

a cura di Camilla Corradi

L'INTESTINO

Il sesto senso del nostro corpo. Alimentazione consapevole e biochimica della gioia

Pier Luigi Rossi
248 pagine
2019, Aboca Edizioni

Ossessionati dalle calorie, succubi del marketing pubblicitario che promuove il consumo massiccio di cibo, viviamo ormai l'alimentazione spesso solo in funzione del dimagrimento. Questa è però una visione riduttiva e limitata che dobbiamo superare, perché l'atto alimentare non è il mero calcolo delle calorie giornaliere. In questo suo nuovo libro il dottor Pier Luigi Rossi - medico specialista in Scienza dell'Alimentazione e in Igiene e Medicina Preventiva, docente universitario, ideatore del metodo molecolare di alimentazione consapevole e autore di libri e ricerche scientifiche - illustra in modo semplice e chiaro le più aggiornate acquisizioni della scienza sul vitale rapporto tra intestino e cervello. E ci mostra come la felicità,

la gioia o la tristezza nascono dalla biologia, correlata alla nutrizione molecolare e al metabolismo cellulare dell'intero sistema corporeo, non soltanto dai condizionamenti psicologici, sociali e affettivi.

“Ogni volta che ingeriamo degli alimenti” scrive Rossi “nel nostro corpo ha luogo un evento biologico che, a partire dall'intestino, coinvolge l'intero organismo: cambia la composizione batterica intestinale (ossia il microbiota, un organo metabolicamente attivo presente all'interno dell'intestino); cambia il metabolismo cellulare; cambiano il profilo ormonale e quello genico. L'intestino è in grado di modulare il sistema nervoso centrale (volontario e autonomo), il sistema immunitario, il sistema ormonale e l'intero metabolismo cellulare”. Sulla base delle ricerche scientifiche più avanzate nel campo della scienza dell'alimentazione, questo nuovo studio del Dottor Rossi indaga efficacemente il rapporto vitale e sistemico che intercorre fra intestino, microbiota, organo adiposo e cervello, e mette in luce come la salute di questi quattro organi sia sempre strettamente interconnessa. È ormai chiaro che il cibo, quando entra all'interno del nostro intestino, lascia il suo segno, che nel caso di un'alimentazione errata, consiste anche in un danneggiamento delle cellule sensoriali poste all'interno delle pareti intestinali. Mentre si pensa sempre alla funzione che il cibo svolge “dalla bocca verso l'intestino”, questo libro dimostra il viaggio del cibo dall'intestino al cervello, attraverso scenari e orizzonti scientifici nuovi... Perché

l'intestino, il “sesto senso” del nostro corpo, è davvero un organo del futuro!

TRATTATO TEORICO E PRATICO DI FITOTERAPIA CICLICA

Scienza del riequilibrio biologico dell'organismo

Serge Dewit,
Jean-Claude Leunis
544 pagine
2018, Nova Scripta Edizioni

Quest'opera, prima edizione Italiana a cura e prefazione di Fernando Piterà di Clima, è basata su una logica completamente nuova e originale di concepire la fitoterapia, poiché si inserisce nell'ambito delle scoperte e degli studi iniziati nel 1950 dal Dott. Pol Henry, padre della gemmoterapia e celebre in tutto il mondo per aver codificato le proprietà terapeutiche dei tessuti vegetali embrionali, ma trova qui la sua massima espressione e valenza terapeutica essendo la diretta continuazione e l'evoluzione più aggiornata, grazie ai preziosi contributi del biologo e chimico belga Prof. Jean-Claude Leunis che ne ha perfezionato strumenti e metodi d'indagine in lunghi anni di esperienza e studi. A ciò si aggiunge l'importante contributo di Serge Dewit, dottore in medicina veterinaria che ha elaborato un innovativo schema ciclico da applicare alle fasi naturali dell'evoluzione boschiva in relazione all'evoluzione temporale e sequenziale della patologia. Il metodo di studio ideato e sperimentato dagli autori consentirà dunque agli operatori sanitari del settore di



approfondire la natura, le indicazioni e le applicazioni dei semplici con una più avanzata proposta terapeutica che può rappresentare la parte più singolare e innovativa della fitoterapia, apportando così un fondamentale contributo nel contesto di un approccio naturale e sistemico alla salute che mira al riequilibrio biologico dell'organismo. Sono 375 le specie botaniche citate, in rapporto ai cicli forestali e all'evoluzione delle patologie, con la descrizione più accurata di 174 piante medicinali. Per ogni pianta medicinale sono riportate le indicazioni terapeutiche per numerose affezioni e i rispettivi complementari fitosociologici degli strati arborei, erbacei e arbustivi. Il libro è inoltre arricchito da 220 illustrazioni in bianco/nero e 162 foto a colori di piante medicinali.

La notevole quantità di dati presentati rappresenta il fiore all'occhiello di quest'opera che, offrendo un terreno su cui elaborare nuove ipotesi di studio e di ricerca, apre una strada nuova nell'uso dei semplici e delinea un importante capitolo di grande fecondità alla fitogemmoterapia.

