

# **COS'È IL METABOLISMO INTERMEDIO**

La velocità con cui metabolizziamo – bruciamo  
i costituenti di tutti gli alimenti, cioè

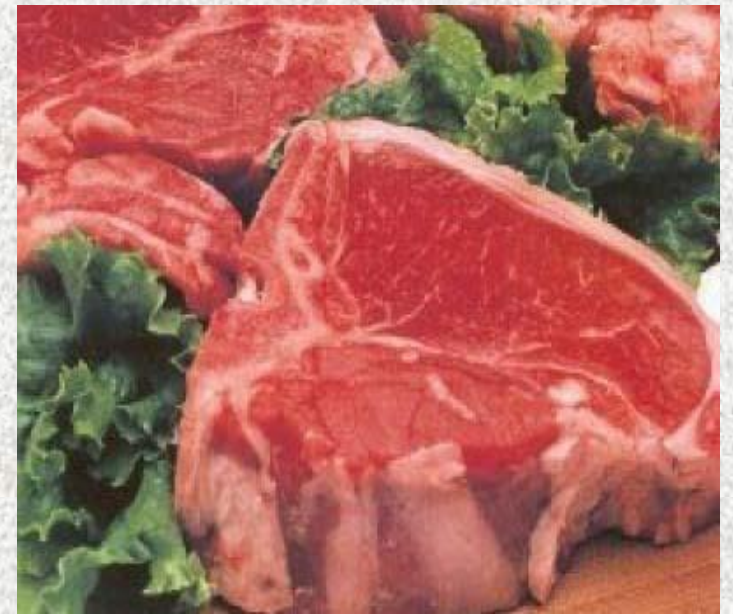
## **GLI ZUCCHERI**



## **I GRASSI**

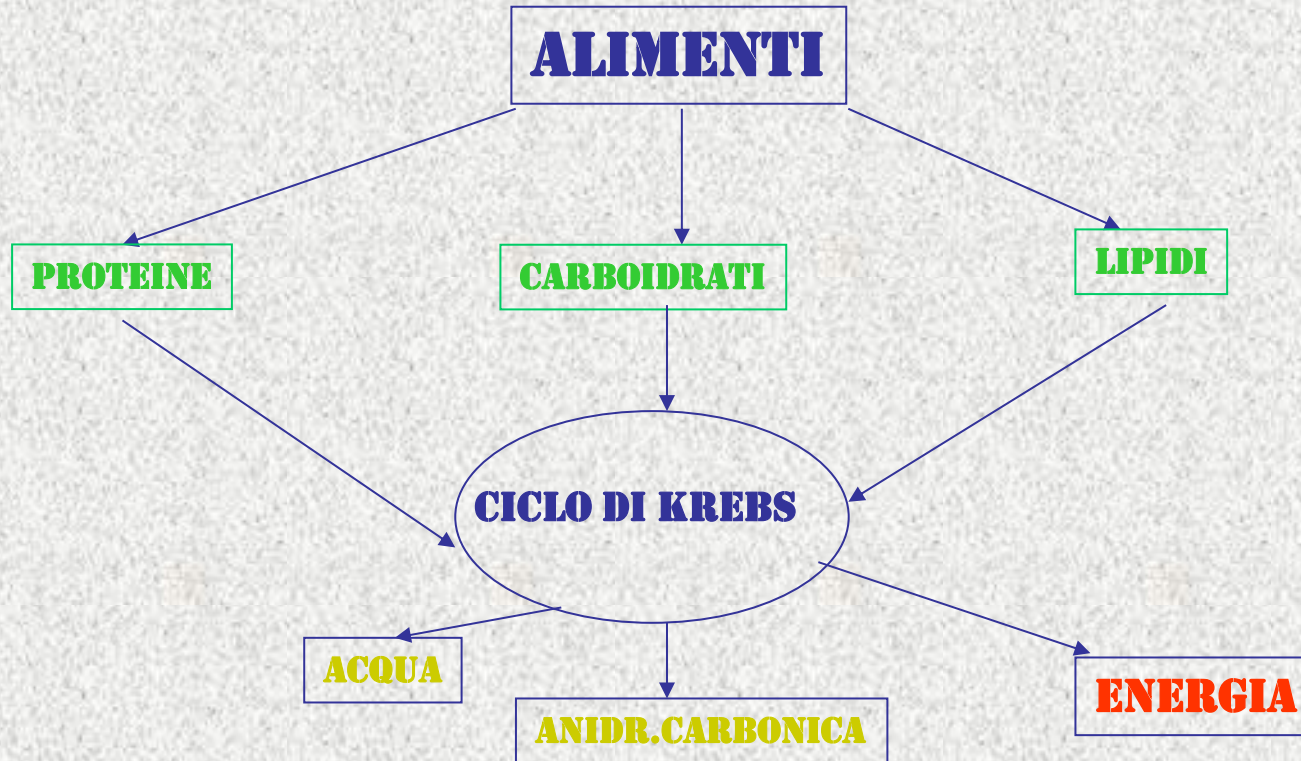


## **LE PROTEINE**



# COME SI OTTIENE L'ENERGIA

Nell'organismo, a partire dalla masticazione, gli alimenti tramite il sistema digerente sono ridotti ai loro principi fondamentali: **proteine, carboidrati, lipidi**



Queste sostanze più semplici, che sono il principio elementare degli alimenti, vengono poi ossidate (bruciate) dalle singole cellule attraverso il sangue unito all'ossigeno e **convertiti in energia**

# TASSO DI OSSIDAZIONE

La velocità e il modo con cui le nostre cellule, e i tessuti dell'organismo **convertono gli alimenti in energia**

è stato studiato dal Dott. George Watson in California (dal 1952 al 1972), è chiamato **tasso di ossidazione** ed è proprio il:

## METABOLISMO INTERMEDIO

Attraverso i suoi test Watson classificò le persone in ossidatori:

**lenti, veloci, equilibrati.**



# TIPI DI OSSIDATORI

**Gli ossidatori veloci producono un sangue venoso con pH più acido e gli ossidatori lenti producono un sangue venoso con pH più alcalino. Lo squilibrio si realizza quando il pH del sangue venoso cambia cioè si allontana dal valore ottimale: 7,4.**

**Quando il metabolismo intermedio (capacità ossidativa, e valore del pH del sangue venoso) è troppo lontano dall'equilibrio, si è più suscettibili a contrarre malattie**



# IPOSSIDATORE

## METABOLISMO LENTO

### CARATTERISTICHE

I soggetti aventi un metabolismo intermedio lento sono persone che bruciano meglio gli **zuccheri**, metabolizzano poco le **proteine** e ancora meno i **grassi**.

Ne deriva che queste persone si possano sentire spesso a terra per quanto riguarda l'energia fisica, psichica e mentale, abbiano una spiccata tendenza ad aumentare di peso, e se perdono i chili in eccesso, li possano riprendere con facilità'.



# IPOSSIDATORE

## **METABOLISMO LENTO**

### **PREDISPOSIZIONI PATOLOGICHE**

**Astenia eccessiva e continua – Crisi ipoglicemiche – Depressione – Eemicrane e Cefalee – Secchezza della cute – Acne – Disturbi digestivi – Stipsi – Cardiopatie – Vasculopatie – Asma – Allergie – Osteoartrite – Distrofia muscolare – Obesita' – Diabete – Neoplasie.**



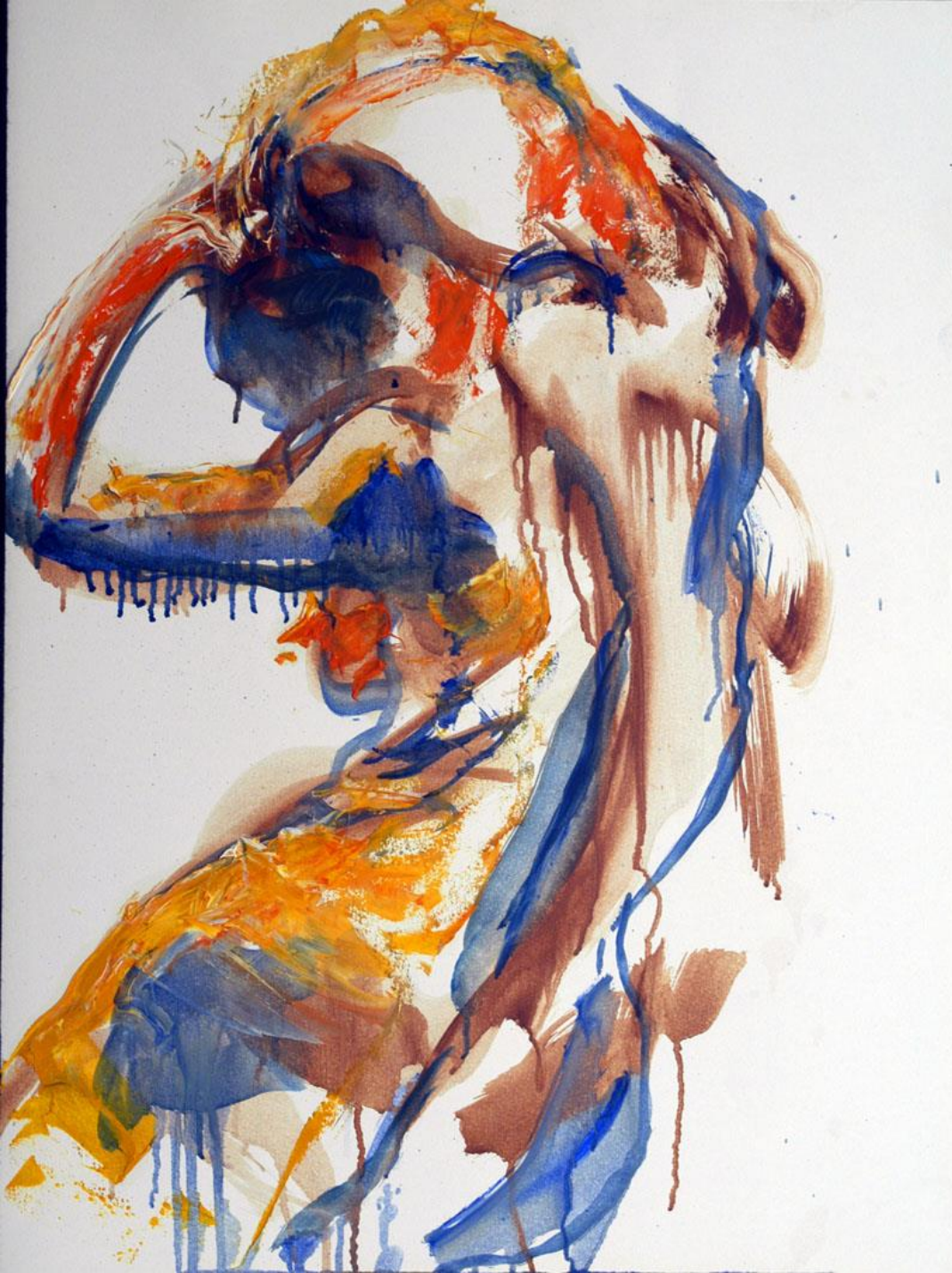
# IPEROSSIDATORE

## METABOLISMO VELOCE

### CARATTERISTICHE

I soggetti aventi un metabolismo intermedio veloce risultano energeticamente indeboliti come i soggetti con metabolismo lento, ma per ragioni opposte, in quanto metabolizzano meglio le **proteine**, bruciano poco i **grassi** e male gli **zuccheri**.

A causa di questa carenza energetica gli iperossidatori mancano spesso di motivazioni ed interessi, se ingrassano tendono a farlo in modo accentuato **arrivando velocemente all'obesita'**.



# **IPEROSSIDATORE**

**METABOLISMO VELOCE**

## **PREDISPOSIZIONI PATOLOGICHE**

**stanchezza improvvisa –  
insonnia - crisi ipoglicemiche –  
ipereccitabilita' nervosa –  
nervosismo – allergie –  
dermatiti – ulcere dell'apparato  
digerente – patologie  
cardiovascolari – diminuzioni  
delle difese organiche –  
infezioni recidivanti – artrite  
reumatoide – osteoporosi –  
collagenopatie – obesita' –  
magrezza eccessiva.**



# NORMOSSIDATORE

## METABOLISMO NEUTRO

### CARATTERISTICHE

I soggetti aventi un metabolismo intermedio neutro rappresentano l'equilibrio omeostatico fisiologico, in pratica l'assenza di malattie attive, una condizione di forza e di benessere ottimale.

Il peso corporeo dei normossidatori tende a essere stabile.

E' una persona che di solito presenta processi biochimici equilibrati e in genere **non soffre di seri disturbi**; tuttavia anche egli, se sbaglia alimentazione, può andare incontro ad un aumento di peso

# ODOR TEST

## IL TEST METABOLICO



**L'Odor Test** è un test per la determinazione del metabolismo intermedio messo a punto negli Stati Uniti dal Dr. George Watson; consiste nel far odorare al paziente sei diversi flaconi in sequenza, registrando le risposte scelte tra le opzioni di un'apposita lista. dalla risposta della persona si può arrivare rapidamente a stabilire la sua tipologia metabolica

L'odor test si basa sulla convinzione che lo specifico odore di ogni sostanza dipende dallo stato biochimico della persona che lo sente, ossia dai suoi livelli di acidità e di basicità' (dal pH).

Watson scoprì infatti che la percezione di un odore è influenzata in maniera molto determinante dal pH (acidità) del sangue, il quale a sua volta è condizionato dal metabolismo intermedio del soggetto in esame.

# CORREZIONE DEL TASSO DI OSSIDAZIONE

Una volta stabilita la tipologia metabolica, se questa non e' equilibrata, occorrera' mettere in atto le strategie necessarie a ricondurre il tasso di ossidazione

**COME ????????**

1. Associando al trattamento **una corretta dieta alimentare**, per non rendere vano tutto il trattamento di riequilibrio.
2. Drenando opportunamente **gli organi emuntori** (reni, fegato, polmoni, pelle e intestino), per non sovraccargarli di tossine, con delle regole di vita e una tisana depurativa



**PER AVERE UNA PRIMA INDICAZIONE DEL TUO  
METABOLISMO INTERMEDIO COMPILA QUESTO TEST CHE  
TROVI SUL SITO [WWW.ANGOLODELNATUROPATA.IT](http://WWW.ANGOLODELNATUROPATA.IT)**

1.	Di solito ti svegli stanco al mattino?	SI	NO
2.	Dopo aver fatto colazione o dopo pranzo avverti senso di torpore, di sonnolenza?	SI	NO
3.	Durante la giornata noti cali di energia e ti stanchi facilmente?	SI	NO
4.	La sera ti addormenti senza problemi?	SI	NO
5.	Lo stato dei tuoi muscoli è rilassato?	SI	NO
6.	Hai spesso mani e piedi freddi?	SI	NO
7.	Presenti problemi di adiposità, grasso localizzato?	SI	NO
8.	Noti segni di ritenzione idrica?	SI	NO
9.	Hai la pressione bassa?	SI	NO
10.	Hai tendenza a soffrire problemi intestinali (dist. digest., coliti)	SI	NO
11.	Le analisi mostrano la tiroide o le surrenali ipofunzionanti?	SI	NO
12.	Perdi peso facilmente?	SI	NO
13.	Dopo una dieta, riacquisti peso facilmente?	SI	NO