

Le malattie più comuni (raffreddore, influenza bronchiti, otiti, tonsilliti, gastroenteriti ma anche cistiti, vaginiti, herpes, etc.) sono causate da microrganismi “patogeni”, ossia in grado di provocare malattie, a differenza dei “fisiologici” che vivono in una sorta di simbiosi con il nostro organismo. I virus, tra i microrganismi più temibili, sono parassiti obbligati intracellulari, ossia per riprodursi devono necessariamente invadere le cellule e sfruttarne i meccanismi di replicazione. La loro capacità di essere pericolosi per l'uomo è inversamente proporzionale all'efficienza del sistema immunitario; la condizione di disequilibrio immunitario favorisce infatti, oltre al contagio e alla persistenza della stessa malattia virale, una possibile sovrainfezione da parte di batteri e miceti. Il 99% delle affezioni dei bambini nei primi anni di vita è di origine virale; purtroppo, errori alimentari, intensificate vaccinazioni ed abuso di farmaci (soprattutto antibiotici), espongono spesso i bambini (e non solo i bambini!) a recidive frequenti e a sovrainfezioni. La pericolosità delle infezioni batteriche è data soprattutto dalla produzione di tossine. Anche i batteri, così come i virus, possono essere realmente dannosi per l'uomo, ma anche per essi vale il concetto che solo un sistema immunitario non efficiente può spalancare loro le porte e lasciare l'organismo in loro balia. Un'altra categoria di microrganismi che può approfittare della situazione di disequilibrio del sistema immunitario è rappresentata dai miceti. Fanno parte di questa categoria lieviti, muffe e funghi. Alcuni miceti sono in grado di attuare un dimorfismo, ossia passare dallo stato di lievito a muffa e viceversa; il più conosciuto in tal senso e senza dubbio la candida. Questo micete vive normalmente nello stato di lievito su tutte le nostre mucose (in primis nell'intestino tenue) ed è, quindi, un saprofita. Nel sito intestinale si combatte una guerra continua per il “territorio”; microrganismi fisiologici, ma anche patogeni sono in competizione fra loro e con la candida per l'occupazione dello spazio e l'approvvigionamento. Alcuni fattori legati allo stile di vita quali errata alimentazione (conservanti, additivi, pesticidi, eccesso di zuccheri, etc.), ansia/stress, abuso di farmaci (soprattutto antibiotici), amalgame dentarie (otturazioni a base di mercurio) e tutto ciò che depaupera la flora fisiologica mucosale, favoriscono lo sviluppo della candida, che diventa patogena, portando a sintomi che possono essere non solo intestinali ma coinvolgenti altre mucose (tipicamente la mucosa orale nei bambini, con il classico mugugno, e la mucosa vaginale nella donna, con la vaginite micotica). In generale, in tali condizioni, lo stato di disbiosi intestinale generalizzato porta anche ad una difficoltà di tutto l'organismo nel contrastare efficacemente le invasioni da parte dei microrganismi patogeni. Disbiosi intestinale significa infatti inevitabile disequilibrio della “bilancia” immunitaria Th1/Th2 e conseguente incapacità dell'organismo di contrastare adeguatamente e prontamente l'agente patogeno “del momento”.

CAUSE E FATTORI PREDISPONENTI

Oltre a quanto già espresso in relazione al ruolo svolto dall'alimentazione (e dello stile di vita in genere) nel peggiorare la disbiosi intestinale e nel determinare disequilibrio/indebolimento del sistema immunitario, un altro aspetto da tenere in considerazione è il rischio che l'alimentazione non corretta possa disturbare il fisiologico equilibrio acido-basico, portando ad acidificazione (condizione che contribuisce pesantemente a diminuire la capacità difensiva). Il metabolismo di proteine animali, zuccheri e carboidrati raffinati (tra gli alimenti più consumati ed abusati tra la popolazione occidentale, a scapito di frutta, verdura e alimenti vitali) induce la formazione di residui acidi; l'organismo cerca di tamponarli utilizzando i sali basici presenti nei fluidi organici, nelle ossa e nei tessuti. Se le richieste di tali minerali sono continue e protratte nel tempo la risultante è un corpo demineralizzato, indebolito, infiammato, non più in grado di svolgere in piena forza le proprie funzioni, tra cui anche quella difensiva. Tutto l'organismo risente di tale condizione; il disequilibrio della bilancia Th1/Th2 si esaspera e le mucose, che sono normalmente il bersaglio preferito di virus, batteri e miceti, hanno difficoltà a svolgere il ruolo di prima linea nella difesa da tali patogeni. Da quanto sinora esposto si comprende facilmente che un adeguato stile di vita ed un equilibrato sistema immunitario giocano un ruolo chiave non

solo nel far sì che le varie popolazioni microbiche fisiologiche rimangano in pacifica convivenza e non provochino danni all'organismo ospite, ma anche nel contrastare efficacemente qualsiasi agente microbico patogeno provenga dall'ambiente che ci circonda. Il sistema immunitario efficiente ed in equilibrio, unitamente ad un corretto stile di vita, sono garanzia di salute; l'equilibrio immunitario è l'unica arma veramente efficace nei confronti delle invasioni da parte di qualsiasi tipologia di agente patogeno e nella prevenzione di qualunque genere di malattia.

L'APPROCCIO PER LA PREVENZIONE DELLE MALATTIE si basa su 4 aspetti fondamentali:

1. Agire per via sistemica con un prodotto in grado di **favorire il ripristino dell'equilibrio del sistema immunitario**
2. **Integrare la microflora con probiotici (e prebiotici)**, specifici a seconda della fascia d'età, **per promuovere l'eubiosi e favorire l'immunità intestinale bilanciata**, unitamente a GSE e principi funzionali vegetali utili per le naturali difese organiche
3. **Seguire una dieta adeguata** per promuovere le naturali difese organiche
5. **Adottare uno stile di vita volto ad alleviare ansie e stress**, per consentire all'organismo di autorafforzarsi