

DINAMIZZARE LA SALUTE AL RITMO DELLE STAGIONI

I nostri **bioritmi** sono condizionati dal clima che dirige, proprio come un direttore d'orchestra, l'attività di tutti gli organi. La nutrizione endocellulare stagionale dinamizza, ad **ogni età**, il **potenziale-salute** dell'organismo.

AD OGNI STAGIONE DEI CIRCUITI DIFFERENTI

Il corpo é in continua interazione con l'ambiente che lo circonda. Il **ciclo delle stagioni** influenza direttamente le correnti vitali di alcuni organi, di volta in volta diversi, che diventano più sensibili in funzione del periodo dell'anno. Nutrendoli all'inizio di ogni stagione si facilita la loro **autoregolazione**, necessaria per mantenere uno stato di salute ottimale.

PERCHÉ UNA NUTRIZIONE ENDOCELLULARE STAGIONALE ?

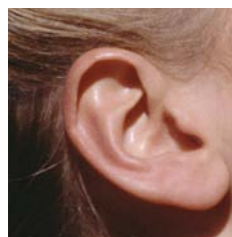
Secondo la Medicina Tradizionale Cinese, ogni stagione sollecita una famiglia di organi, composta dai 2 capi famiglia dai quali dipende l'equilibrio di tutte le **correnti vitali** dell'organismo durante questo periodo.

ESTATE :	Cuore - Intestino tenue
FINE ESTATE :	Stomaco - Milza/Pancreas
AUTUNNO :	Polmoni - Colon
INVERNO :	Reni - Vescica
PRIMAVERA :	Fegato - V. Biliare / Corteccia Cerebrale

Ognuno ha dei punti deboli, costituzionali o acquisiti nel tempo. Lo stress di ogni giorno avrà dunque un impatto diverso in funzione di questi caratteri di fondo che influenzano l'equilibrio fisico e psichico dell'individuo. Perché dunque non approfittare delle stagioni per rafforzare le proprie risorse?

Un'azione nutrizionale preventiva evita l'aggravarsi dei disturbi che si presentano regolarmente ad ogni stagione e dinamizza la salute.

APPROFITTA DI OGNI STAGIONE PER AFFINARE I VOSTRI SENSI



Ogni stagione sensibilizza uno dei 5 sensi, considerato come elemento integrante della famiglia-chiave della stagione.

Estate :	Vista (Cuore - Intestino tenue)
Fine Estate :	Gusto (Stomaco - Milza/Pancreas)
Autunno :	Olfatto (Polmoni - Colon)
Inverno :	Udito (Reni - Vescica)
Primavera :	Tatto (Fegato - V. Biliare / Corteccia Cerebrale)



QUALCHE INFORMAZIONE

Questo documento é il risultato della ricerca e della collaborazione tra i membri dall' associazione Canadese **ATENE** (Association de Thérapeutes En Nutrition Endocellulaire), sostenuta dall'associazione medica europea **AMINE** (Associazione Medica Internazionale di Nutrizione Endocellulare).

Per avere informazioni complementari contattare :

- In Canada : **ATENE : 450 430 55 48**
- In Italia : **AMINE : 0039 - 080 55 63 637**

I nutrienti endocellulari sono controllati da Santé Canada e distribuiti in Nord America da **A.N.S.** (Axe Nutrition Santé) 1-800 98 36 366

Sono prodotti in Francia dai Laboratori **PRONUTRI** (0033 4 912 677 84) e distribuiti in Italia da **DINE**, Diffusione Italiana Nutrizione Endocellulare (0039 - 0432 688 277) email : dinesrl@tin.it
Sono conformi alle normative europee 2002/46

LA NUTRIZIONE ENDOCELLULARE

**Costruite stagione
dopo
stagione
la salute
in famiglia**



INVERNO

DAL 22 DICEMBRE AL 20 MARZO

L'inverno sollecita la regolazione di diversi sistemi tra i quali spiccano i reni e la vescica, organi-chiave di questa stagione. Secondo la Medicina Tradizionale Cinese (MTC), i reni e la vescica formano una famiglia che, in sinergia con altri circuiti dell'organismo, governa l'udito, il sistema venoso e le gonadi. Quest'ultime rappresentano il legame che collega l'individuo alla sua origine genetica.

Ognuno, in funzione dell'equilibrio dei circuiti collegati alla famiglia **Reni-Vescica**, vive l'inverno in modo diverso. Infatti se per alcuni questa stagione è sinonimo di benessere, per altri annuncia il ritorno di disturbi diversi: debolezza renale, dolori lombari, disturbi della circolazione venosa con ripercussioni a livello cardiaco, depressione, caratterizzata da paure profonde (dell'avvenire, della morte, di vivere,...).

Queste manifestazioni sono legate all'impatto della stagione invernale sulla famiglia Reni-Vescica.

FAMIGLIE DI ORGANI

I **reni** (22) e la **vescica** (31) sono gli organi-chiave dell'inverno, ai quali sono collegati altri sistemi:

- Le **vene** (29), che garantiscono il ritorno del sangue, carico dei metaboliti prodotti dall'attività cellulare.
- Il **cervelletto** (02), che regola la tonicità muscolare e l'equilibrio, in rapporto con l'orecchio interno.
- La **retina** (23), che permette la formazione dell'immagine, conforme allo sguardo proiettato.
- La **tiroide** (27), ghiandola fondamentale per l'inserimento nel tempo.
- Le **gonadi** (09+29), che garantiscono la perennità della specie, in rapporto con la propria origine genetica.
- I **reni** (22), che governano l'equilibrio dell'acqua, liberano l'organismo dai rifiuti prodotti dall'attività cellulare. Filtrano il sangue ed eliminano i metaboliti, favorendo l'omeostasia.
- La **vescica** (31), complementare ai reni, è, secondo la tradizione orientale, «lo specchio dell'organismo». Infatti il percorso del suo meridiano, uno dei circuiti più complessi dell'organismo, rivela un ruolo ben più importante che quello di un semplice contenitore.

L'inverno è dunque un periodo propizio per potenzializzare le proprie risorse, favorendo l'autoregolazione degli organi più fragilizzati dal passaggio della stagione. Ne conseguirà uno stato di benessere generale accompagnato da un miglioramento del senso dell'udito.



Una gamma di **nutrimenti**, numerati da 01 a 38, dinamizza in modo selettivo le correnti vitali dell'organismo. Durante ogni stagione, per favorire gli scambi cellulari in un settore preciso, è possibile **associare Liprofase**, un regolatore cellulare generale, ai **nutrimenti che corrispondono** al settore che si vuole sostenere.



Sin dai primi giorni d'inverno, si consigliano tre nutripunture associative:

I° NUTRIZIONE GENERALE

(da utilizzare durante le prime 3 settimane)

Quest'associazione rafforza gli organi-chiave della stagione, i reni e la vescica:

Liprofase + Nutri 22 + Nutri 31

Se esiste una sensibilità particolare a livello renale e/o della vescica si consiglia di utilizzare quest'associazione più a lungo (2 volte al giorno per 2 mesi). Elimina le tensioni nelle persone paurose, insicure, che non riescono a guardare lucidamente la realtà. È particolarmente efficace per i bambini che soffrono di timidezza.

II° AFFINARE L'UDITO

(da utilizzare dalla 4° alla 6° settimana)

Questa nutripuntura associativa nutre i sistemi che regolano il senso dell'udito:

Liprofase + Nutri 02 + Nutri 09 + Nutri 22 + Nutri 29

III° NUTRIRE LE GONADI

(da utilizzare dalla 7° alla 9° settimana)

Quest'ultima associazione sostiene l'equilibrio ormonale:

Favorendo la funzionalità delle gonadi, in rapporto con la femminilità (seno) e la virilità (pomo d'Adamo), è fortemente consigliata in periodo puberale per stabilizzare la ciclicità ormonale.

Per la donna: **Liprofase + Nutri 24♀ + Nutri 29 + Nutri 35♀**
 Per l'uomo: **Liprofase + Nutri 14♂ + Nutri 29 + Nutri 36♂**

L'inverno è anche il periodo più adatto per rafforzare la postura e l'equilibrio lombare, utilizzando quest'associazione di nutrimenti:

Liprofase + Nutri 02 + Nutri 17 + Nutri 16

PASSAGGIO ALLA PRIMAVERA : L'INTERSTAGIONE

L'interstagione è un periodo di circa due settimane situato tra ogni stagione che, secondo la tradizione cinese, prepara il passaggio tra le diverse famiglie di meridiani.

Durante questo breve periodo i meridiani dello **stomaco e della milza/pancreas**, prendono le redini dell'organismo fungendo da collegamento tra la famiglia-chiave della stagione uscente e quella della stagione entrante.

Utilizzando quest'associazione di nutrimenti, che sostiene il circuito stomaco-milza/pancreas, si favorisce il passaggio armonioso tra inverno e primavera:

Liprofase + Nutri 10 + Nutri 18

CONSIGLI PER L'UTILIZZAZIONE

Ogni associazione può essere presa due volte al giorno (mattino e sera) o secondo un ritmo personalizzato. Masticare successivamente una compressa di ogni scatola, preferibilmente lontano dai pasti.

