

ASSOCIAZIONE BUTEYKO ITALIA

NOTIZIE SALUTARI (a cura della dott.ssa Fiamma Ferraro)

Novembre 2007

-Uscirà prossimamente sul periodico scientifico americano Journal of Allergy & Clinical Immunology, il risultato di uno studio appena concluso dal reparto Allergologia/Immunologia della Creighton School of Immunology su un gruppo di pazienti sofferenti, ad un livello tale da richiedere l'uso di farmaci, di rinite stagionale allergica, provocata da vari pollini. Soffre di questo problema un numero di americani stimato a 40 milioni (ed ovviamente ne soffrono anche molti italiani!)

In questo studio, a 60 pazienti è stato somministrato, direttamente in una fossa nasale, un dosaggio totale di 1200 ml di anidride carbonica, mentre a 20 pazienti del gruppo placebo veniva somministrata aria semplice. Mezz'ora dopo il trattamento, coloro ai quali era stata somministrata l'anidride carbonica aveva riportato un 50% di miglioramento nei sintomi nasali, mentre nel gruppo placebo il miglioramento era notevolmente inferiore (27,6%).

I ricercatori, nel commentare i risultati, hanno riferito che l'uso di anidride carbonica per via nasale ha già provato la sua efficacia anche per il trattamento dell'emicrania.

Fa ovviamente sempre piacere vedere continue nuove conferme di quanto il prof. Buteyko andava dicendo fin dal 1960 sugli effetti favorevoli del giusto tasso di anidride carbonica nell'organismo, non solo per l'asma, riniti ed allergie ma anche per molti altri problemi.

Purtroppo, quando si pensa all'utilità dell'anidride carbonica, il consueto approccio medico-scientifico è quello di somministrarla nello stesso modo in cui si somministrerebbe un farmaco, anziché pensare all'unico modo in cui (a parte le misure d'emergenza in cui questa modalità può essere utile e necessaria) si riesce ad ottenere un risultato permanente e duraturo, e cioè riaddestrando il modello di respirazione dei pazienti.

-Ho insistito spesso sull'opportunità di fare attenzione alla qualità dell'aria che si respira in casa, non raramente più inquinata di quella di strade trafficate.

Il Centro di Ricerca in Epidemiologia ambientale di Barcellona ha ora appena concluso uno studio, durato nove anni, in cui sono state coinvolte 3500 persone in dieci paesi europei.

I risultati hanno dimostrato che il rischio di diventare asmatici aumentava del 50% per le persone che effettuavano pulizie in casa almeno una volta alla settimana, impiegando spray detergenti vari, detergenti per vetri, tappeti, mobili, bagni, e "rinfrescatori" degli ambienti.

Lo studio non ha messo in luce i meccanismi biologici che hanno portato a questo risultato ma sembra indubbia la responsabilità di sostanze tossiche contenute in questi prodotti e quindi l'opportunità di sforzarsi di reperire, per queste pulizie, prodotti contenenti solo sostanze innocue.

-E' noto che Buteyko, contrariamente all'opinione medica moderna che tende attualmente ad evitare, purché minimamente possibile, di togliere le tonsille, sosteneva invece che in molti casi conviene toglierle, poiché quando il danno ha superato determinati limiti, le tonsille sono divenute un tessuto marcio e un focolaio d'infezione permanente che, anche se magari non dà più un fastidio immediatamente percepibile, avvelena tutto l'organismo. Ricercatori dell'Università di Kansas City, al termine di un recente studio effettuato su 117 bambini che soffrivano di disturbi del comportamento (irrequietezza e mancanza di concentrazione, disturbi del sonno) hanno constatato che la sintomatologia di questi bambini era molto migliorata 6 mesi dopo un'operazione di asportazione delle tonsille.

-Ho spesso attirato l'attenzione sull'importanza fondamentale che, per la salute, ha il

respirare con l'organo che la natura ci ha dato appunto per respirare: il naso. Se si respira dalla bocca è impossibile evitare di respirare in eccesso (oltre a tutti gli altri problemi che questo tipo di respirazione comporta).

In alcuni casi, quando vi sono problemi insormontabili al naso, un'operazione potrebbe essere inevitabile.

In altri casi, quando l'ostacolo è meno pronunciato, gli esercizi di respirazione Buteyko possono portare ad una riapertura dei passaggi nasali.

Vi sono tuttavia anche alcune altre misure che possono sostenere questo processo.

Segnalo ad esempio un dispositivo di invenzione giapponese, dal nome di Patakara; (nonostante l'assonanza italiana poco felice, mi sembra che non si tratti di una patacca!)

Le sperimentazioni effettuate in Giappone sembrano confermare risultati positivi per l'allenamento di labbra e muscoli facciali, un supporto contro il russare, i disturbi al naso, e i disturbi temporomandibolari.

Si trovano maggiori dettagli al sito www.liptrainer.com, oppure a quello del distributore italiano (con il quale non ho alcun tipo di partecipazione finanziaria alle vendite). www.humans.it/it

-Come avevo osservato in un precedente Notiziario, la fama del metodo Buteyko si sta diffondendo anche in Italia, lentamente ma sicuramente, senza bisogno di pubblicità, grazie ai risultati che consente di raggiungere.

Mi fa ora piacere comunicarvi che il 1 dicembre a Riccione terrò una relazione, alla quale seguirà una tavola rotonda, dal titolo "Buteyko, la rivoluzione nella respirazione", ad un evento molto importante nel settore della medicina alternativa italiana: la Macro festa, organizzata tutti gli anni dalla Macroedizioni (che, nella linea BIS pubblicherà l'anno prossimo il mio nuovo libro sul metodo Buteyko, frutto della mia esperienza medica degli ultimi anni con questo metodo; ma su questo tornerò in un prossimo Notiziario).

Saranno presenti molti relatori di prestigio (da Nader Butto ad Erwin Laszlo) che parleranno di molti argomenti interessantissimi. Chi desideri partecipare al Festival può trovare maggiori informazioni al

seguinte link: <http://www.macroedizioni.it/evento.php?id=565>

Buongiorno. Nel Notiziario "Notizie salutari" dell'aprile 2006 avevo scritto quanto segue:

"Mi viene spesso chiesto se la respirazione Buteyko sia utile anche per malattie polmonari come enfisema e COPD (malattia polmonare cronica ostruttiva).

La mia risposta in questi casi è che, sebbene la respirazione Buteyko sia anche qui essenziale, occorre procedere con molta cautela e con una guida esperta, perché in questi casi vi è una parte di tessuto polmonare distrutto, il che può provocare squilibri nel tasso di CO₂ e rende gli esercizi Buteyko difficili da eseguire.

Le terapie convenzionali offrono nei casi più gravi di queste malattie solo le alternative della somministrazione di ossigeno con la bombola oppure, nei casi più disperati, il trapianto dei polmoni.

Per questo, quando ho sentito parlare per la prima volta di un preparato scoperto da due giovani ricercatori specializzati nel settore del DNA, che a quanto pare hanno trovato una sostanza (di origine del tutto naturale, tanto che non è nemmeno classificata come una medicina ma come un integratore alimentare) che riuscirebbe, se non a rigenerare il tessuto polmonare distrutto, perlomeno a far funzionare molto meglio la parte di tessuto rimanente, mi sono precipitata a provarlo, anche se in casi non molto gravi.

Il preparato è a base di gocce di DNA ricavato da salmoni del Pacifico e funziona riuscendo a riequilibrare e stimolare il movimento delle "cilia" (le microfibre, simili appunto a minuscole ciglia, che tappezzano le vie respiratorie e le mantengono pulite), facendole oscillare più in fretta e più forte, in modo da intensificare l'espettorazione, riuscendo a far

uscire l'eccesso di muco presente in queste malattie."

Al seguente link si possono leggere ulteriori dettagli (purtroppo solo in inglese; non ho trovato un link in italiano), con gli estremi degli studi effettuati per le varie malattie.

<http://www.encyclopedia.com/doc/1G1-138483342.html>

Avviso importante: tutti i notiziari qui riportati hanno solo scopo informativo e, anche se alla redazione ha partecipato un medico, non intendono in alcun modo dare consigli medici, per i quali sarebbe necessario un esame medico individuale e di persona, con approfonditi accertamenti.