concomitanza di più organi o apparati. I disturbi cutanei più frequenti sono: dermatiti, eczemi, orticarie, acne, psoriasi e disturbi autoimmuni.

Il percorso per riconoscere eventuali relazioni deve tener conto dei seguenti fattori:

- |  |                                 |
|--|---------------------------------|
| - familiarità                              | - localizzazione                |
| - modalità e tempi di insorgenza           | - causalità dirette o indirette |
| - elementi di aggravamento o miglioramento | - caratteristiche della lesione |

#### **Funzioni della cute:**

- |  |  |
|--|--|
| <b>meccanica</b> (protezione dai traumi)                   | <b>filtrazione</b> (selezione sostanze da assorbire) |
| <b>biologica</b> (protezione dai microrganismi)            | <b>tampone</b> (neutralizzazione di acidi e basi)    |
| <b>termoregolatrice</b> (sudorazione e riflessi vascolari) | <b>sensoriale</b> (percezione tattile)               |
| <b>emuntoria</b> (eliminazione di acqua ed elettroliti)    |  |

La pelle è un organo in grado di informarci dello stato interno dell'organismo. Interviene come sostegno degli emuntori principali quando il sovraccarico di tossine è alto. Se c'è un blocco degli emuntori principali, fegato, rene ed intestino, può comparire un problema cutaneo.

la pelle può essere considerata come un:

- sistema anatomico** che racchiude e dà la forma (metallo) e sede di risonanze facilmente osservabili
  - sistema di scambio** che attraverso l'assorbimento e l'eliminazione regola la comunicazione tra interno-esterno e l'invio all'esterno di segnali emotivi
  - sistema di protezione** da stimoli nocivi
  - sistema di eliminazione** per la detossificazione delle impurità del sangue
- Il **sudore** è uno dei principali mezzi di eliminazione delle tossine.

Lo stato funzionale dell'**intestino** è il primo parametro da valutare essendo quasi sempre coinvolto nelle alterazioni della pelle (quello che l'intestino non riesce ad eliminare lo fa la pelle)

- |  |  |
|--|--|
| - possono aggravarsi (es. arrossamento) con la digestione e/o stipsi | - non c'è una localizzazione specifica           |
| - la pelle può apparire untuosa, opaca, disseminata di foruncoli     | - le manifestazioni tendono alla cronicizzazione |
| - le intolleranze alimentari ne sono espressione diretta             | - è spesso coinvolto il fegato                   |
| - sono espressione di uno stato tossiemico generale                  |  |

La difficoltà di eliminare le tossine da parte del **fegato** può manifestarsi con alterazioni cutanee

- le lesioni assumono un aspetto "orticariforme" nelle intossicazioni acute da alimenti, farmaci, ecc.
- le lesioni assumono un aspetto puntiforme e/o di arrossamento nelle forme allergiche croniche
- le manifestazioni sono spesso pruriginose
- spesso c'è stagionalità
- l'aspetto della pelle può essere untuoso o secco
- l'aspetto purulento coinvolge anche l'intestino

Il sistema **ormonale** condiziona lo stato della pelle

- sono coinvolti entrambi i sessi (acne giovanile) e spesso c'è familiarità
- le manifestazioni sono riconducibili ad alterazioni del ciclo mestruale o patologie ginecologiche
- spesso c'è localizzazione precisa
- l'emotività alterata è un fattore di aggravamento -vanno valutate la funzionalità epatica e intestinale

Il sistema **immunitario** e le manifestazioni allergiche

- nelle orticarie (allergiche, da frigore, da contatto, ecc.), negli eritemi solari, nella dermatite seborroica
- può esserci familiarità
- va valutata l'entità dell'energia psico-fisica, lo stato emotivo, la funzionalità intestinale e epatica
- il sistema immunitario non va stimolato ma modulato -la psoriasi è la manifestazione cutanea complessa che coinvolge prevalentemente il sistema immunitario

L'**ansia**, lo **stress**, l'**emotività** alterata sono fattori di aggravamento di certe manifestazioni cutanee (arrossamenti, prurito, disidrosi)

Classifichiamo le **piante sudorifere** in base alla loro natura calda o fredda:

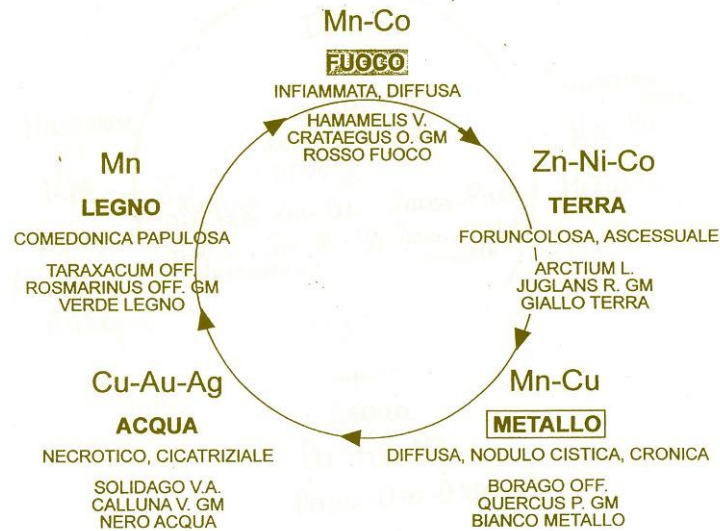
- |  |  |
|--|--|
| Le piante sudorifere a valenza <b>yin rinfrescante</b><br>ci permettono di eliminare calore attraverso la sudorazione<br>(sambuco - eucalipto - tiglio - salice - borragine) | Le piante sudorifere a valenza <b>yang riscaldante</b><br>aumentano la sudorazione ed apportano anche calore<br>(zenzero - garofano - cannella - salsapariglia - liquirizia) |
|--|--|

#### **oli essenziali e drenaggio cutaneo**

rosmarino (purificante), timo (detossicante), issopo (vulnerario), camomilla (decongestionante), carota (antiinvecchiamento, frizionata su tutta la superficie cutanea è un potente detossicante della rabbia repressa che congestiona il fegato)

Gli o.e si utilizzano in: a) bagni con eventuale aggiunta di sale marino, b) saune, c) massaggi (gli o.e vengono miscelati in una base oleosa o in una crema); per esempio nelle psoriasi sono utili i bagni con i sali del mar morto e l' o.e di tea tree .

## INQUADRAMENTO ENERGETICO-COSTITUZIONALE DELL'ACNE



### RENE

#### *Sui reni influiscono:*

- clima –familiarità –alimentazione –stress, emotività –
- respirazione –funzionalità intestinale –gravidanza –
- farmaci – surmenage – cuore – virus, batteri

#### *i problemi renali si manifestano:*

- Ossa, denti, capelli – diuresi – libido – fegato – cuore, pressione –
- immunitario – freddolosità - astenia

I reni sono organi di regolazione omeostatica dell'organismo, hanno la funzione di:

- depurare l'organismo da urea ed acido urico
- mantenere costante la composizione del sangue
- mantenere l'equilibrio idrico e salino
- regolare il pH

Il compito di eliminazione dei metaboliti e di controllo e regolazione dei liquidi corporei ne fanno degli organi emuntoriali principali. Il drenaggio renale sostiene e rinforza le funzioni renali disintossicanti, aumentando la diuresi e l'eliminazione dei prodotti dei diversi metabolismi, degli elettroliti, delle scorie di farmaci ed altri.

#### IL DRENAGGIO DEL RENE È UTILE IN CASO DI:

- artrite e artrosi
- iperuricemia
- iperazotemia
- edemi
- stati infettivi
- litiasi renale

#### PIANTE INDICATE NEL DRENAGGIO RENALE

- Betulla, solidago, ortosiphon, frassino, parietaria, rusco
- Erica, peduncolo di ciliegia, ononide gramigna, mais

### LITIASI URINARIA

Litiasi <i>calcica</i> (Parietaria Officinalis, Solidago Virga Aurea, Chrisantellum Americanum)	Litiasi <i>fosfatica</i> (Calluna Vulgaris, Eryngium Campestris, Solidago Virga Aurea, Rubia Tinctoria)	Litiasi <i>urica</i> (Betula Alba, Fraxinus Excelsior, Ortosiphon Stamineus, Erigeron Canadensis, Sambucus Nigra)
---	---	---

### POLMONI

<b>Fenomeni yang:</b> Asma, bronchiti acute, tosse secca stizzosa, pelle secca, coliti dolorose Verbasco, primula, altea, polmonaria, marrobio, borragine, Cu	<b>Fenomeni yin:</b> Bronchiti croniche, riniti croniche, atonia colon, catarro stagnante cronico Timo, eucalipto, alloro, farfara, liquirizia, desmodium, Mn-Cu
--	---

**Alimentazione:** ridurre latticini; aumentare clorofilla, riso int., piccante; tè bancha-zenzero-tamari-umeboshi; lotus+alloro

**Oli essenziali:** pino, eucalipto, timo

**Gemmoderivati:** pino mugo, ribes nigrum, viburno

La quantità di ossigeno incorporata e distribuita ai tessuti dipende anche dalla qualità del **respiro**: sbloccare il diaframma.

### ALLERGIE

#### Immunoglobuline e logge MTC (con qualche azzardo)

<b>IgE=legno</b>	<b>IgG=fuoco</b>	<b>IgM=Terra</b>	<b>IgA=metallo</b>	<b>Linfociti T (IgD)=acqua</b>
PARAMETRI				
manifestazione	stagionalità		organi coinvolti	
Esterna (pelle, lacrimazione...)	Primavera/legno	Autunno/metallo	pelle	Polmone
Interna (più severa: diarrea, cefalea...)	Estate/fuoco	Inverno/acqua	intestino	App. circolatorio
Generalmente vengono coinvolte due logge				
Legno - metallo		Legno - acqua		Legno - fuoco
<b>PRIMAVERA:</b> Tonificare legno / disperdere metallo			<b>AUTUNNO:</b> Tonificare metallo / disperdere legno	

#### **Allergie primaverili:**

prevenivamente **Manganese** oligo (1fl.x3 volte sett.) e **Rosmarino MG** (50gtt. 2 volte al di)

in fase acuta **Ribes N. MG** (30-50gtt.) + **Rosmarino MG** (30 gtt.) 3 volte al di

## IL TERRENO ACIDO/BASE E IL DRENAGGIO INTEGRATO DEL MESENCHIMA

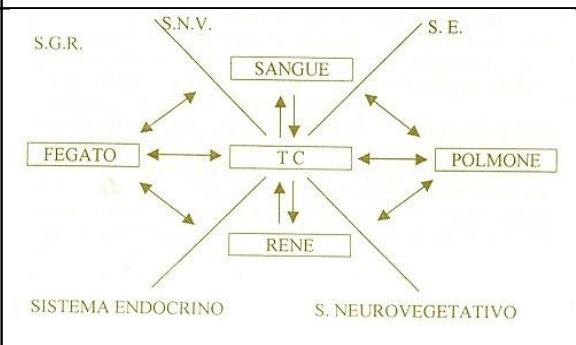
L'Equilibrio Acido/Base dei fluidi corporei è la condizione indispensabile al mantenimento delle reazioni fisiologiche coordinate, che a loro volta mantengono stabili e in **omeostasi** la maggior parte delle situazioni fisico-chimiche ed "emozionali" del nostro corpo. Lo studio delle dinamiche Acido/Base può darci importanti informazioni sul concetto di costituzione intesa come blocco di caratteri psico/fisici all'interno di una determinata struttura corporea.

L'uomo deve essere considerato un insieme di molecole organizzate **biociberneticamente**, un sistema di flusso, dove i molteplici rapporti tra le strutture organiche sono soggette ad un principio organizzativo biocibernetico (Von Bertalanffy). L'Equilibrio Acido/Base, come del resto tutti gli equilibri dell'uomo, caratterizzati da meccanismi di **retroazione** (es. ipotalamo-ipofisi-ghiandole endocrine), tutte le reazioni, si svolgono secondo una sequenza ininterrotta e con sinergismo grandioso, secondo il principio integrato "tutto agisce su tutto". Tutti i meccanismi vitali non mirano che ad uno scopo, quello di mantenere l'unità delle condizioni della vita nell'ambiente interno, e che la stabilità dell'ambiente interno è la condizione di una vita libera ed indipendente. Quindi, le condizioni del mezzo interno di un individuo, con le sue dinamiche Acido/Base, rappresentano fisiologicamente il terreno nel quale si riflette l'intero stato di salute. Per l'omotossicologia, la malattia è espressione di una lotta che l'organismo sostiene contro veleni o avvelenamenti nel tentativo di compensarsi e quindi le malattie sono reazioni "opportune" che servono a ripristinare lo stato di salute.

Il **Sistema della Grande Difesa** è composto da cinque sottosistemi connessi fra loro, che hanno una unica direzione verso la tossina da cui scaturisce la malattia. Questi sotto sistemi in equilibrio di flusso tra loro, hanno come scopo sia la disattivazione di tutte le sostanze nocive penetrate nell'organismo e quindi la loro eliminazione, sia la disattivazione e l'eliminazione di tutti quei metaboliti intermedi la cui concentrazione fuori norma può arrecare danno.

1. **Meccanismi Adeno-Ipofisario/Cortico-Surrenale**
2. **Riflesso Neurale**
3. **Fegato**
4. **Reticolo Endoteliale**
5. **Funzione Disintossicante Connettivo**

Per la Medicina Tradizionale Cinese l'uomo attraverso i cinque movimenti entra in relazione con il cielo che lo ricopre e la terra che lo sostiene. Quindi potremmo definire la salute "come un equilibrio tra uomo e ambiente". La rottura di questo equilibrio, porta l'individuo da uno stato di benessere alla patologia. L'Equilibrio Acido/Base è strettamente interconnesso a quello che chiameremo **Sistema della Grande Regolazione** (difesa), a sua volta legato a cinque sottoinsiemi tra loro strutturalmente uniti e che, governando l'omeostasi corporea, regolano il Terreno Acido/Base dell'individuo. Al centro di questo sistema, di cui è motore e perno, si colloca il **Tessuto Connettivo** (mesenchima, matrice extracellulare) attorno al quale "circolano" quattro sottoinsiemi: **Fegato, Sangue** (Cardiocircolazione), **Polmone** (Pelle), **Rene**.



I vari sottosistemi, in quanto sistemi aperti e circolari, scambiano "energia e materia" fra di loro e con l'ambiente circostante, mostrando che, quando c'è un afflusso di "energia non caotica", questa si diffonde attraverso l'intero sistema. L'Equilibrio Acido/Base dei fluidi corporei è l'espressione dell'equilibrio di flusso del Sistema della Grande Regolazione. La dialettica Acido/Base che identifica "metabolicamente" l'uomo si esprime attraverso modalità dinamiche che comprendono sia la costellazione endocrina che il sistema neurale centrale.

La dinamica centrale nella dialettica Acido/Base mesenchimale è legata al **ritmo circadiano**. Durante il giorno infatti i livelli Acido/Base del Tessuto Connettivo tendono verso l'acidosi con una relativa alcalosi del sangue, mentre durante la notte si ha una inversione della dialettica Acido/Base, con alcalosi del Tessuto Connettivo e relativa acidificazione del sangue. Il pH del sangue deve essere mantenuto costante perché anche piccole variazioni del suo valore determinano condizioni gravi fino alla morte dell'individuo. Il pH ematico è mantenuto costante dai vari sistemi che vengono definiti **sistemi tampone ematici** e/o generali che permettono al pH ematico di rimanere costante intorno al valore 7.4 (le variazioni tollerate vanno da 7.0 a 7.8).

### ACIDO/BASE E DEFINIZIONE DI PH.

**Acido:** specie chimica, HA, che in soluzione acquosa è in grado di produrre uno (monoprotico) o più (poliprotico) ioni  $H_3O^+$  aumentandone la concentrazione. **Base:** specie chimica, BOH, che in soluzione acquosa è capace di acquistare ioni  $H_3O^+$  diminuendone la concentrazione. L'**acqua** pura è una soluzione neutra in quanto gli ioni  $H_3O^+$  e gli ioni OH- sono in numero uguale e quindi si neutralizzano, derivati dalla reazione di dissociazione dell'acqua. Una soluzione è tanto più acida quanto maggiore è la sua concentrazione in ioni  $H_3O^+$ . Essendo la concentrazione idrogenionica di una soluzione espressa con valori molto diversi e piccoli è stato introdotto il concetto di pH per riuscire a stabilire una scala che permettesse di valutare in modo immediato e con minor margine di errore il grado di acidità o di basicità di una soluzione acquosa.

Il **pH** viene definito come il logaritmo in base 10 dell'inverso della concentrazione idrogenionica. La maggior parte delle soluzioni in cui ci si imbatte rientra nell'intervallo di valori di pH compresi tra 0 e 14; vengono definite **acide** le soluzioni con valori di  $pH < 7$ , **basiche** con valori di  $pH > 7$ . Il pH è una delle costanti fondamentali degli organismi viventi, che dispongono di particolari meccanismi per mantenerlo a livelli pressoché ottimali secondo le diverse esigenze (per es. 7,4 ca nei liquidi tissutali e nel plasma sanguigno dell'uomo, 6,1 nei muscoli, e valori diversi nei succhi digestivi: gastrico 1,2 : 3,0 e pancreatico 7,8 : 8,0 ecc.).

Si definisce **soluzione tampone** o "tamponata" una soluzione che si oppone indifferentemente alle possibili variazioni di pH dovute all'aggiunta di una modesta quantità di acido o di base o in seguito ad una diluizione. Miscela di un acido debole (capace di fornire protoni a una base forte) e della sua base coniugata sotto forma di sale, ottenuta per reazione dell'acido con una base forte (capace di accettare protoni degli acidi forti). Alternativamente può essere costituita da una base debole (atta ad accettare i protoni degli acidi forti) e del suo acido coniugato sempre sotto forma di sale, ottenuto dalla reazione della base debole con un acido forte (che cederà protoni alle basi forti). Un tampone resiste alle variazioni di pH poiché può reagire con la quantità di acido o di base aggiunta. Se la quantità di acido o di base è troppo elevata, il tampone si consuma e non è più in grado di resistere alle variazioni di pH. Il miglior funzionamento del tampone si verifica quando le concentrazioni dell'acido debole e del suo sale (o della base debole e del suo sale) sono in misura comparabile.

Il nostro centro, il **Tessuto Connettivo**, motore del Sistema della Grande Regolazione, è per il Terreno Acido/Base dell'individuo il più grande sistema tampone dell'organismo. Il Tessuto Connettivo, matrice extracellulare, mesenchima, è al centro della nutrizione e nutre tutti i territori. Per la MTC: "è il ministro dei granai", riceve i nutrienti, li trasforma e produce "energia nutritiva". Il tessuto connettivo non ha soltanto funzione di supporto e di riempimento, è il fattore di mediazione, il portatore del flusso nutrizionale, un "mezzo legante" sia meccanico che vitale. In quanto centro che presiede e mantiene i rapporti tra gli organi, ha quindi anche funzione di collegamento. Il pH mesenchimale è di conseguenza espressione dell'Equilibrio Acido/Base del corpo e ogni sua variazione è fondamentale nella determinazione del Terreno Acido/Base dell'individuo. Osservando il ritmo circadiano del Tessuto Connettivo durante la fase diurna di acidificazione, le tossine "acide" provenienti dal metabolismo del nutrimento (alimentare ma anche "fisico/emozionale"), e da tutto il Sistema della Grande Regolazione, impregnano a poco a poco la struttura colloidale del Tessuto Connettivo con alterazione della sostanza interstiziale e contemporaneo aumento di volume delle fibre del collagene. Il Tessuto Connettivo tende così verso lo stato di **gel**; in altre parole il mesenchima si fa semisolido e viscoso. Durante la notte invece il flusso nutrizionale cessa e il relativo digiuno fisiologico che il sonno comporta, trasforma il lavoro del Tessuto Connettivo, che vira verso un'attività di eliminazione e drenaggio. Le fibre del collagene si atrofizzano, la sostanza interstiziale si gonfia e si attiva. fisiologicamente l'enzima ialuronidasi (acido ialuronico). Nel corso della notte il Tessuto Connettivo vira verso uno stato sempre più alcalino, e la sua struttura colloidale tende ad una fase più liquida definita come **sol**.

Il **Fegato** raccoglie e metabolizza le tossine acide e svolge con il Tessuto Connettivo un ruolo depurativo di modulazione, controllando la circolazione della linfa fino alle estremità degli arti e pianificando, appianando e regolamentando il Terreno Acido/Base. Il Fegato, nella MTC è il "generale d'armata" che predispone una difesa e, controllando la circolazione linfatica in periferia, riflette e prevede tutti gli scambi nutrizionali tra il Tessuto Connettivo e il resto del Sistema della Grande Regolazione. Nei diversi momenti della giornata o in determinate condizioni, vi sono distretti e/o parti del corpo che necessitano di un maggior controllo sulle variazioni del pH dei vari fluidi corporei. A tal fine è il fegato a sostenere l'Equilibrio Acido/Base ad es. dell'apparato gastroenterico durante la digestione così come durante l'esercizio fisico nel sostenere e rinforzare il Sangue e il pH ematico dell'apparato muscolo scheletrico. Il Fegato si occupa quindi delle dinamiche Acido/Base legate alle variazioni relative al "bisogno" che ha l'organismo in situazioni determinate (attività fisica), o in momenti particolari della giornata (attività digestiva). Il fegato è inoltre legato "energeticamente", attraverso Sangue e Tessuto Connettivo, all'equilibrio del flusso endocrino e del sistema neurovegetativo.

Il pH del **Sangue**, non deve presentare variazioni di rilievo. L'unicità della condizione Acido/Base del sangue come abbiamo visto è assicurata sia dai sistemi tampone chimici e globulari del sangue, sia dal Sistema della Grande Regolazione. Il più grande sistema tampone è il Tessuto Connettivo ma giocano un ruolo fondamentale anche due importanti sottoinsiemi, il polmone ed il rene, venendo a costituire il triangolo Acido/Base del Sistema della Grande Regolazione.

Il **Polmone** è condizionato dalle variazioni del pH ematico e le modificazioni della ventilazione polmonare sono in grado a loro volta di variare il pH dei liquidi corporei. Il Polmone, "maestro dell'energia", attraverso i suoi meccanismi respiratori concorre in misura rilevante alla regolazione dell'Equilibrio Acido/Base dell'organismo e alla sua stabilità. L'attività respiratoria, attraverso l'eliminazione di acqua e anidride carbonica, modula l'equilibrio Acido/Base eliminando le tossine acide "volatili", deboli, caratterizzate da una debole tendenza a liberare ioni  $H_3O^+$ , prodotte dal metabolismo degli zuccheri e dalle proteine vegetali. Il Terreno Acido/Base è controllato dall'attività della respirazione la quale, in base al "bisogno" dell'organismo, è in grado, attraverso questa, di controllare il pH ematico e mesenchimale. Ad esempio, attraverso l'esercizio fisico o in una condizione di aumentata ventilazione polmonare, avremo come conseguenza una maggiore eliminazione di anidride carbonica che si riflette nel Sistema della Grande Regolazione con contemporaneo aumento del pH del sangue, al contrario in una ridotta ventilazione polmonare avremo una diminuzione del pH del sangue. Il Polmone con la sua energia ossigenativa, sostiene il drenaggio mesenchimale dalla acidosi metabolica e con i reni sostiene la circolazione dei liquidi della matrice extracellulare.

<b>iperventilazione = alcalosi metabolica</b>	<b>ipoventilazione = acidosi metabolica</b>
<b>alcalosi metabolica = ipoventilazione polmonare</b>	<b>acidosi metabolica = iperventilazione polmonare</b>

Risulta quindi evidente l'importanza di quelle tecniche che modulano l'energia del polmone (qi gong - yoga) e che sostengono i meccanismi naturali ed automatici di difesa nei confronti delle tossine acide prodotte dal metabolismo sia alimentare che emozionale. Ed è proprio in riferimento a pratiche di regolazione dell'energia che risulta estremamente interessante come ad esempio la MTC consideri, ***l'asse Fegato-Polmone asse del divenire*** ove "la variabilità è legata alle possibilità e alle scelte". Questo equivale a dire che Polmone e Fegato regolano l'equilibrio Acido/Base a seconda del "bisogno" che il Terreno Acido/Base manifesta in relazione alle situazioni particolari dell'individuo.

Ai **Reni** è riservato il drenaggio delle tossine acide non volatili, forti, prodotte dal metabolismo delle proteine animali, come l'acido urico, fosforico e solforico. I reni regolano il pH mesenchimale mediante la secrezione di urine più o meno acide. Le strutture elementari del rene (nefroni) partecipano attivamente alla secrezione di ioni  $H_3O^+$ , allontanandoli dalla matrice extracellulare. Il nefrone mantiene costante la riserva alcalina attraverso i vari scambi all'interno dei sistemi di ultrafiltrazione renali. In presenza di acidi forti che non possono essere escreti indissociati con le urine, il Rene, essendo responsabile della "forza profonda di un essere", determina l'eliminazione delle tossine acide non volatili anche attraverso la secrezione tubolare di ammoniacca ( $NH_3$ ) che costituisce il contributo quantitativamente più importante al mantenimento dell'Equilibrio Acido/Base in condizione di acidosi. La funzione della secrezione tubolare di  $NH_3$  è quella di neutralizzare gli ioni  $H_3O^+$ , in modo di evitare l'accumulo nel lume, il che porterebbe al blocco dell'eliminazione di tossine acide. Quindi la liberazione di ioni  $H_3O^+$  e ammoniacca da parte del Rene rappresenta la base del sistema detossicatore delle tossine acide del Sistema della Grande Regolazione. Per tutto questo la MTC definisce ***l'asse Cuore-Rene asse dell'essere***. Il Terreno Acido/Base dell'individuo viene, in maniera assoluta, condizionato dai due poli di questo asse; si veda infatti l'unicità del pH ematico e la conseguente molteplicità del pH urinario, ovvero l'importante funzione del rene nella regolazione del Terreno Acido/Base dell'individuo.

Il ripristino dell'equilibrio acido/base del Sistema della Grande Regolazione rappresenta un momento fondamentale nella **depurazione** dell'individuo. L'equilibrio acido/base viene sempre coinvolto nei vari tessuti coinvolti dalle **dinamiche infiammatorie**. Ad ogni "aggressione", microbica, fisica, traumatica o "emozionale", l'organismo risponde con un "*primum movens*" reattivo/difensivo infiammatorio, che coinvolge sempre il Sistema della Grande Regolazione (il terreno acido/base costituisce una variabile dell'individuo da determinare, sostenere, depurare e riequilibrare sempre a fronte di ogni situazione stressogena). Ogni reazione

infiammatoria che determina una reazione acida del **tessuto connettivo** (digestione parenterale del tessuto connettivo). Durante l'infiammazione nel centro del Sistema della Grande Regolazione avvengono diverse reazioni: si attiva l'azione della ialuronidasi che scioglie la sostanza interstiziale e si attivano le varie cellule per determinare una "fagocitosi" dei detriti infiammatori. Il sangue, con i suoi elementi corpuscolati e non, figura come prima barriera alla aggressione infiammatoria. Quindi il tessuto connettivo del SGR serve come grande deposito nel quale tutte le tossine vengono rese inoffensive. L'acidosi metabolica del tessuto connettivo determina nel Sistema della Grande Regolazione un'attivazione anche degli organi in equilibrio di flusso con il centro del sistema, modulate inoltre dallo stato neuroendocrino del soggetto. Il **sangue** con i suoi elementi si esprime nel "fuoco purificatore" dell'infiammazione. Il **polmone** interviene, con la sua energia respiratoria, per migliorare gli scambi ossigenativi nei tessuti infiammati. Il **fegato** elimina i detriti tossici e metabolizza tutte le sostanze della parte lesa. Il **rene** sostiene e depura il terreno acido/base, eliminando le tossine acide più forti e non volatili, e controlla il bilancio dei vari minerali che vengono sempre coinvolti durante l'infiammazione (calcio, magnesio).

Il **pH urinario** permette di controllare lo stato acido/base dell'individuo e quindi per potere determinare il grado di impregnazione tossinica del Sistema della Grande Regolazione. La valutazione del pH urinario si esegue con una cartina reattiva, considerando che la prima urina del mattino, essendo carica dei metaboliti acidi della depurazione notturna del rene, non è valida per la determinazione del terreno acido/base. Quindi si misura il pH urinario della seconda minzione del mattino. Inoltre, per avere un quadro complessivo, occorre misurarlo anche prima dei due pasti principali; il risultato significativo sarà ottenuto dalla media dei tre valori. Queste tre misurazioni ripetute per 15 giorni ci permettono di osservare la situazione del terreno acido/base del soggetto. I vari equilibri acido/base del Sistema della Grande Regolazione sono estremamente diversi, abbiamo visto l'importante costante acido/base del sangue (il pH ematico è uguale a 7,4). Il pH urinario presenta invece un "range di normalità" estremamente variabile, con valori compresi fra cinque e otto. Le molteplicità e le possibilità del pH urinario esprimono in modo chiaro l'importante valore del rene nell'equilibrio acido/base dell'organismo (es. Fuga dello yang di Fegato pH=5 → Vuoto di yin Rene, vuoto di yin Fegato pH=8). Le diverse variabili costituzionali e temperamentali dell'individuo, le condizioni alimentari, l'attività fisica, lo stress, determinano una diversa acidificazione del tessuto connettivo con una conseguente variazione dei parametri ematochimici e del pH urinario. Occorre quindi considerare un valore del pH urinario "a cui dobbiamo tendere" per migliorare il nostro equilibrio psicofisico per avere una migliore capacità di resistere agli stressor, ovvero una maggiore resistenza del Sistema della Grande Regolazione. Questo valore è simile a quello ematico e dovrebbe essere compreso tra **7 e 7,4** in modo di mantenere costante l'equilibrio dell'asse dell'essere del Sistema della Grande Regolazione. Il drenaggio del tessuto connettivo permette al sistema di svolgere al meglio la sua azione di regolazione/difesa nei confronti delle tossine della nostra vita "normale".

**I Citrati Alcalini** determinano la regolazione acido/base dell'organismo. Il drenaggio mesenchimale con i citrati alcalini rappresenta una facile via nei confronti delle più svariate condizioni di impregnazione tossinica acida del tessuto connettivo, ovvero di riequilibrio dei principali organi emuntoriali dell'organismo (Kousmine). I citrati sono sali alcalini che si trovano comunemente nella frutta e nei legumi. I citrati alcalini sono dei sali di un acido debole, cioè delle combinazioni di una base (minerali alcalini) con un acido, la cui caratteristica è di essere facilmente neutralizzato dall'organismo, anche se l'impregnazione tossinica acida del tessuto connettivo ha disturbato il Sistema della Grande Regolazione. L'acido citrico è un catalizzatore del ciclo di Krebs e dei sistemi redox e migliora la respirazione cellulare. Come citrato viene rapidamente metabolizzato e trasformato dal Sistema della Grande Regolazione. Il suo acido debole ridotto a (CO<sub>2</sub> e H<sub>2</sub>O) è eliminato dai polmoni ed i minerali alcalini messi a disposizione del S.G.R. I minerali alcalini, calcio, magnesio, sodio, potassio, ferro, manganese vengono quindi resi "disponibili" per il nutrimento, il sostegno, la difesa di tutto il Sistema della Grande Regolazione. Occorre considerare i citrati alcalini non come farmaci ma come un importante complemento nutrizionale, "alimenti essenziali" per alcalinizzare il Sistema della Grande Regolazione affetto da acidità tissutale sia acuta che cronica e per rimineralizzare le riserve energetiche degli organismi acidificati. Il pH urinario ci guiderà nelle diverse problematiche nell'uso dei citrati alcalini; la durata della integrazione e la quantità saranno fattori determinati dalla risposta del terreno acido/base dell'individuo e saranno determinate dalle variazioni del pH urinario (tendere al valore di pH = 7,0-7,4) indotte dall'uso dei citrati; il loro utilizzo è controindicato solo nei soggetti che presentano gravi e importanti patologie renali.

**L'alimentazione** è la pietra miliare su cui si basa il drenaggio del Sistema della Grande Regolazione. L'apporto di tossine acide da parte degli alimenti e la produzione di acidi per il fisiologico funzionamento dell'organismo sono inevitabili. Non dobbiamo pensare a sostanze dal gusto acido, si intendono quegli acidi prodotti dal metabolismo intermedio degli alimenti. Gli acidi di difficile smaltimento, se in eccedenza, sono quelli prodotti dal catabolismo delle **proteine animali**. Apparentemente il gusto di questi alimenti non è affatto acido, ma alla fine della loro metabolizzazione il contenuto di acidi sarà aumentato. L'acidificazione del terreno è anche il risultato della cattiva trasformazione biochimica degli alimenti dovuta ad una **carezza in vitamine** ed in maniera particolare oligoelementi. In caso di alterata ossigenazione dei tessuti o di diminuita attività degli enzimi o dei loro attivatori gli acidi non neutralizzati rimarranno sotto la forma acida ed impregneranno di tossine tutto il Sistema della Grande Regolazione. Gli amminoacidi contenuti nei formaggi producono pochi acidi e di facile neutralizzazione. Ben diverse sono invece le proteine che appartengono ai tessuti o alle carni degli animali (carne, frattaglie, pesce, pollame, uova). Le nucleoproteine contengono diversi acidi come acido solforico, fosforico e purine e queste ultime pur essendo basi che, per poter essere eliminate vengono trasformate in differenti sostanze acide molto tossiche, tra cui l'acido urico. L'ingestione elevata e protratta di proteine animali (oltre 30 g./giorno) può produrre un'alcalinizzazione delle urine per l'alterazione del riassorbimento dell'ammoniaca con una conseguente alterazione dei meccanismi energetici del rene del Sistema della Grande Regolazione (Panfili). Quando le proteine in eccesso causano la formazione di acidi forti, che devono essere neutralizzati ed eliminati dal corpo, si innesca un processo che richiede un massiccio apporto di sodio che comporta inevitabilmente il depauperamento delle riserve alcaline. Il consumo di sodio spinge allora l'organismo ad utilizzare il secondo minerale alcalinizzante ovvero il calcio che viene reperito dalle ossa, denti e altri tessuti. Si ha inevitabilmente compromissione del Sistema della Grande Regolazione con alterazioni a livello dell'asse dell'essere, fuoco - terra - acqua, con le seguenti conseguenze: nel **sangue**, compromissione dei sistemi tampone, nel **tessuto connettivo**, impregnazione delle tossine acide, nel **rene**, riduzione dell'eliminazione dei metaboliti acidi, creando le condizioni per l'insorgenza di malattie croniche e degenerative.

La **frutta** ha in genere un effetto alcalinizzante perché contiene prevalentemente calcio, magnesio, sodio e potassio. Per sfruttare in pieno il potere di riequilibrio della frutta sulla dinamica Acido/Base occorre assumerla con alcune precauzioni, tra le quali osservare il giusto momento della giornata ed associarla con altri cibi, nel pieno rispetto della stagione di maturità della frutta stessa.