



PRESENTAZIONE AISIC LOTUS

VINADIO - 4 - 7 MAGGIO 2011

TI SENTI STRESSATO?

Come sarebbe a dire "...Troppi caffè" ?



Cos' è l' A.I.S.I.C ?



L'AISIC ONLUS, Associazione Italiana contro lo Stress e l'Invecchiamento Cellulare, è un'associazione e Società Scientifica indipendente ed autonoma (costituita da un migliaio di persone tra soci e sostenitori) nata a Roma nel 2003 con lo scopo di:

Condividere conoscenza e cultura circa la **PREVENZIONE** dei fattori che causano stress e invecchiamento.

Condividere conoscenza e cultura circa la **TERAPIA** dei disturbi da stress e invecchiamento

Condividere conoscenza e cultura nella **RICERCA** di nuove terapie dei disturbi da stress e invecchiamento

Cos'è lo **LO STRESS?**

Risposta individuale ad una situazione percepita come frustrante nella quale il soggetto non ritiene di disporre di risorse e / o strategie adeguate alle richieste, agli impegni che l'ambiente fisico e sociale impone di affrontare.

Lo **Stress** misura la capacità di adattamento dell'organismo agli stimoli ambientali; è importante per la nostra sopravvivenza ma non sempre genera benessere.

**LO STRESS
PONE RICHIESTE ALLA PERSONA
ESIGE RISPOSTE**



ESISTE UN SOLO TIPO DI STRESS?

Eustress: migliora la nostra capacità di reazione agli stimoli attivando una risposta reversibile e adeguata che aumenta capacità e rapidità di comprensione, concentrazione, reazione.

Distress: In presenza di richieste eccessive rispetto alle nostre possibilità, la risposta di adattamento diviene disfunzionale e genera malattie.

Distress : è quello che oggi definiamo **stress** quando affermiamo "sono stressato".
Di stress ce n'è per tutti: per chi ha responsabilità di lavoro, chi fa quotidianamente lo slalom nel traffico, chi si separa o ha crisi familiari.



Prevenzione



Quattro grandi *Maxistressori*:

Ambientali: inquinamento, inquinamento luminoso, elettromagnetico, acustico.

Stili di vita: fumo, alcool, un'alimentazione frettolosa, sbagliata e piena di tossici, sedentarietà, abuso di farmaci.

Cognitivi: terrorismo, insicurezza, incertezza del futuro, aggressività, l'affollamento delle nostre città.

Povertà culturale e Cattiva comunicazione : comunichiamo pochissimo, malissimo e soffriamo di un profondo senso di solitudine.

Nostri obiettivi: sensibilizzare le persone sull'esistenza di questi *stressori* e su come gestirli e ridurli riportandoli sotto la **soglia critica** oltre la quale il danno si manifesta.

LO STRESS

Lo Stress è la locomotiva di un treno che porta con sé una serie di vagoni dai nomi ormai fin troppo noti:

Ansia, Depressione, Insonnia, Colon Irritabile,
Cefalea, Ipertensione,
Malattie
Cardiovascolari,
Invecchiamento
Precoce, Tumori ...

e non finisce
certamente qui!



LO STRESS

Anche se lo stress è vissuto come un problema individuale esso ha in realtà un elevato impatto sociale, colpisce infatti più di 40 milioni di persone nell'Unione Europea e rappresenta il 2° problema sanitario con un costo di oltre 20 miliardi di € annui.

Il solo trattamento sanitario del disturbo depressivo da stress incide sull'economia europea per 44 miliardi €.

In Italia (dati 2009)sarebbero **4 milioni** le persone soggette a stress.



Invecchiamento

Fenomeno geneticamente determinato che inizia già dopo i 20 / 25 anni con una velocità influenzata dagli stessi fattori che causano stress: Ambientali, Cognitivi, Stili di vita.

Fattori cognitivi (guerre, terrorismo, insicurezza sociale, incertezza del futuro).

Fattori, non cognitivi:

ambientali: inquinamento acustico, luminoso, elettromagnetico e ambientale.

stili di vita: fumo, alcool, un'alimentazione frettolosa, sbagliata e piena di tossici, sedentarietà, abuso di farmaci.



LA NOSTRA FILOSOFIA



Non ci si ammala per 1 solo stressore ma per più stressori che, insieme, ci fanno superare la *soglia critica* oltre la quale ognuno di noi manifesta una patologia.

STRESSORI



Gli eventi stressanti oggi più frequenti sono quelli legati al nostro stile di vita, alla necessità di raggiungere obiettivi che sembrano essere ogni giorno più lontani, alla sempre maggiore sedentarietà.

A questi vanno aggiunti i danni enzimatici e cellulari creati dall'inquinamento ambientale, elettromagnetico, dai gas di scarico, da un'alimentazione frettolosa e sbagliata, dall'abuso di farmaci, pesticidi e quant'altro.

IL NOSTRO OBIETTIVO



Ridurre questi stressori riportandoli al di sotto della *soglia critica* oltre la quale ognuno di noi manifesta una patologia.

LE NOSTRE ATTIVITA'



Convegni, Tavole Rotonde, Conferenze, Campagne di Screening

Attività Clinica

Gruppi di studio e Ricerca in Associazione con Istituzioni Accademiche Italiane e Internazionali

Iniziative di sostegno in situazioni stressanti

Settori di Interesse: Ambiente

C'è un filo diretto tra armonia dell'ambiente e benessere; le curve morbide di un paesaggio, la pietra dolce di un'architettura possono aiutare a guarire perché queste bellezze entrano in risonanza con il nostro equilibrio e lo influenzano. (*American Journal of preventive medicine*).

Invece oggi viviamo in ambienti sempre meno a misura d'uomo, affollati, rumorosi, illuminati artificialmente, inquinati. Smog, piombo (traffico, antidetonante per benzine), arsenico, cadmio (tutti neurotossici e non biodegradabili) arrivano all'uomo attraverso la catena alimentare concentrandosi fino a 10.000 volte.

Inquinamento elettromagnetico: l'uso eccessivo di apparecchi elettronici ed elettrici, ormai onnipresenti, modificano la ionizzazione dell'aria: l'eccesso di ioni positivi crea disturbi dell'umore (nervosismo eccessivo).

Settori di Interesse

Alimentazione - Sedentarietà



***NOI NON ABBIAMO UN CORPO
NOI SIAMO UN CORPO***

Nasciamo come una *Macchina Biologica Perfetta*, tutto ciò che ci accade di *negativo* nel corso della vita dipende da errate abitudini alimentari e comportamentali.

Infatti in un'epoca in cui l'offerta del cibo è ubiquitaria, costante e sostenuta da una pubblicità pressante, siamo un popolo di malnutriti: per eccesso calorico e di tossici e/o per difetto di oligoelementi.

Settori di Interesse

È necessario ricondurre l'attenzione sull'uomo, armonizzare le potenzialità fisiche e spirituali perché corpo e mente formano un'unità inscindibile.

UNITA'
CORPO-MENTE

UNITA'
CELLULA-
MATRICE

UNITA'
INDIVIDUO-
SOCIETA'

ATTIVITA' CLINICA

Protocolli in grado di:

Intervenire sui fattori responsabili dello stress e dell'invecchiamento cellulare.

Valutare la nostra età biologica, il nostro grado di stress, predisposizioni a future patologie, cosa ci fa invecchiare male privandoci di una situazione di ben - essere.

Riattivare le energie per guarire.

ATTIVITA' CLINICA

Riduzione degli Stressori Ambientali:

- Aumento Output: Stimolo Emuntoriale (Drenaggio), Terapia Chelante, *Chelazione Ionica*.
- Riduzione Input : Limitazione carico tossico ambientale.

Regolazione Ambiente Metabolico Interno:

- Terapia di Regolazione PNEI: Organoterapia, Ormoni e Citochine,
- Antiossidanti, O₂, Oligonutrienti.

Aumentato Output: Terapia Chelante

Utilizza molecole di sintesi in grado di chelare i Metalli Tossici espellendoli prevalentemente per via renale.

EDTA: aminoacido sintetico in grado di chelare cromo; alluminio; mercurio; zinco; piombo; manganese; calcio; magnesio; Ferro e Rame (se non legati in complessi enzimatici e sistemi di trasporto ma in forma libera). L'EDTA chela il calcio depositato nel lume vasale, ne migliora la flessibilità e l'afflusso di sangue ad organi e tessuti. Viene utilizzato anche in alcune neoplasie (linfomi e leucemie) essendo molte di queste patologie condizionate dall'accumulo di metalli tossici.

La terapia chelante, in mani esperte, è una terapia alquanto sicura anche se invasiva.

Aumentato Output: Chelazione Ionica

Metodica assolutamente non invasiva, di facile utilizzo e costo non elevato.

Tramite l'elettrodo immerso nell'acqua del pediluvio, l'apparecchiatura produce e satura l'acqua con una grande quantità di ossigeno e ioni negativi.

Attraverso la cute della pianta dei piedi, del palmo delle mani o addirittura del corpo intero in caso di bagno, la persona assorbe questa grande quantità di ossigeno e ioni negativi disponibili nell'acqua che vanno a beneficio di cellule, organi, visceri e ghiandole, che attraverso il flusso sanguigno vengono irrorate ed ossigenate.



Aumentato Output: Chelazione Ionica

MECCANISMI D' AZIONE

Rigenera i Sistemi Tampone

Alcalinizza la matrice extracellulare preservando i tessuti dall' azione degenerativa degli acidi

Ottimizza il gradiente di concentrazione Intra –

Extracellulare degli Idrogenioni

Migliora la permeabilità di

Membrana.

Fornisce i supporti minerali per

il corretto funzionamento della

Cellula.



Aumentato Output: Chelazione Ionica

EFFETTI TERAPEUTICI

Detossificazione cellulare e Disintossicazione dell'intero Organismo

Integrità della Matrice Extracellulare

Miglioramento del Metabolismo di Organi e Cellule

Riduzione dei processi Infiammatori e dei ROS.

Remineralizzazione

Migliora la digestione

Migliora la fluidità del sangue

(riduce l'impilamento dei g. rossi)



Impilamento dei globuli rossi

Il sangue impilato è meno fluido (aumento della VES, più è alta la VES meno fluido è il sangue), ha una ridotta capacità di trasportare O₂ verso le cellule provocando ipossia e aumento dei Radicali Liberi.

Quando i globuli rossi sono impilati, si congestionano anche i filtri che purificano il sangue: fegato, reni, milza, polmoni e pelle.

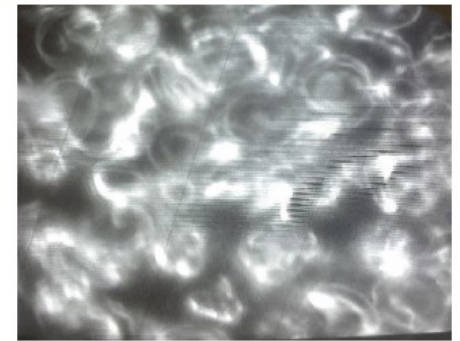
Le immagini in campo oscuro (prima e dopo il trattamento) confermano quanto detto ma, soprattutto, dimostrano come

sia possibile recuperare e mantenere una condizione di salute e benessere attraverso l'uso di una metodica **easy** .

ESAME DEL SANGUE IN CAMPO OSCURO



PRIMA DEL TRATTAMENTO CON LOTUS-XE



DOPO IL TRATTAMENTO CON LOTUS-XE

Riduzione Input



Protezione Ambientale

Sviluppiamo progetti di:

Sviluppo sostenibile, Salvaguardia della Biodiversità, Sostegno all'agricoltura biologica e biodinamica.

Gestione sostenibile dei Rifiuti, Energie rinnovabili.

Sviluppo problema Plastica.

Costruzione e/o Ristrutturazione di strutture esistenti; siano esse abitazioni, reparti ospedalieri pediatrici, scuole, asili o uffici perché diventino spazi in cui rigenerarsi non solo contenitori. Spazi pensati con occhio attento all'ambiente, all'inquinamento fisico, irraggiamento solare, elettrosmog, campi magnetici.

Settori di Interesse



Sviluppo della capacità di gestire lo stress

L'impoverimento culturale della nostra società, il consumismo come bisogno, la mancanza di valori provocano un aumento di patologie da disadattamento psichico (depressione, suicidi) già tristemente note in altri paesi.

Programmi di arricchimento spirituale e culturale in luoghi di particolare fascino e ricchezza energetica.

Mostre, spettacoli teatrali.

Corsi di ProblemSolving Strategico per una migliore conoscenza di sé, dei propri sistemi relazionali e per una migliore gestione dei rapporti interpersonali.

Week End intensivi di riequilibrio.

Progetto NoSTRA

Settori di Interesse



DIDATTICA E FORMAZIONE

- Formazione sulla prevenzione dello stress per ruoli professionali ad alto impatto: Insegnanti, Personale socio sanitario e Volontari.
- Corsi di educazione alimentare per bambini e genitori,
- Corsi di educazione alimentare per educatori e dietologi.
- Corsi sull'importanza dell'agricoltura biologica e biodinamica.
- Programmi di formazione per medici, Insegnanti e personale ad alto impatto sociale.
- Istituzione di Master universitario di II livello in Nutrizione e Medicina del Benessere riservati a Medici onde formare medici esperti nella gestione dello stress e nel benessere.

Campagne di sensibilizzazione sullo stress



Campagne di valutazione /prevenzione dello stress tramite Check up aziendali

Interventi a supporto di situazioni stressanti (ospedali pediatrici, ecc...)

Screening sull'obesità in età scolare

Screening su patologie da stress ossidativo (distiroidismo) influenzabili con integratori (carta diritti dei bambini OMS).

Informazione sugli stili di vita antistress:

In accordo con i punti chiave del programma sanitario U.E. (rendere accessibili ai cittadini le conoscenze necessarie per proteggere la propria salute).

- Correzione della sedentarietà e risveglio motorio
- Disassuefazione dal fumo
- Correzione dei disturbi del comportamento alimentare

Settori di Interesse



Ricerca

Creazione di gruppi di ricerca anche in collaborazione con le Istituzioni Accademiche italiane e internazionali.

Creazione di protocolli terapeutici innovativi

Creazione di farmaci innovativi



aisic

Associazione Italiana contro
lo Stress e l'Invecchiamento Cellulare

www.aisicweb.org