

Natural Power News

Mensile Informativo a cura
della redazione della
Natural Power Edizione
Numero 76
Ottobre 2003
www.naturalpower.it

Nuova Sede a Parabiago

IL RAFFREDDORE E LO STATO INFLUENZALE



INTERVISTA CON IL NOSTRO NATUROPATA JEAN PIERRE CEREGHETTI

CHE COSA SI INTENDE PER "MALATTIE DA RAFFREDDAMENTO"?

Con questa espressione generica si intendono un gruppo di infezioni o infiammazioni catarrali delle vie respiratorie superiori, che insorgono prevalentemente nei periodi freddi e che in passato, si riteneva fossero provocate dalla bassa temperatura. In questo gruppo si trovano: raffreddore, faringite, laringite, etc...

CHE COSA È IL RAFFREDDORE?

Dal punto di vista medico o clinico, la rinite, meglio nota con il nome di raffreddore, è una patologia che si manifesta tramite l'infiammazione della mucosa nasale, distinta in forme acute ed in forme croniche. Il più comune e volgare raffreddore (rinite acuta) è probabilmente una malattia dovuta ad un virus filtrabile, che favorirebbe il successivo impianto di comuni germi.

QUALI SONO LE CAUSE DI TALE MALATTIA?

Il raffreddore viene provocato da un virus. Altre cause di tale patologia sono da far risalire alla iperfrigerazione, e molti stimoli chimici e meccanici, specie se ripetuti. La predisposizione dell'organismo per ciò che riguarda una facile essudazione, favorirebbe una predisposizione verso tale malattia. Questo se lo guardiamo dal punto di vista olopatico che spiega l'effetto

logico degli apparati organici. Guardato dal punto di vista della medicina antica la spiegazione è da ritenersi in una perdita di posizione e di spazio della persona verso il mondo reale, un momento preciso nel quale la persona ha perso per un attimo la sua identità e quindi il controllo del suo corpo. In quel preciso istante si verifica un calo del sistema immunitario e una perdita intracellulare dell'acido ascorbico, principio attivo della vitamina C.

QUALI SONO I SINTOMI DEL RAFFREDDORE?

È abbastanza facile individuare i sintomi della rinite. Si inizia con una sensazione di intoppo alla respirazione, normalmente di modico dolore, lacrimazione con starnuti ripetuti, perdita o riduzione del senso dell'olfatto e del gusto. Si verifica anche una secrezione inizialmente sierosa e successivamente abbondante, per poi essere mucopurulenta. Il ciclo evolutivo di tale malattia termina, salvo complicazioni (come per esempio sinusiti), nell'arco di una settimana.

QUALI ALTRE MALATTIE INIZIANO COME UN RAFFREDDORE?

Morbillo, pertosse e varie altre affezioni delle vie respiratorie superiori, nonché il raffreddore da fieno ed altre reazioni allergiche.

A QUALI COMPLICAZIONI PUÒ PORTARE IL RAFFREDDORE?

In alcuni individui, più soggetti a tale malattia, il raffreddore può trasformarsi presto in affezioni ben più gravi lungo le vie respiratorie: rinofaringo - laringo - tracheo - bronchite, alle volte si possono verificare rare localizzazioni a livello polmonare, come per esempio la broncopneumonia.

COME VIENE TRASMESSO IL RAFFREDDORE?

Il raffreddore viene trasmesso tramite tosse, starnuti o per contatto diretto con persone che ne sono affette.

QUALI FATTORI RENDONO UN INDIVIDUO RICETTIVO VERSO TALE PATOLOGIA?

- Un cattivo stato di salute o uno stato di debilitazione organica;
- Stato confusionale e perdita dell'orientamento o perdite in generale;
- Carenze di Vitamina C e di antiossidanti;
- Cattiva alimentazione e associazione alimentare scorretta;
- Intossicazione da fumo di sigaretta e smog ambientale;
- Presenza di tonsille o adenoidi ingrossate e infette, che rendono più difficile all'organismo difendersi dagli attacchi promossi dai virus;
- Qualsiasi malattia alle mucose ed alle vie respiratorie;
- Influenza dei Mass Media e messaggi subliminali televisivi;
- Reazioni allergiche che colpiscono le zone del naso e della gola.

QUALI MEZZI HA A DISPOSIZIONE LA MEDICINA ALLOPATICA PER SCONFIGGERE IL RAFFREDDORE?

Sono stati proposti infiniti mezzi per troncare il raffreddore sul nascere (cura abortiva) o per evitarlo nel periodo di epidemia (profilassi), ma nessuno sembra avere un sicuro valore. Sono oggi in uso una serie di preparati adrenalinici, antibiotici, antistaminici, con generosa somministrazione di diaforetici, vaporizzazione e le comuni norme igieniche.

QUALI MEZZI HA A DISPOSIZIONE LA MEDICINA ALTERNATIVA PER SCONFIGGERE IL RAFFREDDORE?

Con la somministrazione di vitamine A, E, C e tutti i minerali basici e oligoelementi, si contribuiscono a ripristinare le capacità di resistenza alle infezioni, tra cui il raffreddore e gli stati influenzali, senza danneggiare le mucose intestinali ed avere tutti gli effetti delle controindicazioni dei farmaci, vedi candidosi, allergie, mal di testa, vomito, depressione ecc. Utili in questi casi praticare i Fumenti con acqua calda o Aerosol con aggiunta della **Miscela di Oli Essenziali Respirativo**.

SAPPIAMO CHE LEI UTILIZZA DEI DOSAGGI MOLTO

ALTI DI VITAMINE PER SCONFIGGERE IL RAFFREDDORE, PERCHÈ?

Dopo 20 anni di esperienza nel settore della Medicina Alternativa e nella ricerca pura; ho scoperto che assumendo dosi massicce di Vitamina C (dai 3 fino a 7 grammi) in abbinamento sempre con i Minerali, ogni ora per 3 volte di seguito, il sistema immunitario reagisce immediatamente, permettendoci di salire di tono, tanto basta per riprendere il controllo del nostro corpo. Essendo degli esseri spirituali noi

interagiamo con la ghiandola Ipofisi ed è attraverso lei che possiamo attivare il nostro sistema immunitario.

NON FA MALE ASSUMERE COSÌ TANTE VITAMINE, NON CORRIAMO IL RISCHIO DI UN SOVRADOSAGGIO O DI UN ACCUMULO NEL NOSTRO ORGANISMO?

La ringrazio di avermi posto questa domanda. È un dato falso e scorretto che viene utilizzato nel campo medico perché siamo abituati ad utilizzare farmaci ed ad avere degli effetti collaterali. Tutti devono sapere che la vitamina C è idrosolubile e quindi si scioglie nei liquidi, se viene presa in eccesso può dare solamente un piccolo effetto lassativo, l'eccesso poi viene espulso attraverso i liquidi e quindi con le vie urinarie. Quando una persona è ammalata consuma 20 volte tanto la dose giornaliera di Vitamina C. Quindi nessun accumulo nel nostro organismo e nessun rischio per la nostra salute.

QUALI ALTRI TIPI DI RAFFREDDORE SI CONOSCONO?

Vi sono diversi tipi di raffreddore. La rinite acuta, per esempio, è l'allergia che rientra nella categoria delle riniti vasomotorie. Meno frequente è la rinite differica che consiste nella localizzazione nasale del bacillo differico, con formazione di pseudomembrane e di non sempre agevole diagnosi, per cui i pazienti restano a lungo portatori di infezione. Le riniti croniche si distinguono in specifiche ed aspecifiche. Fra le specifiche troviamo la tubercolare, la luetica, la leprosa, il rinoscleroma, tutte affezioni piuttosto rare. Le forme non specifiche sono molto diffuse e comprendono la rinite cronica semplice, affezione facilmente susseguente a ripetute infezioni ad irritazioni del cavo nasale; la rinite ipertrofica, sovente consecutiva alla forma semplice, ed infine la rinite atrofica, sia nella forma senza fetore, che in quella con fetore.

L'INFLUENZA

INFLUENZA E RAFFREDDORE SONO LA STESSA COSA?

No, anche se l'agente patogeno dell'influenza potrebbe essere lo stesso virus che provoca il raffreddore. Vi possono però essere dei virus che provocano all'organismo l'insorgenza del raffreddore e non dell'influenza e viceversa. Bisogna ricordare che alle volte l'influenza inizia grazie ad un comune raffreddore.

CHE COSA È L'INFLUENZA?

Influenza, in medicina, è una malattia infettiva acuta, virale, contagiosa, che colpisce individui di tutte le età, soprattutto durante i mesi freddi. È proprio l'Italia il luogo dove viene segnalata,

nel XVI secolo, la prima epidemia di influenza. La malattia colpisce sovente in tre ondate successive; la prima è benigna, la seconda e la terza si accompagnano a molteplici complicazioni.

CHE DIFFERENZA C'È TRA IL RAFFREDDORE E L'INFLUENZA?

L'influenza è un processo infettivo più grave, associato ad un rialzo febbrile più accentuato ed a dolori più o meno intensi ai muscoli ed alle articolazioni.

A COSA È DOVUTA L'INFLUENZA?

Tale patologia è dovuta ad un virus. Essò si presenta sotto un gran numero di varietà antigeniche che, per mutazione genetica, si succedono e si rimpiazzano di anno in anno. Ogni nuovo mutamento deve essere identificato dai virologi che, a partire dai nuovi caratteri antigenici, dovranno valutare il rischio di epidemia creato dai nuovi virus. Tali virus sono riportati a due



tipi fondamentali: un virus di tipo A, presente nelle forme epidemiche, ed uno di tipo B, responsabile dei focolai circoscritti. Il rischio epidemico dipende anche dal potere patogeno del virus che muta. È fondamentale l'influenza dei Mass Media e dei mezzi di comunicazione, si potrebbe dire che le persone che si ammalano di influenza sono quelle che passano più tempo davanti al televisore ascoltando notiziari allarmistici e leggendo giornali di cronaca nera. L'influenza dei mezzi televisivi e dei messaggi subliminali giocano un forte ruolo sul condizionamento psicologico delle persone, non per altro esistono organizzazioni mondiali che studiano con psichiatri e scienziati come poter influenzare attraverso la TV le menti delle persone, per poter vendere prodotti o sottomettere il volere della persona.

QUALE TERAPIA VIENE CONSIGLIATA AI MALATI DI INFLUENZA?

La terapia consiste nel riposo a letto, con dieta leggera a base di riso in bianco, la terapia è identica a quella del raffreddore con l'aggiunta di 50 ml di Aloe Vera al mattino e di 10 cucchiaini di Cm Mineral al giorno (2 cucchiaini per 5 volte al giorno).

CM MINERAL

I Fondamenti del Sistema Nervoso !



Il **Calcio** aiuta la formazione ed il mantenimento delle ossa e dei denti. E' essenziale per un sangue sano, combatte l'insonnia, controlla il processo di coagulazione e previene la formazione eccessiva di acidi e di alcali nel sangue, aiuta a regolare il battito cardiaco. Il

Magnesio è un minerale essenziale, stimola l'assorbimento ed il metabolismo di altri minerali quali il Calcio, il Fosforo e il Potassio. E' di grande aiuto durante la crescita ossea ed è necessario per un buon funzionamento dei nervi e dei muscoli, compreso quello cardiaco.

FRUITPOWER:

Vitalità ed Energia Immediata!



FRUITPOWER è un prodotto innovativo e pratico, composto da frutta di altissima qualità. Ogni bustina contiene 1000 di Vitamina C, circa un grammo di Minerali Colloidali e le Vitamine E-

A-PP-K. Ricco di Bioflavonoidi; utili per l'assunzione e la metabolizzazione corretta a livello intestinale della Vitamina C. Questo preparato completamente Naturale è ESENTE da sostanze chimiche o sintetiche, dà all'organismo una

sferzata di energia pura di immediata manifestazione. Utile per tutti, grandi e piccoli, in specialmodo per gli sportivi e gli studenti. Ogni bustina equivale a circa 250 grammi di frutta fresca con un potenziale superiore in Vitamine e Minerali pari a 100 volte!

MINERAL POWER: I Fondamenti essenziali!



Questa **FORMULA MINERALE COLLOIDALE** unica è un complemento minerale totalmente puro. Non è un medicinale, quindi, può essere utilizzato regolarmente da chiunque, meglio durante o dopo i pasti. Grazie alla sua particolare formulazione colloidale, il prodotto non favorisce nessun "accumulo di minerali", in quanto l'organismo è in grado di eliminare naturalmente gli eventuali

elementi di cui non dovesse avere bisogno.

Questo prodotto unico svolge 4 funzioni:

- Nutre l'organismo a livello cellulare
- Favorisce l'eliminazione delle tossine
- stimola il metabolismo (facilitando l'assimilazione delle sostanze nutritive)
- favorisce l'interazione ghiandolare del sistema endocrino

VITA C 180:

La Vitamina C intelligente!



Questo prodotto unico nel suo genere è stato creato nel rispetto dell'Uomo e della Natura. È una Vitamina C **masticabile** creata dall'associazione della Rosa Canina e dell'Acerola, frutti importantissimi e ricchi di Vitamina C Naturale. L'assunzione, distribuita nell'arco della giornata, ne garantisce un apporto costante all'organismo.

Tra le sue particolarità:

- Coadiuvante nelle malattie da raffreddamento
- Importante per la produzione di collagene (una proteina necessaria per la formazione del tessuto connettivo della pelle, dei legamenti e delle ossa)
- Aiuta la fragilità capillare
- Prevenzione dei lividi e salute delle gengive
- Indispensabile per chi fuma

LA CUCINA SALUTISTICA



DI JEAN PIERRE CEREGHETTI

L'uso del Wok richiede pazienza ed organizzazione, ma il tempo di cottura è davvero minimo, data

l'elevata temperatura del fuoco e l'ampia superficie del recipiente. Esistono in commercio diversi tipi di Wok: tradizionale in acciaio; in ghisa, acciaio inox, alluminio, materiale antiaderente ed elettrico. La migliore è quella tradizionale in acciaio e ghisa. Per la cottura con il Wok sono necessari pochi utensili; uno solo è indispensabile ed è una specie di spatola (Cham), leggermente concava, perfetta per mescolare continuamente e rapidamente gli ingredienti che vengono saltati. Quando usate il Wok per frittiture con molto olio vi servirà un mestolo somigliante ad una schiumarola per recuperare il fritto. Possono fornire utili anche un paio di bastoncini, per girare il fritto e fare in modo che si dori in maniera uniforme.

COME PREPARARE IL WOK PER IL SUO PRIMO UTILIZZO

L'utilizzo è semplicissimo: mettete il Wok su fiamma viva e lasciate riscaldare completamente al massimo della sua temperatura. Aggiungete 2 cucchiai di olio extravergine. L'olio deve fumare! Questa è la corretta temperatura di utilizzo del Wok. **Importante: non si deve mai usare il coperchio!**

COUSCOUS AI GAMBERI E VERDURE

Ingredienti per 4 persone:

- 500 gr di couscous integrale o ai 4 cereali
- 500 ml di acqua
- olio extravergine d'oliva
- 200 gr gamberi medi
- 200 gr asparagi freschi
- 200 gr di zucchine
- 100 gr di pomodori verdi grandi tipo sanmarzano
- 1 cucchiaio da minestra di estratto di soya
- 1 peperoncino piccante fresco
- 1 cipolla media
- sale q.b.

Preparazione:

1. Portare ad ebollizione l'acqua
2. Mettete il couscous in una pentola grande, aggiungete 4 cucchiai di olio extravergine e con l'aiuto di una frusta mescolate bene
3. Quando l'acqua bolle versatela nella pentola con il couscous e mescolate bene con la frusta
4. Mettete il coperchio e lasciate riposare per 15 minuti, nell'attesa preparate le verdure tagliate finemente alla julienne (asparagi, zucchine, cipolle, pomodori, peperoncino), mettetela nella pentola wok sul fuoco, quando sarà ben calda aggiungete due cucchiai di olio (deve fumare!)
5. Versate le verdure, aggiungete un pizzico di sale, fate saltare le verdure per 2 minuti
6. Versate i gamberi e continuate a girare per 2 minuti, aggiungendo l'estratto di soya.

Come Servirlo:

Prendete un piatto da portata grande e piano. Create con il couscous la forma di una ciambella e versatene all'interno le verdure ed i gamberi. Servitelo ben caldo. Buon Appetito!

SEMINARI E CONFERENZE



DOMENICA 12 OTTOBRE 2003

SEMINARIO TECNICO

STARHOTEL EXCELSIOR BOLOGNA

Viale Pietramellara 51, (di fronte piazza della stazione) tel. 051.24.71.18 - 051.24.61.78

Tema: *La Medicina Preventiva, Ansia e attacchi di panico. I posti sono limitati!!!*

Prenotatevi subito telefonando a Dina Casarin, tel. 0331.55.30.18

Conferenze Novembre 2003

Tema: *"Dolori articolari e muscolari. Come orientarsi con la medicina naturale".*

05 MERCOLEDÌ CARATE B.ZA CONFERENZA
Hotel FOSSATI h. 20.30
Via Donizetti 14 Carate B.za -MI Tel. 0362.90.58.84

06 GIOVEDÌ BERGAMO CONFERENZA
Hotel Donizetti h. 20.30
Via Aldo Moro - Lallio - Dalmine Tel. 035.20.12.27

10 LUNEDÌ ROMA CONFERENZA
Hotel IMPERIALE h. 20.00
Via Veneto 24 Roma (Uscita metropolitana Barberini)
Tel. 06.4826351

12 MERCOLEDÌ CESENA CONFERENZA
CIRCOLO ENDAS h. 20.30
Via Caltaneo 693 (Angolo Via Romea)

**NUOVA SEDE NATURAL POWER:
VIA CESARE BATTISTI 115, 20015
PARABIAGO (MI) TEL. 0331.55.30.18
FAX N° VERDE 800.30.94.20**

PROMOZIONE OTTOBRE

Acquistando un Gocce di Giovinezza più due Sapocrema a scelta
In OMAGGIO
un Olio Essenziale per Ambiente Biorespirativo.

