

LA PROPOSTA DI ANTALGIK

Visite e cure agevolate nel poliambulatorio

Al via il progetto “Mesi della salute”, organizzato dal poliambulatorio Antalgik di via Poerio. Trenta giorni dedicati a una particolare patologia, a cominciare dall'osteoporosi, con visite e cure a tariffe agevolate. Si inizia a febbraio con prezzi vantaggiosi (49 euro invece di 80) per l'esame non radiologico con tecnologia Rcb per la prevenzione della patologia, l'analisi della composizione minerale delle ossa, della massa magra e della massa grassa. «Il nostro obiettivo è combattere l'invecchiamento del corpo», ha

spiegato il professor Antonio Monti. Per questo, il metodo delle “reazioni a catena recettoriali” all'Antalgik: la sauna per la vasodilatazione, il bagno turco per ripulire il sangue, la crioterapia e infine dei lettini su cui sdraiarsi per imparare la respirazione addominale. «La frequenza ideale? Una volta al giorno. Ma sono sufficienti anche tre volte a settimana». Mens sana in corpore sano, quindi. «Il primo invecchiamento parte dal cervello. Se le persone mangiano male, non praticano attività fisica e non fanno nulla

per la circolazione avranno dei problemi di salute piuttosto precoci: è pieno di persone di 65-70 anni che perdono il filo del discorso, il controllo pieno della parola e, in generale, della propria persona». Per questo, un consiglio molto pratico sull'alimentazione. «Mangiare cibi alcalini. E, se non si riesce a farlo, compensare con l'acqua alcalina». Tradotto: il ph del sangue è di 7.345. Bisogna mangiare cibi che abbiano un ph pari o superiore a 7. Il pane? Ph 4. La carne? Ph 5. Il pesce? Ph 6. E allora compensare con l'acqua, ma non tutti i tipi di acqua: bisogna consultare l'etichetta. Tornando al “Mese della salute”, i prossimi programmi saranno dedicati alla circolazione sanguigna (marzo) e alla cura della memoria per stimolare recettori e neuroni. –

L. B.

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

