

Brutte notizie per la nostra salute: epidemia di malattie croniche invalidanti e le donne stanno peggio degli uomini

Le ultime ricerche sottolineano che il diabete è in crescita mentre l'aspettativa di vita sana delle donne in Italia è in forte calo

Giorgio Gustavo Rosso

Fino a pochi anni fa noi italiani eravamo tra i popoli più sani e longevi del mondo, grazie allo splendido ambiente in cui vivevamo, ai cibi genuini e salutarissimi della dieta casalinga mediterranea e all'indole sorridente e giocosa di tanti di noi. Per tutto questo potevamo aspettarci che i nostri neonati avrebbero goduto di una lunga vita in ottima salute. Ma oggi tutto ciò è ormai solo un ricordo e l'aspettativa di vita sana alla nascita si sta riducendo molto rapidamente e drammaticamente, al punto che se le cose continuano così, presto a cinquant'anni avremo una o più malattie invalidanti come il diabete e l'obesità, malattie cardiache e il cancro, gravi disturbi della respirazione e demenze senili. Tutto questo è avvenuto mentre diversi altri popoli europei hanno migliorato il loro stato di salute.

Mentre nel 2004 (secondo le stime Eurostat) le donne italiane si ammalavano mediamente intorno al 71-esimo anno di vita, già nel 2013 si ammalavano di malattie croniche a poco meno di 61 anni, evidenziando quanto sia nettamente peggiorata l'aspettativa di vita sana per le donne in poco più di 10 anni. Cosa è successo in questi ultimi anni, per produrre un peggioramento così drammatico, e che probabilmente continuerà ancora per diversi anni?

Troppi interventi artificiali sul sistema ormonale?

Troppi interventi artificiali sul sistema ormonale? Uno dei fattori principali del peggioramento della salute femminile si può individuare nello sviluppo di



Oggi le donne italiane si ammalano al 61-esimo anno di vita, mentre nel 2004 si ammalavano di malattie croniche intorno a 71 anni. A cosa è dovuto questo peggioramento di aspettativa di vita sana?

squilibri ormonali sempre più gravi e frequenti, la cui causa potrebbe dipendere dal forte aumento degli interventi sanitari e farmaceutici degli ultimi decenni. L'organismo umano è sorprendente e senza eguali. Quello femminile ancora di più, vista la capacità di procreare e in considerazione dello straordinario evento ciclico di 28 giorni (collegato alla luna) delle mestruazioni che dall'adolescenza alla menopausa caratterizzano la vita femminile. Ma tutti gli interventi esterni che vanno a influenzare questo delicato e profondo ciclo ormonale femminile possono produrre gravi danni, nonostante siano promossi dalle case farmaceutiche come necessari e salutari, come ad esempio:

1. La contraccezione e la pillola anticoncezionale fin dall'adolescenza. La contraccezione è eviden-

temente un tema di fondamentale importanza per una donna. Purtroppo la soluzione di questo aspetto proposta dal sistema farmaceutico sanitario è ottenuta attraverso la continua intossicazione chimica dell'organismo con sostanze potenti completamente artificiali che squilibrano il sistema e il ciclo ormonale.

2. La menopausa e il ruolo degli ormoni artificiali.

La menopausa è una naturale fase di cambiamento dell'organismo femminile verso un nuovo ciclo della vita. La diffusa prescrizione di ormoni artificiali in menopausa blocca il naturale flusso biologico obbligando il corpo a un innaturale decorso che può produrre squilibri e disturbi rilevanti.

3. Mammografia: la prevenzione è sempre salutare?

La proposta continua di screening di prevenzione del cancro al seno (mammografia) invece di prevenire i tumori potrebbe favorirne lo sviluppo a causa delle potenti radiazioni ionizzanti che vengono emesse (vi invito a leggere: http://www.mednat.org/elettromog/mam-mografie_pericolo.htm). Che legame esiste tra l'eccesso di visite, di esami e di interventi e lo sviluppo delle malattie croniche?

Le ultime ricerche sottolineano che il diabete è in crescita

Insieme al cancro e ai disturbi cardiovascolari, il diabete è la principale pandemia del nostro tempo, che colpisce milioni di italiani, fin da piccoli. Quello che nessuno ti dice è che oggi abbiamo la certezza che il diabete di tipo 2 (che colpisce il 90% di chi soffre di diabete) può essere curato e guarito in poche settimane o mesi in modo naturale e senza farmaci o interventi chirurgici

Il diabete (vedi anche "Vivi Consapevole" #46) è una malattia cronica causata da un difetto nella produzione o nell'azione dell'insulina.

Può essere di 2 tipi:

- **il diabete di tipo 1, o insulino-dipendente:** il pancreas non è in grado di produrre l'insulina;
- **il diabete di tipo 2 o insulino-resistente:** le cellule non assorbono l'insulina prodotta dal pancreas. Il diabete di tipo 2 riguarda la stragrande maggioranza dei malati: oltre il 90%. In questo caso l'insulina viene prodotta dal pancreas anche fino a tre volte o più rispetto alle persone sane per essere assorbita dalle cellule che la utilizzano per "bruciare" il glucosio, uno dei principali carburanti del nostro organismo. Ma l'eccesso di grassi, zuccheri artificiali e carboidrati raffinati crea una patina all'esterno e all'interno della cellula, che impedisce l'assorbimento dell'insulina, e in questo modo aumenta il livello di glucosio nel sangue.

Tipi principali di diabete



DIABETE DI TIPO 1

Il corpo non produce abbastanza insulina **10%**



DIABETE DI TIPO 2

Il corpo produce insulina ma sviluppa resistenza all'insulina **90%**



Obesità: cosa dice la carta di Istanbul

Sulla pagina online di EpiCentro (<http://www.epicentro.iss.it/>) puoi leggere la traduzione in italiano della Carta europea sull'azione di contrasto all'obesità, firmata alla Conferenza ministeriale di Istanbul il 16 novembre 2015 da tutti gli Stati membri della Regione europea dell'Oms.

In particolare, la Carta invita a programmare interventi specificamente rivolti ai bambini, fra i quali l'epidemia di obesità è in continua crescita. All'Italia spetta il triste primato di avere i bambini più obesi d'Europa: i più colpiti sono quelli fino a 9 anni. Tra le azioni chiave suggerite, si invita a incoraggiare un'alimentazione sana e l'attività fisica, anche grazie a un ambiente urbano favorevole, ridurre il contenuto di grassi, zucchero e sale nei prodotti alimentari, anche attraverso accordi con le industrie produttrici.

Puoi leggere il depliant sintetico in italiano *Dieci cose da sapere sull'obesità* a questo link: http://www.epicentro.iss.it/temi/croniche/pdf/depli_obesit_it.pdf

Il diabete è una malattia curabile e reversibile

In occasione della giornata mondiale del diabete, si è tenuto a Rimini, lo scorso 13 novembre, la Prima Giornata nazionale per la cura naturale del diabete, convegno al quale erano presenti oltre 500 persone. Un evento di grande rilievo che segna l'inizio di una svolta e di una nuova era scientifica nelle cure del diabete e la liberazione per milioni di italiani malati, o in procinto di diventarlo, da una schiavitù mentale, culturale e farmacologica infondata. Il messaggio che è emerso dal convegno è che è possibile curare e guarire il diabete, come hanno evidenziato, con studi e ricerche alla mano, i numerosi medici e relatori intervenuti fra cui il dott. Neal Barnard, il dott. Domenico Battaglia, il dott. Riccardo Bianchi, il dott. Francesco Oliviero, Marcello Pamio, Gudrun Dalla Via e Giorgio Gustavo Rosso. Che dal diabete si può guarire lo hanno testimoniato anche i tanti pazienti completamente guariti o che stanno gradualmente eliminando l'utilizzo dell'insulina e di ogni altro farmaco. L'evento ha coinvolto tutto il Gruppo Macro in collaborazione con l'Associazione Oltre il diabete, le edizioni Sonda, la rivista "Altra Medicina" e Telecolor.

LIBRI CONSIGLIATI

Neal B. Barnard
Curare il diabete senza farmaci
Macro Edizioni, 2015



Gabriel Cousens
Curare il diabete in 21 giorni
Macro Edizioni, 2010



Gudrun Dalla Via
Guarire e Prevenire il Diabete
Con metodi naturali
Macro Edizioni, 2016



Puoi acquistarli su macrolibrarsi.it

Lo zucchero: il non alimento che non è essenziale all'organismo

Che lo zucchero faccia male è ormai un dato di fatto, tanto che lo stesso direttore del Dipartimento della nutrizione per la salute e lo sviluppo all'Oms, Francesco Branca, in un'intervista rilasciata qualche tempo fa a "La Repubblica", dichiarava che si tratta di un alimento di cui è bene non abusare. Pur non volendo demonizzare alcun alimento, Branca afferma che meno zucchero si consuma, meglio è, in particolar modo se si tratta di quello libero, aggiunto agli alimenti durante la preparazione domestica o industriale, di quelli contenuti nel miele e nei succhi di frutta fresca. Diversi studi dimostrano la solida relazione fra questo tipo di zucchero e l'insorgenza di obesità e carie ai denti, mentre secondo più recenti studi avrebbe un effetto anche sulla pressione arteriosa e il livello di grassi nel sangue, soprattutto i trigliceridi. Già nel 1989 la Oms raccomandava un apporto calorico più basso di quello attuale: fra lo 0 e il 10%: il nostro organismo non ha infatti alcun bisogno dello zucchero artificiale, ma necessità del glucosio che viene prodotto naturalmente dal fegato.