

CANCRO E ALIMENTAZIONE

Ogni giorno riceviamo molti stimoli negativi: **terapie con farmaci chimici, alterato equilibrio batterico dell'intestino, malocclusione dentale, amalgame con metalli pesanti quali mercurio e piombo, inquinamento, fumo di tabacco, onde elettromagnetiche, additivi alimentari, alimenti raffinati che sono causa di varie intolleranze, alcol, infiammazioni, stress mentale continuo in famiglia e al lavoro, prodotti chimici usati per le pulizie di casa.**

Se a tutto questo sommiamo lo scarso movimento, cioè la limitata eliminazione di tossine entrate nel nostro organismo, capiamo che siamo fortunati se moriamo senza essere colpiti da una neoplasia.

Tutti questi elementi conducono alla causa principale del cancro che è **l'acidosi metabolica**, cioè l'accumulo di acidi nei vari organi ed apparati. Il nostro corpo funziona meglio in **alcalosi**, e questo eccesso di acidità, protratta nel tempo, ci porta ad alterazioni infiammatorie che possono giungere fino al tumore maligno.

Non potendo diminuire l'inquinamento e poco le onde elettromagnetiche (per esempio spostando la radiosveglia, il computer o l'apparecchio tv dal comodino; posizionando il letto con la testa verso nord; usando l'auricolare per il telefonino e non tenendolo aderente al corpo), possiamo limitare almeno qualcuno degli stimoli negativi sopraelencati. Ridurre i farmaci chimici non è sempre possibile, perché ci troviamo inseriti in un meccanismo perverso di "sintomo uguale malattia, uguale farmaco". Per l'equilibrio batterico dell'intestino dobbiamo eliminare il latte vaccino e i formaggi che contengono la laccina e l'acido rumenico, due sostanze antibiotico simili, e prendere meno antibiotici. Attenzione all'uso dei prodotti chimici per le pulizie di casa. Si possono usare elementi naturali. La diminuzione dello stress non è un'impresa facile. Il più delle volte le situazioni stressanti continuano per tutta la vita: rapporti difficili tra genitori e figli, tra colleghi di lavoro, tra dipendenti e titolari, tra vicini di casa. Per eliminare la tensione mentale dobbiamo imparare a perdonare, solo così la mente si rilassa e le energie non rimangono bloccate.

Il lavoro maggiore per ritornare in salute lo possiamo intraprendere smettendo di fumare e con una corretta alimentazione, anche perché le maggiori cause di cancro (85%) sono l'alimentazione, l'alcol e il fumo. Cosa dobbiamo mangiare?

Eliminiamo gli zuccheri raffinati, le proteine animali, compresi i formaggi, il latte, l'alcol, il frumento e il riso raffinati e tutti i derivati della farina bianca, le solanacee, cioè patate peperoni melanzane, pomodori, peperoncino e nicotina. Questi alimenti contribuiscono all'accumulo di acidità e provocano un'alterata fisiologia del corpo.

La dieta appropriata sarà composta dal 50% di cereali integrali e biologici (riso, miglio, orzo, avena, mais, segale, farro, kamut), dal 25% di verdure cotte, dal 10% di verdure crude e frutta, dal 10% di proteine vegetali, dal 5% di condimenti e grassi.

Il tutto deve essere **integrale e biologico**, perché solo così apportiamo una quantità adeguata di energia pura e di nutrimenti ideali quali vitamine, sali minerali ed oligoelementi. Questi funzionano annullando i danni dei radicali liberi e dell'acidosi che sono tra le concause delle neoplasie.

Un altro vantaggio dei cereali integrali e biologici è quello di nutrire in modo corretto mantenendo il peso forma e facendoci dimagrire se c'è soprappeso.

Ciò non succede se ci alimentiamo col frumento o il riso raffinati. Questi, infatti, non contenendo vitamine, sali minerali ed oligoelementi (specialmente lo zinco e il cromo), producono un alterato assorbimento ed eliminazione degli zuccheri. Passiamo da uno stato di iperglicemia veloce in cui abbiamo un apparente benessere, ad uno di ipoglicemia veloce in cui stiamo male e mangiamo più del necessario, senza la possibilità di digerire in modo corretto, e ingrassiamo.

La corretta alimentazione ci preserva dal cancro e ci fa anche vivere bene.

Dott. Giovanni Angilè

Medico Chirurgo

**Agopuntura - Omeopatia - Neuralterapia - Mesoterapia Omeopatica – Riflessoterapie
Terapia del dolore - Chiroterapia (Manipolazioni Vertebrali) Kinesiologia Applicata - Ipnosi - Allergie
Alimentari**

Per informazioni telefonare al: 349 2344166

Studio: Via Nino Bixio, 9 - 35030 Caselle di Selvazzano (PD)

Sito internet: www.giovanniangile.it