

UNIVERSITA' PER ADULTI
E
TERZA ETA'
"IVANA TORRETTA"

Dott.ssa ANNA MARIA NAPOLI

Spec. Malattie dell'Apparato Respiratorio

Esperta in

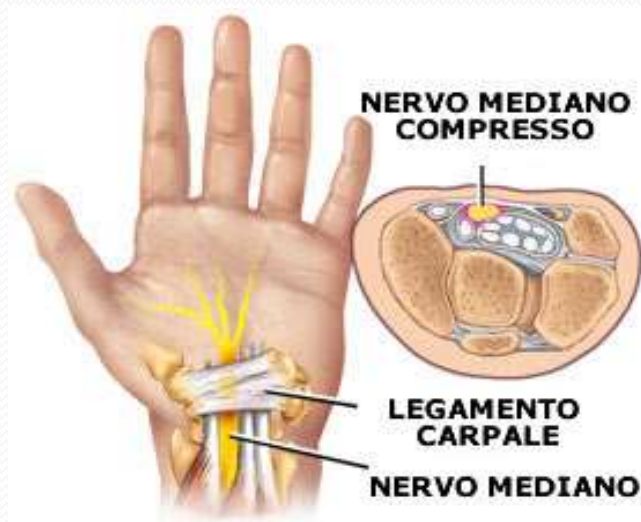
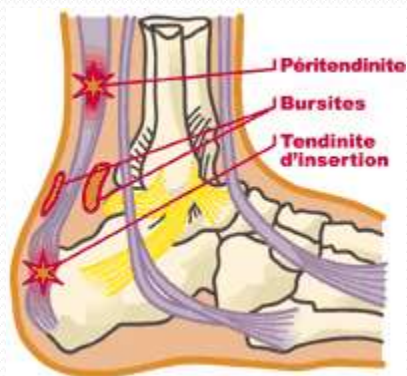
Omeopatia, Nutrizione Biologica,

Omotossicologia

Presenta

MESOTERAPIA ANTALGICA

MESOTERAPIA ANTALGICA



CAUSE COMUNI DELLE PATOLOGIE MUSCOLO-TENDINEE – L'ACIDOSI

- Scarso apporto di alimenti basificanti
- caffè, alcool, fumo
- Alimenti acidificanti
- Tossine intestinali
- Sedentarietà
- Eccesso di sport
- Carenza di acqua
- Insonnia
- stress



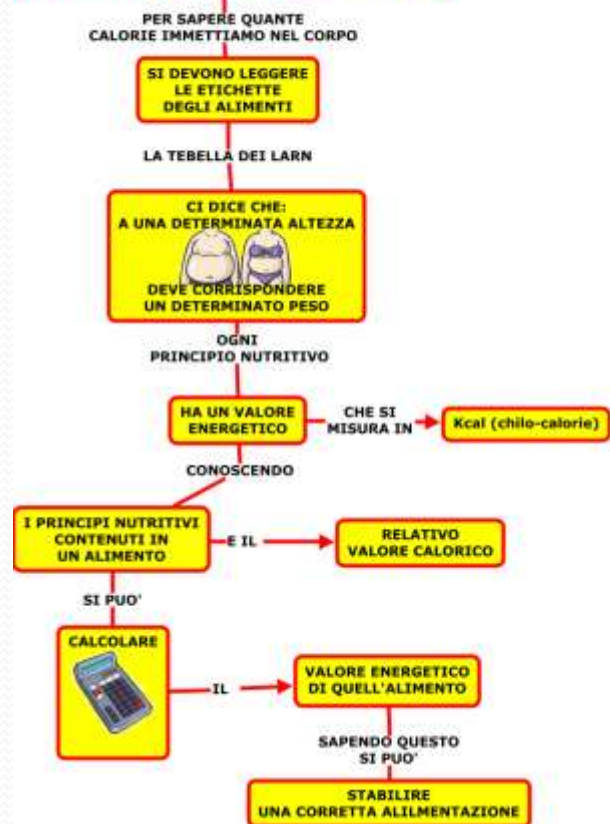
L'ACIDOSI E IL PH

- DEFINIZIONE DI PH:
- Si tratta di una scala di misura dell'acidità o dell'alcalinità di una soluzione

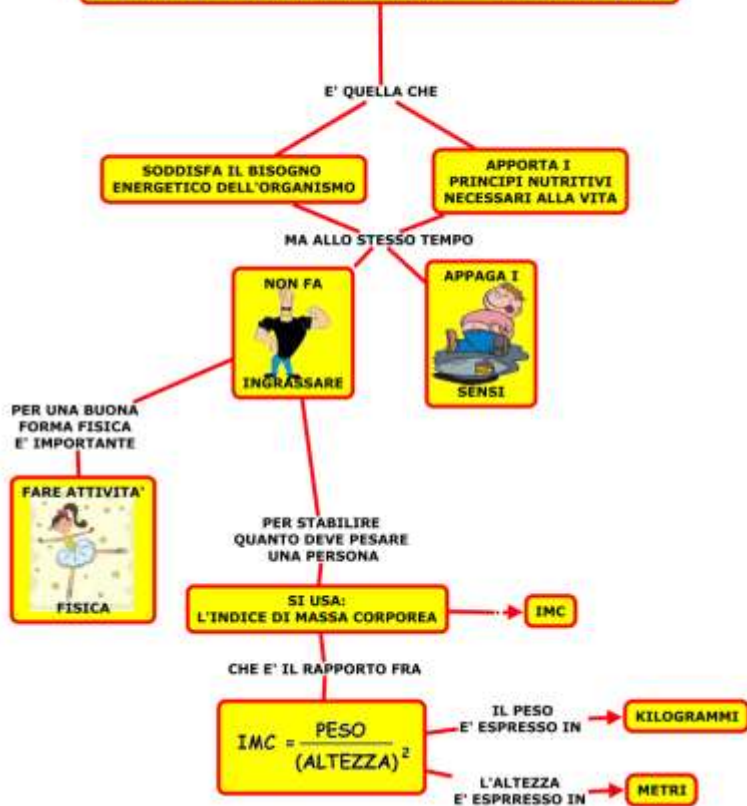


STILE DI VITA

MANGIARE TROPPO FA MALE ALLA SALUTE



UNA CORRETTA ALIMENTAZIONE

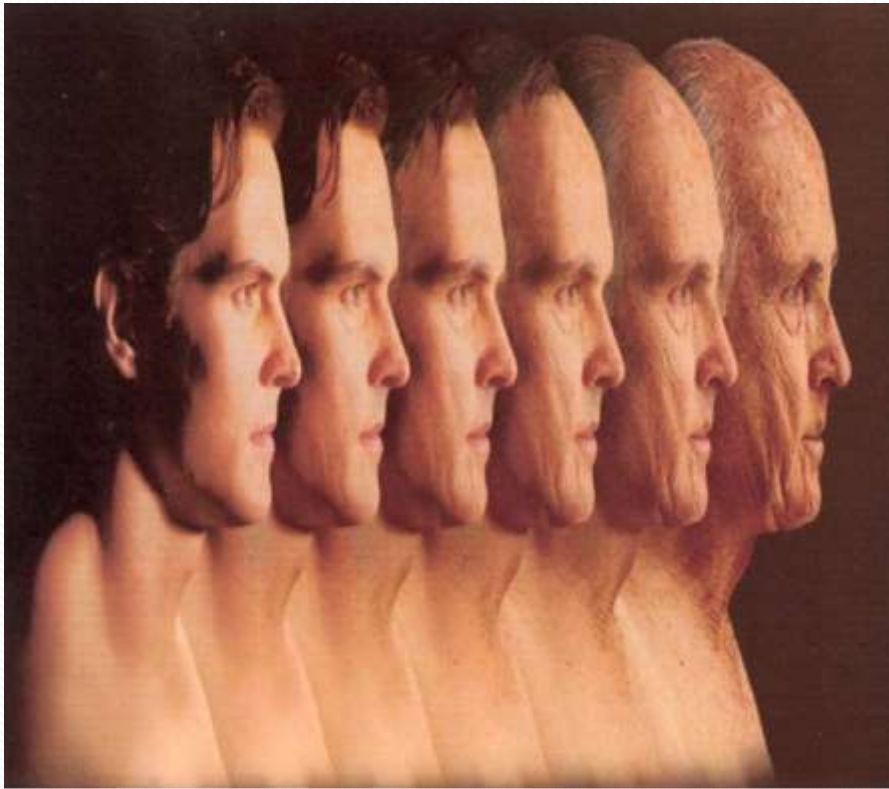


IL CORPO NELLA SUA TOTALITA'



- 1) Perseguire il pensiero positivo come base dei nostri sentimenti
- 2) Scegliere alimenti di alta qualità nutrizionale, provenienti da agricoltura biodinamica o biologica
- 3) Svolgere quotidianamente attività fisica

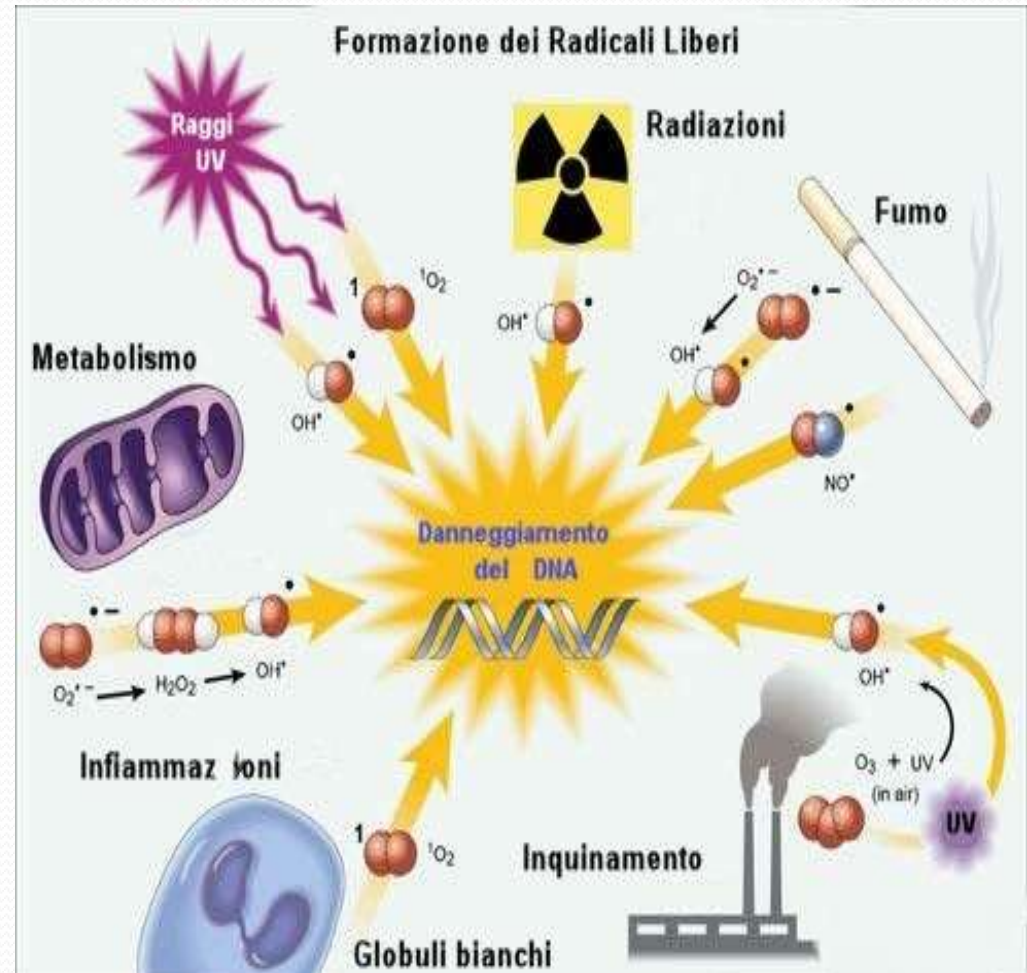
COS'E' L'INVECCHIAMENTO?



- **Sviluppo graduale del DEFICIT dei sistemi di difesa**

FORMAZIONE DEI RADICALI LIBERI

- Da dove provengono?
- Cosa sono?
- Che ruolo hanno?
- Come possiamo eliminarli?

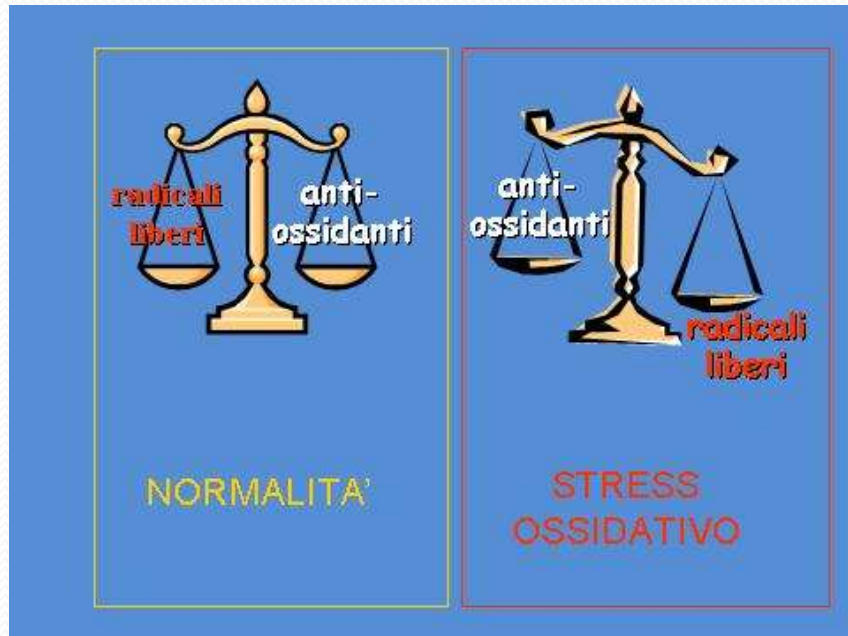


FORMAZIONE DEI RADICALI LIBERI

- L'IMPORTANZA DELLO STRESS PSICO-FISICO COME CON-CAUSA DELL'ECCESSIVA FORMAZIONE DI RADICALI LIBERI



STRESS OSSIDATIVO



- Condizione patologica causata dalla rottura dell'equilibrio fisiologico fra la produzione e l'eliminazione delle sostanze chimiche ossidanti, dovuta al cattivo funzionamento del sistema di difesa anti-ossidante

RUOLO DELLA DIETA

**QUELLO CHE
MANGIAMO
E' CIO' CHE
SIAMO!**



ALIMENTI E DENSITA' NUTRIZIONALE

**IL MODO IN CUI CI
NUTRIAMO
INFLUENZA
PROFONDAMENTE
LA NOSTRA SALUTE E
IL NOSTRO UMORE**



ALKALINE FOODS

RawForBeauty.com

ACIDIC FOODS



Alfalfa



Celery



Barley Grass



Beet Greens



Broccoli



Cabbage



Peppers



Mustard Greens



Chard Greens



Collard Greens



Chlorella



Onions



Cucumber



Dulce



Spinach



Spirulina



Edible Flowers



Garlic



Green Beans



Dandelions



Lettuce



Kohlrabi



Kale



Pumpkin



Wheat Grass



Sprouts



Watercress



Wild Greens



Beef



Ice Milk



Tuna



Vinegar



Mustard



Milk



Halva



Ice Cream



Peanuts



Corn



Corn Syrup



Mustard Mayonnaise



Sardines



Artificial Sweeteners



Canned Fruits



Bacon



Sugar



Cereals



Corn Tortillas



Soft Drinks



Ketchup

TABELLA P.R.A.L.

Farinacei 			
Pane di farina di segale	+ 4,0	Cipolle	- 1,5
Pane di segale	+ 4,1	Peperoni	- 1,4
Pane di farina di grano duro	+ 3,8	Patate	- 4,0
Pane bianco	+ 3,7	Pape	- 3,7
Crus-stakes	+ 6,0	Spinaci	- 14,0
Pane coccolato di segale	+ 3,3	Salsa di pomodoro	- 2,8
Pasta all'uovo	+ 6,4	Pomodori	- 3,1
Fiocchi di avena	+ 10,4	Zucchine	- 4,6
Riso	+ 12,5	Legumi 	
Riso grigio	+ 4,6	Fave	- 3,1
Riso parboiled	+ 1,7	Lenticchie secche	+ 3,5
Farina integrale di segale	+ 5,9	Fagioli	+ 1,2
Spaghetti	+ 6,5	Frutta, semi e succhi di frutta 	
Spaghetti integrali	+ 7,3	Succo di mela, non zuccherato	- 2,2
Farina di grano duro	+ 6,9	Mela con la buccia	- 2,2
Farina di grano duro integrale	+ 8,2	Albicocche	- 4,8
Verdura 		Banane	- 5,5
Azzeragi	- 0,4	Mirtillo	- 6,5
Broccoli	- 1,2	Ciliegie	- 3,0
Cavolo fresco	- 4,9	Succo di pompelmo	- 1,0
Cavolfiori	- 4,0	Nocciole	- 2,8
Sedano	- 5,2	Kiwi	- 4,1
Ciolla	- 2,0	Succo di limone	- 2,5
Cetrioli	- 0,0	Succo di anice	- 2,9
Melanzane	- 3,4	Arance	- 2,7
Piselli	- 1,8	Pesche	- 2,4
Lattuga	- 2,5	Arachidi, non trattate	+ 8,3
Insalata iceberg	- 1,6	Pere con buccia	- 2,9
Fanghi	- 1,4	Ananas	- 2,7

CALCOLO DEL P.R.A.L. (potential renal acid overload)

- PERMETTE DI EQUILIBRARE L'INTRODUZIONE DI ALIMENTI ACIDIFICANTI E ALCALINIZZANTI

ALIMENTO	QUANTITA'	PRAL
Pasta di semola	120 gr	+7
Olio extravergine d'oliva	0.0	0.0
Salmone	100 gr	+9.4
Spinaci	100gr	-14.0
vino rosso	1 bicchiere	- 2.4
kiwi	1 grande	-4.1
		Tot. -4.1

DIETA ANTI-FLOGISTICA DI REGOLAZIONE

DIETA ANTI-TOSSICA

(INTEGRATORI NUTRACEUTICI)



DIETA ANTI-FLOGISTICA

(INTEGRATORI NUTRACEUTICI)



DIETA BIOENERGETICA

(INTEGRATORI NUTRACEUTICI)

DIETA ANTI-FLOGISTICA

PROMUOVERE
UN'ALIMENTAZIONE ANTI-
OSSIDANTE

ESCLUDERE GLI ALIMENTI
ISTAMINO-LIBERATORI E
RICCHI DI ISTAMINA

DIETA
ANTIFLOGISTICA

RI-EQUILIBRARE CON UN
GIUSTO RAPPORTO TRA
ALIMENTI ACIDIFICANTI E
ALCALINIZZANTI

RIDURRE LE PROTEINE
IMMUNOSTRESSOGENE

DIETA ANTI-FLOGISTICA

**PROMUOVERE
UN'ALIMENTAZIONE
ANTI-OSSIDANTE**

ESCLUDERE GLI ALIMENTI
ISTAMINO-LIBERATORI E
RICCHI DI ISTAMINA

DIETA
ANTIFLOGISTICA

RI-EQUILIBRARE CON UN
GIUSTO RAPPORTO TRA
ALIMENTI ACIDIFICANTI E
ALCALINIZZANTI

RIDURRE LE PROTEINE
IMMUNOSTRESSOGENE

DIETA ANTI-FLOGISTICA

PROMUOVERE
UN'ALIMENTAZIONE ANTI-
OSSIDANTE

**ESCLUDERE GLI
ALIMENTI ISTAMINO-
LIBERATORI E RICCHI DI
ISTAMINA**

DIETA
ANTIFLOGISTICA

RI-EQUILIBRARE CON UN
GIUSTO RAPPORTO TRA
ALIMENTI ACIDIFICANTI E
ALCALINIZZANTI

RIDURRE LE PROTEINE
IMMUNOSTRESSOGENE

DIETA ANTI-FLOGISTICA

PROMUOVERE
UN'ALIMENTAZIONE ANTI-
OSSIDANTE

ESCLUDERE GLI ALIMENTI
ISTAMINO-LIBERATORI E
RICCHI DI ISTAMINA

DIETA
ANTIFLOGISTICA

RI-EQUILIBRARE CON
UN GIUSTO RAPPORTO
TRA ALIMENTI
ACIDIFICANTI E
ALCALINIZZANTI

RIDURRE LE PROTEINE
IMMUNOSTRESSOGENE

DIETA ANTI-FLOGISTICA

PROMUOVERE
UN'ALIMENTAZIONE ANTI-
OSSIDANTE

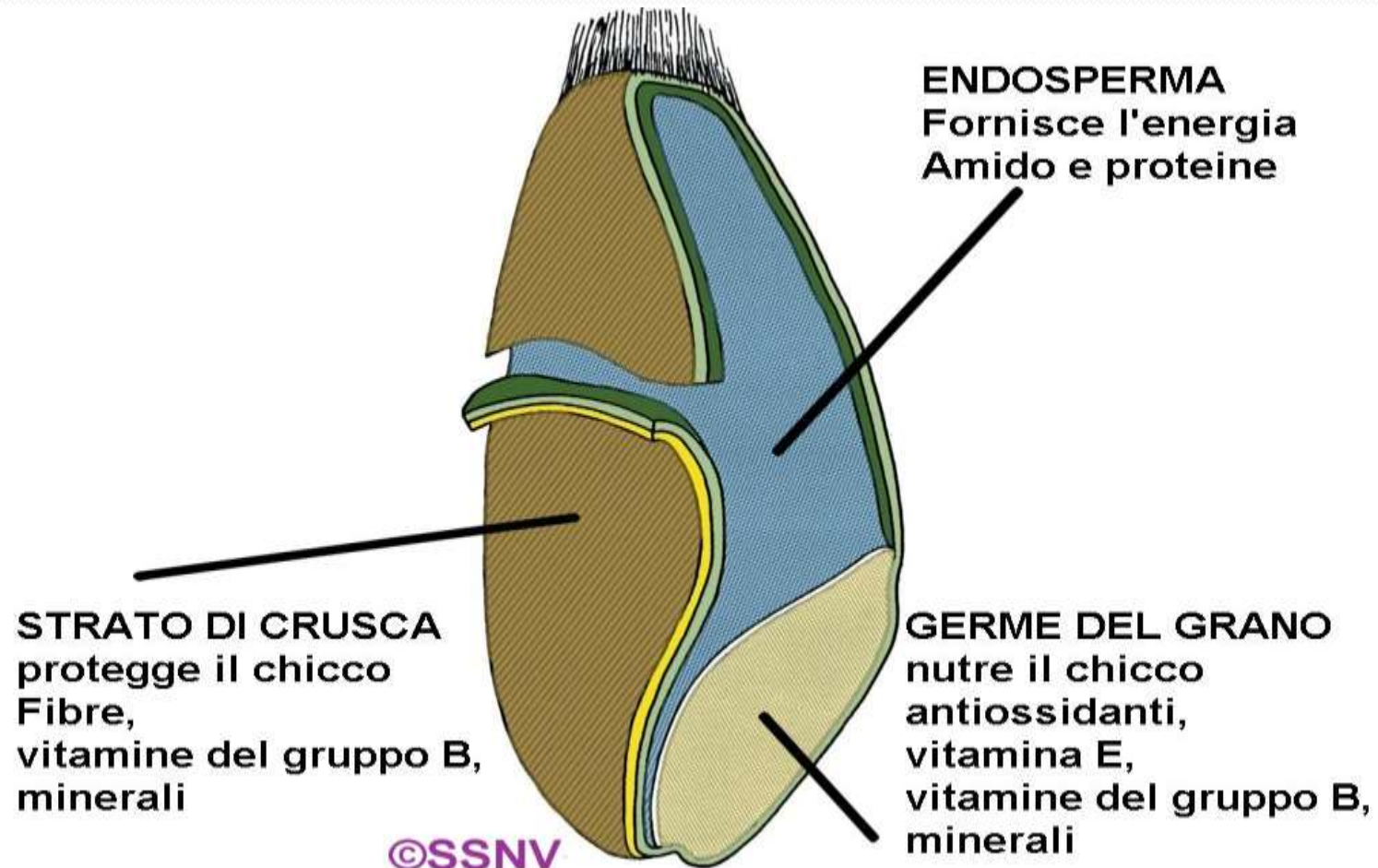
ESCLUDERE GLI ALIMENTI
ISTAMINO-LIBERATORI E
RICCHI DI ISTAMINA

DIETA
ANTIFLOGISTICA

RI-EQUILIBRARE CON UN
GIUSTO RAPPORTO TRA
ALIMENTI ACIDIFICANTI E
ALCALINIZZANTI

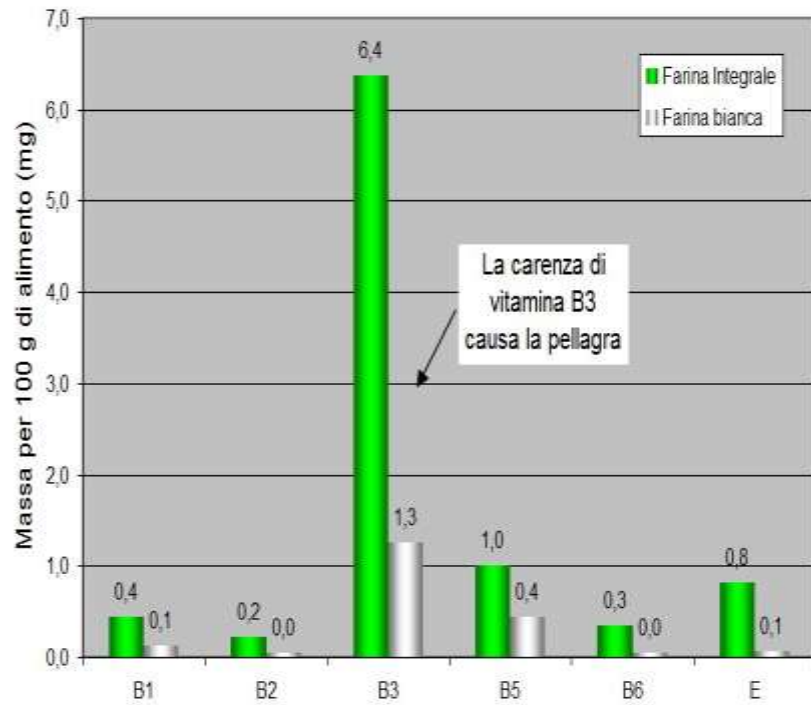
**RIDURRE LE
PROTEINE IMMUNO-
STRESSOGENE**

PERCHE' INTEGRALE?

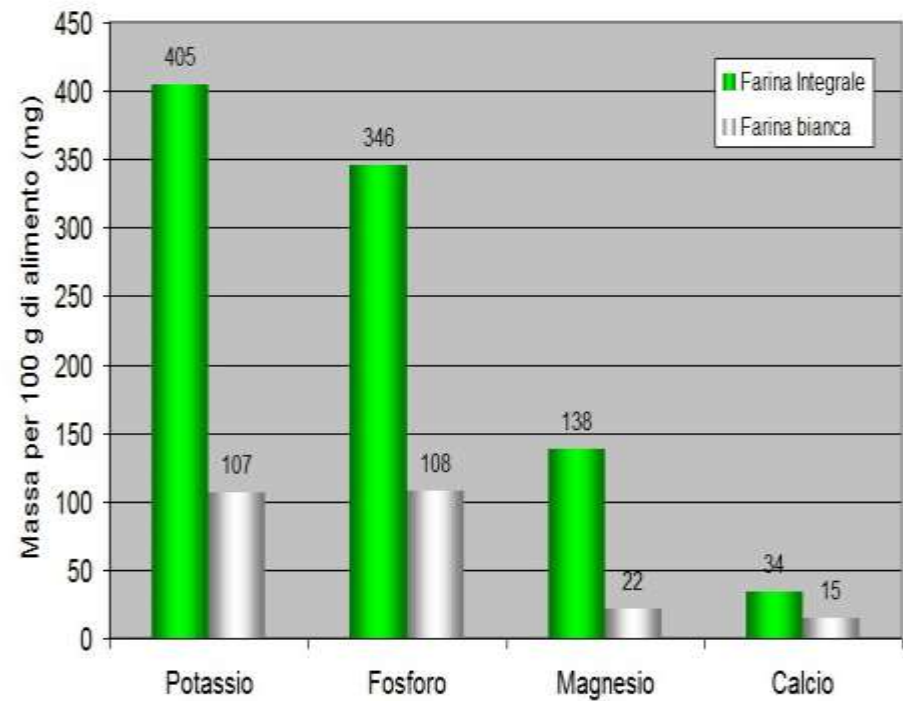


CONFRONTO!!!

Lo spreco della farina bianca - 4 Le vitamine



Lo spreco della farina bianca - 5 I minerali



MESOTERAPIA ANTALGICA

**L'ACIDO LATTICO
- L'ACIDOSI - LA
TERAPIA
ALCALINIZZANTE**

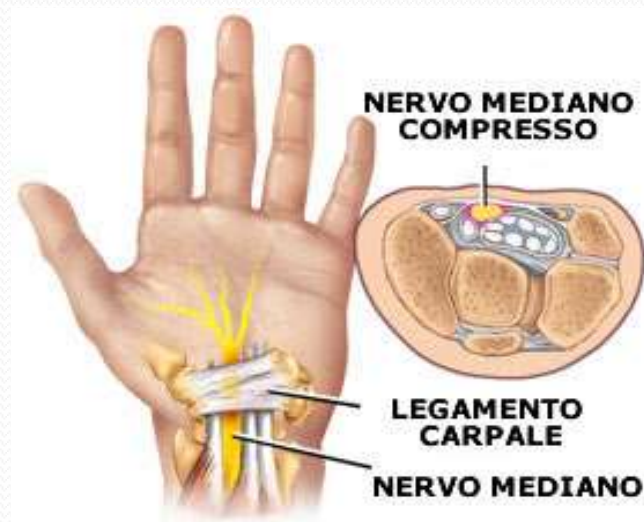
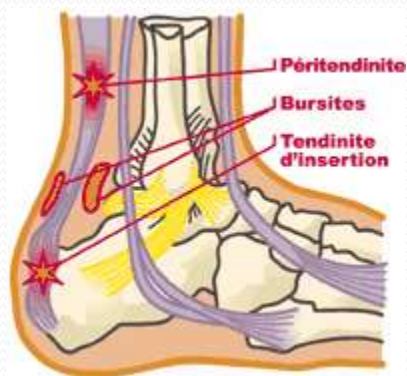


TRATTAMENTO LOCALE CON FARMACI BIOLOGICI

TRATTAMENTO LOCALE CON FARMACI BIOLOGICI



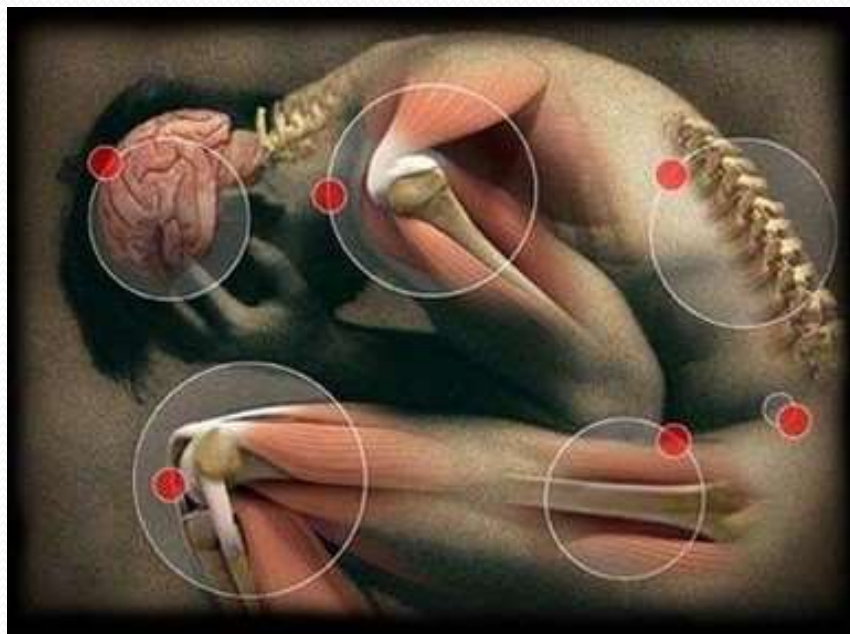
MESOTERAPIA ANTALGICA



FARMACI PER LA MESOTERAPIA ANTALGICA



MESOTERAPIA ANTALGICA



INFLUENZA DELLA
PSICHE SULLE
PATOLOGIE
INFIAMMATORIE
CRONICHE

E

INFLUENZA DELLE
PATOLOGIE
INFIAMMATORIE
CRONICHE SULLA
PSICHE

MESOTERAPIA ANTALGICA

**MANIPOLAZION
E
DISTRETTUALE
DI SUPPORTO
AL
TRATTAMENTO
LOCALE CON
FARMACI
BIOLOGICI**

