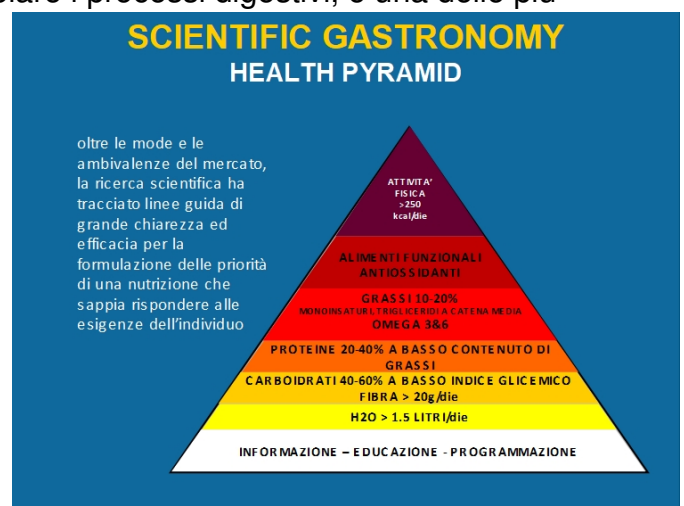




Pubblichiamo una sintesi della lezione di Naturopatia tenuta lunedì 11 gennaio 2021 dal dr. Salvatore Cannavà, sul tema "Salute & Benessere dell'Individuo" trasmessa in diretta streaming sul canale eventi di Webmarte.tv.

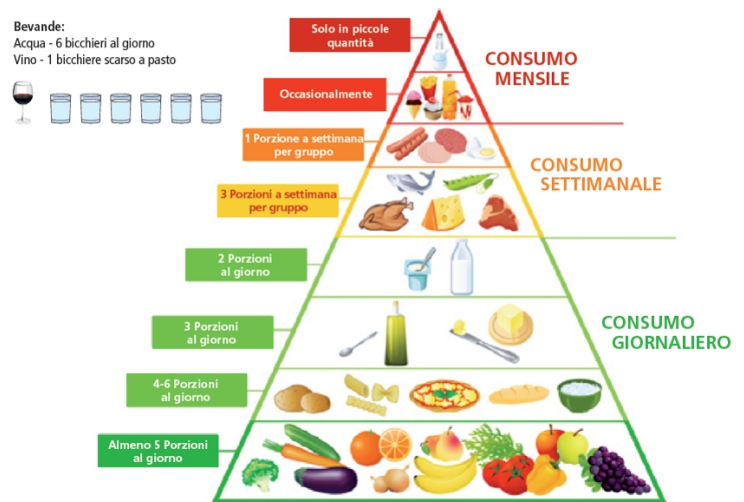
APPROCCIO ALLA SALUTE * La Sanità: MEDICI SPECIALISTI – FARMACI - MALATTIE CRONICO DEGENERATIVE; Medicina Funzionale: INDIVIDUALITA' BIOLOGICA E COMPORTAMENTALE - MEDICO FUNZIONALE - NUTRIENTI ANTIOSSIDANTI – PREVENZIONE – DETOSSIFICAZIONE - MEDICINA SPECIALISTICA

UNO SGUARDO EVOLUTIVO * Il cambiamento di questi ultimi 30 anni: 1) Superamento dello Spazio con Internet (Tecnologia); 2) Globalizzazione della Società (Politica, Economia, Cultura); 3) Scoperta della Priorità Biologica (Scienza); 4) Individualità Molecolare; 5) Mente Biologica; 6) Cervello Enterico: Il sistema nervoso enterico viene spesso considerato come il nostro secondo cervello. In esso si estende una complessa rete di più di cento milioni di neuroni (quasi come nel midollo spinale) che "tappezzano" aree come l'intestino tenue e il colon. Questo sistema è in grado di agire in modo indipendente rispetto all'encefalo. Potremmo dire che quest'area del sistema nervoso autonomo, responsabile di regolare i processi digestivi, è una delle più interessanti del



nostro organismo. Negli ultimi anni non sono mancate pubblicazioni in merito all'idea di considerare il sistema nervoso enterico come il nostro "secondo cervello". Second Brain, il 95% della serotonina e il 50% della dopamina vengono prodotti proprio nell'apparato digerente.

LA SALUTE DELL'INDIVIDUO, RADICE DELLO SVILUPPO SOSTENIBILE. IL PROGETTO IDEALE: Centro di Medicina funzionale, Laboratorio biocomportamentale, Nuovi modelli di Salute, Quotidianità ed Ambiente, Prevenzione & Detossificazione, Questionario biocomportamentale, Laboratorio Genomico- Funzionale-Quantistico, Piramide alimentare, Integratori, Alimenti funzionali.



Alimentazione suggerita: GIORNALIERA: ortaggi, frutta fresca di stagione e frutta secca, legumi, cereali, pasta (poco condita), olio EVO; SETTIMANALE: pesce, carne bianca, uova, formaggi non spalmabili, insaccati magri; MENSILE: carne rossa, dolci.

ALFABETIZZAZIONE BIOLOGICA E DIRITTO ALLA SALUTE: LA SALUTE, COME PRIMO DIRITTO-DOVERE NEI CONFRONTI DI SÉ STESSI E DELLA COMUNITÀ: Ambiente: Tra i primi doveri del buon cittadino dovrebbe esservi l'impegno per la salvaguardia dell'ambiente. Ognuno di noi, infatti, può essere protagonista e sentinella dell'ambiente. Dalla raccolta differenziata della spazzatura domestica, alla ricerca di prodotti alimentari e manifatturieri a chilometri 0. Dal non sprecare il cibo, ad un corretto uso dell'energia elettrica e dell'acqua. Dal riutilizzo di attrezzi o piccoli macchinari recuperabili, ad un più ragionevole uso dell'auto. Dall'evitare di stampare su carta comunicazioni non importanti, al riciclaggio del vetro, della plastica, del cartone, del metallo, ecc. Dall'impiego di materiali termoisolanti nell'edilizia, all'impiego di vernici meno insalubri. E così via ... Antropologia: Approfondendo gli studi sull'uomo, considerandolo sia come soggetto o individuo, sia in aggregati, comunità, situazioni. Studiando l'umanità dal punto di vista naturalistico, cioè in quanto costituente un particolare gruppo zoologico, sulla scorta di caratteri morfologici e fisiologici. Se facciamo nostro il concetto di diversità psichica, fisica, intellettuale, culturale e via dicendo, dell'Uomo, dovremo considerare un diverso approccio anche nella prescrizione di un regime alimentare, così come

di una sua cura. Che essa sia: farmacologica, strumentale, radiante, riabilitativa od altro. Secondo una interpretazione olistica dei sintomi soggettivi descritti dall'Uomo e dal riscontro coi suoi referti clinici. Non trascurando lo studio della Medicina Psicosomatica, delle cure palliative e dell'effetto placebo di taluni elementi inerti. Sociologia: Approfondiamo lo studio delle strutture sociali, dalle più semplici alle più complesse. Le regole sociali ed i processi che uniscono (e separano) le persone. Non solo nella loro unicità di individui, ma come componenti della collettività. Organizzata in associazioni, gruppi ed istituzioni, ecc. Dunque, reimpariamo a comportarci in maniera sociale. Per ritrovare il gusto, l'utilità e la vitalità della vita sociale di uomini completi e liberi, uniti in gruppi e società. Ricerca: La ricerca scientifica, negli ultimi anni, ha compiuto passi da gigante in tutte le direzioni dello scibile umano. Ma, a fronte del meritevole lavoro di molti scienziati, protesi al bene dell'umanità, con le loro ricerche, il loro impegno ed il loro sacrificio, dobbiamo registrare anche il non raro spettro dello sfruttamento umano. Della settarietà della ricerca. Troppo spesso appannaggio di pochi ceppi sociali, a discapito della collettività. E', infatti, troppo esigua la quantità di erogazioni statali in favore della Ricerca. E' una vergogna, per l'Italia, costringere i nostri migliori cervelli ad emigrare all'estero perché nel loro Paese il loro sapere non è opportunamente riconosciuto e conseguentemente dignitosamente remunerato. Medicina: La «Medicina» è davvero beneficio di tutti? Si fa, periodicamente, una adeguata azione di alfabetizzazione sanitaria della collettività? Al di là della stima verso il nostro medico di famiglia o verso gli specialisti ai quali ci affida e la lettura dei bugiardini dei farmaci assunti, abbiamo cognizione del nostro corpo, dell'influenza del farmaco con l'ambiente in cui viviamo? Dell'interferenza tra vari farmaci? E tra questi e la nostra alimentazione, lavoro od abitudini di vita? Quante volte ci vengono proposte indagini allergologiche o di sensibilità verso quel tale farmaco, prima di somministrarlo? La Medicina è davvero leale nei confronti dell'utente? Quanti farmaci, in realtà, potrebbero essere sostituiti da comportamenti e stili di vita diversi, da un regime alimentare più adeguato alle nostre abitudini, al nostro lavoro, allo sport che pratichiamo, ecc.? Comunicazione: Non so Voi, ma io proibirei gli spot pubblicitari di prodotti che ne sollecitano l'assunzione a scopo curativo, sedativo, digestivo, analgesico e via dicendo, senza una indagine eziologico/funzionale del sintomo. Per non parlare delle autodiagnosi telematiche di chi ricerca un certo sintomo su internet e pretende di saperne più del Medico. E, ancor peggio, assume farmaci perché la sua amica od amico, con sintomi solo apparentemente uguali, si è trovata/o bene. Perché, invece, non sensibilizzare la gente a contattare i Medici ed incentivare le campagne sulla prevenzione. Magari migliorando le strutture sanitarie diagnostico specialistiche per ridurre drasticamente i tempi di attesa per quello o quell'altro esame. Prevenire è meglio che curare, recita un vecchio adagio. Ma se una TAC, una RSM, una mammografia, una gastroscopia o altri accertamenti vengono proposti al paziente a sei, dieci o diciotto mesi, di che cosa stiamo parlando? Diritto – Economia – Politica: A fronte di quanto appena detto, mi chiedo: dove inizia il DIRITTO del cittadino di avere una giusta assistenza sanitaria per prevenzione, diagnosi, cura e convalescenza; e dove inizia il rispetto e il DOVERE della farraginosa ed elefantiaca macchina sanitaria di dare opportuna informazione e assistenza al cittadino. La sanità, pubblica e privata, assorbe una cospicua fetta delle risorse economiche italiane. Sarebbe il momento di controllare molto meglio i bilanci delle ASP, come delle strutture private. Come pure i costi di taluni farmaci, specie se salvavita. Tutto ciò è da ascrivere sotto la voce «Diritto», «Economia» o, ahimè, «Politica»? ... ai posteri l'ardua sentenza ...

CONCLUSIONI: Al di là dei lunghi tempi di attesa, dell'empatia col proprio medico o con lo specialista, delle obiettive difficoltà logistiche del periodo che stiamo vivendo, Vi invito tutti a non trascurare i sintomi che il vostro corpo esprime. Anche quelli apparentemente più insignificanti. Lasciate che sia il vostro medico a valutarne il giusto significato. Su internet, da un'amica, fatevi dare la ricetta per un dolce o per un manicaretto. Le ricette mediche ... lasciatele agli specialisti del settore ... Grazie per la vostra cortese attenzione e buon Benessere di Vita.

Dr. Salvatore Cannavà

[Leggi il curriculum del dr. Salvatore Cannavà e gli altri incontri tenuti in aula Unitre](#)



The slide features a green header with the text "Incontro riservato ai soci Unitre" and the Unitre Augusta logo. The main text reads: "Naturopatia 'Salute & Benessere dell'Individuo' Lunedì 11 Gennaio 2021 ore 18.00 Diretta streaming su Webmarte.tv". A small photo of Dr. Salvatore Cannavà is on the right. The footer states "Relatore: Dr. Salvatore Cannavà - Psicologo".



Salute & Benessere dell'Individuo del dr. Salvo Cannavà

Scritto da Redazione

Martedì 12 Gennaio 2021 11:21 - Ultimo aggiornamento Mercoledì 13 Gennaio 2021 16:46



{comments on}