

Indice

| | |
|--|----------|
| Premessa colloquiale: la realtà non-fantascientifica | 5 |
| Introduzione da non perdere! | 8 |
| <i>Pot-pourri di fatti tristemente interessanti!</i> | <i>8</i> |

PARTE PRIMA

La presenza di metalli tossici e altre tossine nell'ambiente che ci circonda e i problemi da ciò derivanti

| | |
|---|-----------|
| Metalli “pesanti” e “tossici”: definizioni e delucidazioni..... | 12 |
| Dimensioni di un problema non quantificabile..... | 14 |
| Utilizzi e ubiquità dei metalli tossici..... | 18 |
| <i>Utilizzo dei metalli tossici in odontoiatria</i> | <i>20</i> |
| <i>Intervista a un odontoiatra</i> | <i>22</i> |
| <i>Allarme arsenico in Italia</i> | <i>24</i> |
| <i>Allarme frutta e verdura.....</i> | <i>27</i> |
| “Chi bella e profumata vuole apparire, deve soffrire” ... | |
| triste ma vero..... | 28 |
| <i>I metalli tossici sono in pessima compagnia</i> | <i>29</i> |
| Intossicazioni da metalli tossici nella storia... che continua..... | 30 |
| <i>Al giorno d'oggi</i> | <i>31</i> |
| Esposizioni occupazionali | 32 |
| Metalli tossici killer: colpevoli o innocenti? Cosa ci dimostra la letteratura scientifica? | 33 |
| Danni per la salute derivanti dalla presenza di metalli tossici nell'ambiente | 36 |
| <i>Le intossicazioni da metalli tossici possono essere in forma acuta oppure cronica.....</i> | <i>37</i> |
| <i>Metalli e malattie cronico-degenerative</i> | <i>38</i> |
| <i>Qualche delucidazione e aggiunta.....</i> | <i>39</i> |

PARTE SECONDA

I “protagonisti”: metalli tossici e altre tossine

| | |
|---|-----------|
| I metalli tossici: eccone alcuni | 42 |
| <i>Piombo</i> | <i>42</i> |
| <i>Mercurio</i> | <i>43</i> |
| <i>Alluminio</i> | <i>45</i> |
| <i>Arsenico</i> | <i>49</i> |
| <i>Cadmio</i> | <i>51</i> |
| <i>Altri componenti di una lista tossica con relativi effetti</i> | <i>51</i> |
| La doppia faccia dei metalli pesanti | 53 |
| Sostanze chimiche nocive | 57 |
| <i>Si dice che “siamo ciò che mangiamo”... aiutooo!</i> | <i>58</i> |
| <i>Tabella dei principali additivi</i> | <i>60</i> |
| <i>Tabella dei principali additivi</i> | <i>61</i> |
| <i>Elenco di alcune sostanze tossiche e rispettivo effetto</i> | <i>62</i> |
| La radioattività | 69 |

PARTE TERZA

Sintomatologia e problematiche attribuibili a intossicazioni croniche da metalli tossici

| | |
|--|-----------|
| Sintomi e diagnosi potenzialmente riconducibili a un'intossicazione <i>cronica</i> da metalli tossici | 75 |
| <i>Sintomatologia attribuibile a intossicazioni acute da metalli tossici</i> | <i>76</i> |
| Meccanismi di tossicità | 77 |
| <i>Principali comportamenti di tossicità a livello biologico</i> | <i>78</i> |
| <i>Quali possono essere i livelli tossici?</i> | <i>79</i> |
| <i>Un viaggio tossico</i> | <i>81</i> |
| Alcuni problemi di salute in cui potrebbe essere notevole il ruolo dei metalli | 83 |
| <i>Sistema cardiovascolare e depositi di calcio</i> | <i>83</i> |
| <i>Morbo di Alzheimer</i> | <i>85</i> |
| I metalli tossici sono come il prezzemolo e certi politici | 87 |
| <i>Invecchiamento: fisiologico o precoce?</i> | <i>88</i> |
| <i>Allarme “globesità”</i> | <i>89</i> |
| <i>Intolleranze alimentari</i> | <i>92</i> |
| <i>Candida albicans: amica o nemica?</i> | <i>93</i> |

| | |
|---|-----|
| <i>Metalli tossici e iperventilazione</i> | 95 |
| <i>Equilibrio acido-base</i> | 97 |
| La psiconeuroimmunologia | 99 |
| <i>Sintomi vaghi e aspecifici potenzialmente attribuibili allo stress</i> | 101 |
| <i>Stress e metalli tossici</i> | 102 |
| Filo conduttore di sintomi vaghi e aspecifici | 102 |
| Sintomatologia e problematiche da intossicazioni croniche | |
| da metalli tossici in età pediatrica | 104 |
| <i>Autismo</i> | 105 |
| <i>Terapia chelante per bambini autistici?</i> | 106 |
| <i>Sindrome da deficit di attenzione e iperattività (ADHD)</i> | 107 |
| <i>Allattamento</i> | 109 |
| <i>Come fare per garantire al neonato il nutrimento ottimale previsto da madre natura</i> | 110 |
| Test per diagnosticare un'intossicazione cronica | |
| da metalli tossici | 112 |
| <i>Misurazione di metalli nell'urina e nel sangue</i> | 113 |
| <i>Analisi del capello: il mineralogramma</i> | 113 |
| <i>Test di provocazione con EDTA o DMPS</i> | 113 |
| <i>Misurazione della galectina-3</i> | 114 |
| <i>Biopsia: test accurato ma improponibile!</i> | 115 |
| <i>Analisi del sangue effettuate regolarmente</i> | 115 |
| <i>I test diagnostici più recenti</i> | 116 |

PARTE QUARTA

Il trattamento delle intossicazioni da metalli tossici: la terapia chelante

| | |
|---|-----|
| La chelazione | 118 |
| La storia della terapia chelante: l'EDTA | 118 |
| TERAPIA CHELANTE | 120 |
| Terapia chelante con EDTA | 121 |
| <i>Effetti della terapia chelante con EDTA</i> | 121 |
| <i>EDTA per via endovenosa: la modalità classica di somministrazione</i> .. | 122 |
| <i>Controindicazioni e precauzioni</i> | 123 |
| <i>L'EDTA si può "confondere"</i> | 123 |
| <i>Effetti collaterali della terapia chelante con EDTA per endovena</i> | 124 |
| <i>Decessi associati a ipocalcemia indotta da infusioni di EDTA</i> | 125 |

| | |
|---|------------|
| Altre forme di somministrazione di EDTA | 126 |
| <i>Somministrazione mediante iniezione rapida.....</i> | <i>126</i> |
| <i>EDTA per via orale (in compresse).....</i> | <i>127</i> |
| <i>EDTA orale in forma liquida</i> | <i>130</i> |
| <i>EDTA in supposta</i> | <i>131</i> |
| <i>EDTA per via transdermica.....</i> | <i>132</i> |
| Notizie più recenti sull'EDTA | 133 |
| Sostanze chelanti sintetiche diverse dall'EDTA | 133 |
| <i>DMPS (acido 2,3 dimercapto 1-propansolfonico)</i> | <i>134</i> |
| <i>DMSA (acido dimercaptosuccinico)</i> | <i>137</i> |
| <i>Defeat Autism Now (DAN)</i> | <i>138</i> |
| <i>Morbo di Parkinson e PAS (acido paraminosalicilico)</i> | <i>138</i> |
| <i>Eccesso di ferro: deferoxamina, deferiprone.....</i> | <i>139</i> |
| Agenti naturali con effetto chelante..... | 140 |
| <i>Glutazione</i> | <i>140</i> |
| <i>Chitina-chitosano: un prezioso aiuto da granchi e crostacei.....</i> | <i>142</i> |
| <i>Pectina da agrumi modificata e abbinata ad alginati (da alghe)</i> | <i>144</i> |
| <i>6-Idrogelatina acida tratta dal silicio</i> | <i>149</i> |
| <i>Argilla di vari tipi (illite, pascalite)</i> | <i>151</i> |
| <i>Zeolite</i> | <i>153</i> |
| <i>Umifulvati</i> | <i>154</i> |
| <i>Shilajit.....</i> | <i>155</i> |
| Sostanze naturali chelanti con effetto più blando..... | 156 |
| <i>Alga clorella</i> | <i>156</i> |
| <i>Coriandolo (Coriandrum sativum).....</i> | <i>156</i> |
| <i>Selenio</i> | <i>157</i> |
| <i>Crusca di riso (IP6)</i> | <i>157</i> |
| <i>Metil-sulfonil-metano (MSM)</i> | <i>159</i> |
| <i>Acido alfa-lipoico.....</i> | <i>159</i> |
| <i>Taurina</i> | <i>159</i> |
| <i>L-glutamina.....</i> | <i>160</i> |
| <i>Vitamina C (acido ascorbico).....</i> | <i>160</i> |
| <i>Acido malico (tratto dalle mele).....</i> | <i>160</i> |
| <i>... e infine</i> | <i>161</i> |
| La sudorazione: disintossicazione e chelazione | |
| per via diretta verso l'esterno..... | 161 |
| <i>Sudorazione, calore, sauna a raggi infrarossi (FIR)</i> | <i>163</i> |
| <i>Riassunto per il lettore che ha fretta.....</i> | <i>168</i> |

| | |
|---|-----|
| Ideazione di un protocollo chelante personalizzato e valutazione delle modalità terapeutiche..... | 170 |
| <i>Considerazioni importanti</i> | 170 |
| <i>È possibile un approccio “fai da te”?</i> | 172 |
| Quali potrebbero essere i sintomi attribuibili a una terapia chelante/disintossicante? | 173 |
| <i>Esperienze cliniche dell'Autrice</i> | 173 |
| Quale dovrebbe essere il ruolo di un buon medico, sia per gli adulti che per i bambini? | 175 |

PARTE QUINTA

Riflessioni, consigli e conclusioni

| | |
|---|-----|
| I puntini sulle “i”: chi potrebbe trarre beneficio da una terapia chelante? | 178 |
| La prevenzione viene prima della cura: è possibile evitare i metalli tossici?..... | 179 |
| Consigli pratici per la quotidianità..... | 180 |
| <i>Attenzione all'illusione della confezione</i> | 181 |
| <i>Alimentazione “metal-free”?</i> | 181 |
| <i>Qualità dell'acqua</i> | 182 |
| <i>L'acqua del rubinetto e l'acqua imbottigliata</i> | 182 |
| <i>Aria inquinata: accorgimenti salutari</i> | 186 |
| Ulteriori riferimenti scientifici e bibliografici | 189 |
| Indice analitico | 209 |
| L'Autrice..... | 217 |

PREMESSA COLLOQUIALE: la realtà non-fantascientifica

Carissimo lettore, prima di comprare questo libro, avevi mai preso in considerazione la tematica dei metalli tossici e degli altri veleni ambientali?

Il lettore è pregato di riflettere intensamente, per non più di dieci secondi, prima di scegliere una tra le seguenti risposte:

a) No, credo di no.

Se, prima di leggere la quarta di copertina di questo libro, avete risposto così, allora forse, come tante altre persone, sapete “all’incirca” cosa possa essere un metallo tossico, ma vi sfugge magari la differenza con un metallo pesante. Inoltre, forse non avete la più pallida idea di dove si trovino i metalli cosiddetti “tossici”, pur sapendo in linea generale che l’ambiente è inquinato. Forse sapevate invece che i metalli tossici si possono trovare in una vasta gamma di prodotti, ma vi sentivate tranquillizzati dalle affermazioni dei produttori, i quali assicurano che le quantità sono così infinitesimali da non comportare alcun pericolo di danni per l’organismo umano. Ad esempio, sono rimasta esterrefatta quando, vedendo una mia amica-compagna di studi medici all’Università che dava al suo bambino numerose compresse contro l’acidità di stomaco, le avevo chiesto: «Ma lo sai che queste compresse contengono alluminio?» e mi ero sentita rispondere: «E allora? Che problema c’è?». Si è trattato dell’ultima goccia che mi ha indotta a sacrificare numerose notti per riuscire a scrivere presto questo libro!

Ebbene, proprio questo testo potrebbe riservarvi delle brutte sorprese, in quanto non solo i metalli tossici si trovano anche nei posti più insospettati e inimmaginabili, ma possono aggravare, se non addirittura causare, un gran numero di malattie. Grazie al cielo ci sono comunque dei modi per difendersi, e questo libro vi spiegherà come prevenire, limitare e trattare i danni da metalli tossici e altri veleni diffusi nell’ambiente.

- b) So cosa sono i metalli tossici, ma non credo nella leggenda secondo la quale sono dannosi per la nostra salute.**

Come spiego nel libro, non si tratta di credere o non credere, ma di accertare dei fatti scientificamente provati: fisiologicamente parlando, il livello accettabile di metalli tossici nei tessuti è dello 0,00. Questo perché quando è stato “progettato” l’organismo umano, che in realtà è una macchina perfetta nel suo design, il “creatore-designer” non ha preso in considerazione la presenza nell’ambiente di massicce quantità di metalli tossici e agenti inquinanti; non possediamo pertanto dei meccanismi in grado di espellere, se non in minima quantità, queste tossine che quindi si accumulano nei tessuti con il passare degli anni. Non tutti i metalli tossici però causano gli stessi effetti, e ritengo che questo sia uno dei motivi per cui ancora pochi medici prendono in considerazione la tematica. Nel libro spiego perché e come i metalli tossici il più delle volte sono nocivi per la salute, e spiego inoltre perché certi soggetti potrebbero non accorgersi mai di essere intossicati, mentre altri invece si trovano alle prese, magari già in tenera età, con i sintomi di questa intossicazione.

- c) Sono così preoccupato per gli effetti dannosi attribuibili ai metalli tossici, e tra l’altro anche per le scie chimiche e per la pianta con antiparassitari che è stata messa, contro la mia volontà, nell’ufficio in cui lavoro, che sto pensando di andare in giro con la mascherina chirurgica.**

Ehm... no comment; la risposta si commenta da sola; purtroppo molti, per esempio in Giappone, vanno già in giro con la mascherina per difendersi dai fumi provenienti dai tubi di scappamento e, continuando così, tra poco sarebbe bene fare lo stesso anche da noi!

- d) È da un po’ di tempo che mi sto documentando in merito; mi fa piacere che sia uscito questo libro in quanto spero di imparare qualcosa di nuovo, ma innanzitutto mi farebbe piacere sapere cosa si può fare per evitare danni alla salute.**

Immagino e spero che la maggior parte dei lettori abbia scelto quest'ultima risposta. I più informati avranno sicuramente sentito parlare della terapia chelante effettuata per endovena con l'acido etilendiamminotetracetico (EDTA); questa terapia "chelante" è così chiamata perché l'EDTA "afferra", come fanno i granchi con le loro chele, i metalli tossici e li porta fuori dall'organismo. Ovviamente nel libro si parlerà anche di questa terapia; purtroppo, però si tratta di una cura non agevole da praticare, costosa e che presenta una serie di svantaggi, pur trattandosi della terapia classica, in effetti inevitabile in certi casi. La buona notizia è che, nella mia esperienza e anche in quella di altri medici e terapeuti che praticano da molti anni la terapia chelante negli Stati Uniti, in Russia, in Germania e in altri Paesi, in realtà è spesso possibile somministrare l'EDTA in modi diversi da quello per via endovenosa, e inoltre esistono vari altri agenti chelanti, più "convenienti" in tutti i sensi.

INTRODUZIONE DA NON PERDERE!

Pot-pourri di fatti tristemente interessanti!

Ecco alcuni “stuzzichini” per l'appunto tristemente interessanti, che dovrebbero afferrare, metaforicamente parlando, il lettore per la giacca e indurlo a leggere questo libro in una nottata, naturalmente dopo averne regalato copie agli amici!

La dottoressa Ella Thorpe, un medico che da anni si occupa della terapia chelante, ha prelevato una goccia di sangue da 250 persone sane, che non presentavano alcun sintomo clinico. Ebbero: ha riscontrato la presenza di metalli tossici nel 100% dei casi; e il livello era altissimo nel 17% di questi casi, alto nel 22%, significativo nel 39% e insignificante solo nel rimanente 2%.

Già nel 2000 negli Stati Uniti si stimava che un bambino su 22 avesse livelli elevati di piombo nel sangue.

Alcuni studi hanno accertato che nello scheletro delle persone morte negli ultimi centocinquanta anni si trova una quantità di piombo da 700 a 1000 volte più elevata rispetto a quella degli scheletri di persone morte prima della rivoluzione industriale. Eppure... è meglio non pensare di quanto aumenteranno ulteriormente questi livelli nei prossimi venticinque-cinquant'anni.

Possiamo fare alcuni esempi.

Nelle esalazioni dalla bocca delle persone che hanno quattro otturazioni ai denti con amalgama d'argento, che contiene sempre mercurio, vi è una percentuale di vapori di mercurio superiore al massimo livello “accettabile” negli operai dell'industria. Quando la cavità orale è in contatto con liquidi caldi, come ad esempio il caffè, o con sostanze acide, in chi ha otturazioni con amalgama vi è un ulteriore aumento del vapore di mercurio.

Se si prelevasse qualche otturazione con amalgama e la si gettasse in un laghetto vi sarebbe, per eccesso di mercurio, un divieto di pesca, nuoto e immersione in queste acque in base alla legislazione di molti Stati negli USA.

Tutti i giorni più di cinquemila aerei sorvolano gli Stati Uniti, inquinando l'aria; in Italia non saranno forse cinquemila, ma in virtù della posizione geografica del nostro Paese sicuramente non sono pochi. È ancora possibile trovare frutta e verdura del tutto "pulita"? Probabilmente no.

Se i deodoranti-antiperspiranti sono super-efficaci nel prevenire odori potenzialmente imbarazzanti, c'è da "ringraziare" l'alluminio, il quale si deposita letteralmente nelle ghiandole sudoripare, ostacolando così la perspirazione. La prossimità anatomica delle ghiandole sudoripare ai linfonodi mammari e il fatto che al giorno d'oggi una donna su tre sia a rischio di tumore al seno, dovrebbero indurci a riflettere sul possibile nesso con l'alluminio.

Pare che l'elemento più tossico in assoluto sia l'uranio e il secondo in classifica il mercurio. Nella lista delle sostanze cancerogene il piombo, il mercurio e l'arsenico occupano i primi posti in assoluto, mentre la formaldeide, il cui uso è ammesso solo in proporzioni ultrainfinitesimali, è solo al 244° posto.

L'arsenico è aggiunto all'acqua potabile in alcuni Paesi a seguito del processo di filtrazione: questo metallo fa sì che particelle di materiale organico e inorganico presenti nell'acqua possano coalescere, e ciò facilita il filtraggio. Questo arsenico, però, una volta assorbito dall'organismo umano può aumentare il rischio di formazione di trombi. Milioni di persone che vivono nel Bangladesh sono a rischio di gravi danni agli organi e di tumori a seguito dell'ingestione cronica di arsenico presente nell'acqua. In Italia l'arsenico non viene "aggiunto" all'acqua potabile... ma c'è chi se lo ritrova comunque negli alimenti e nelle bevande.

Negli anni in cui è vissuto Van Gogh, l'arsenico veniva aggiunto alle pitture e il celebre artista eccentrico ne inalava costantemente i vapori; c'è chi sostiene che egli dipingeva "come vedeva" (in modo anomalo) in tutti i sensi!

Non è purtroppo facile stabilire il carico complessivo (*total body burden*) di metalli tossici nel corpo umano; a tale proposito sarebbe necessario farsi cremare per poi estrarre i metalli dalle ceneri e pesarli!