

## NOTIZIARIO

Febbraio 2003

della Associazione Salutaris Buteyko-Italia

Via del Vallino,5 -53010 Casciano di Murlo (SI) tel.348 5118133

“Notizie salutari” (a cura di Rosa Maria Chicco).

\*\*\*\*\*

1) Anche se tornerò più diffusamente sull'argomento nel prossimo notiziario, vorrei già ora mettere in guardia i lettori quanto all'effetto estremamente dannoso per la salute di un prodotto molto diffuso: l'aspartame, contenuto quale dolcificante artificiale in una grande quantità di prodotti; dalla coca-cola ed altre bevande dietetiche, alle caramelle, gomme americane ed altri prodotti reclamizzati come “senza zucchero”. Sull'argomento vi è un'infinità di siti in lingua inglese, ed alcuni (ancora troppo pochi!) in lingua italiana.

Se si leggono le centinaia di studi scientifici sui danni provocati dai componenti dell'aspartame non si riesce a capire come mai ne sia stato consentito l'uso alimentare.

Se poi si legge, nei siti di cui sopra, che l'“esperto” della FDA americana che ha sanzionato l'“innocuità” del prodotto si è pochi mesi dopo licenziato da tale ente governativo per essere assunto, come direttore, da una delle principali imprese di prodotti alimentari a base di aspartame si è naturalmente indotti a “pensar male”.

2) Sono ormai passati tre anni da quando è uscito il mio libro “Vivere di più respirando di meno”, e quasi due da quando ho iniziato a svolgere dei corsi sulla tecnica di respirazione basata sulle scoperte del prof. Buteyko. Mi farebbe molto piacere, per fare una revisione e valutazione anche statistica dei risultati, ricevere notizie da chi ha provato, o con il solo libro o dopo il corso, a respirare “in modo nuovo”, quanto agli effetti benefici o inconvenienti. E' naturalmente assicurata l'assoluta riservatezza dei dati.

Grazie e a risentirci con il prossimo notiziario.