

## ***PARLA LA CELLULA: ASCOLTIAMO***

***“La chiave di ogni problema biologico deve essere definitivamente ricercata nella cellula”.***

***E.B. Wilson - 1856/1939***

Questo pensiero introduce ad una ricerca, che desidera essere uno stimolo a percorrere una delle tematiche più richieste da affrontare in questi anni, che ha determinato un sempre più forte interesse, che risponde al nome di “Nutrizione”.

Ma cosa si intende per nutrizione.

Per molto tempo, ostinatamente, si asseriva che ***eravamo ciò che mangiavamo***, ma più recentemente questo pensiero è stato rettificato in :

Copyright Maria Gioia Mosca .E' consentita la libera divulgazione del testo per uso individuale senza che vengano modificate, tagliate, incollate o cancellate delle parti. Per pubblicare su altri mezzi ( Internet, carta stampati o vari) e necessaria l'autorizzazione dell'autrice

[\(gioiamosca@libero.it\)](mailto:gioiamosca@libero.it)

*“Noi siamo ciò che il nostro organismo,  
è in grado di assorbire.”*

Questo nuovo modo di porsi alla comprensione della macchina biologica, ha reso possibile che un'esperienza fondata sull'osservazione di nozioni oggettive quindi, legate alla visione apparente dei fenomeni, i cosiddetti “effetti” inducenti alla generalizzazione, abbia dato l'impulso di cercare e di trovare, un punto di trasformazione dell'informazione, da oggettivo a soggettivo dando vita all'applicazione della biochimica, che certamente, rappresenta una delle vie più significative verso la comprensione della “causa” di ciò che assorbiamo, nel modo più semplice da percepire e conseguentemente da divulgare.

*Questo*, è il fenomeno della ricerca sulla nutrizione : un processo di identificazione del proprio essere, capace di offrire degli strumenti validi, sulla comprensione di ciò che è il piano Materia, per arrivare se si “vuole” ad approfondire con studi, sensazioni ed intuizioni, atti a spronare il raggiungimento di un pensiero, che sia sempre più intero nella sua “espressione-azione” quotidiana, abile a dilatare la concezione della possibile “corrispondenza”.

Copyright Maria Gioia Mosca .E' consentita la libera divulgazione del testo per uso individuale senza che vengano modificate, tagliate, incollate o cancellate delle parti. Per pubblicare su altri mezzi ( Internet, carta stampati o vari) e necessaria l'autorizzazione dell'autrice  
(gioiamosca@libero.it)

Il principio della corrispondenza, è sicuramente per l'essere umano, una grande chiave di lettura di molti avvenimenti e manifestazioni che riguardano la vita, nel senso più ampio del termine.

***“Come in Alto, così in Basso; come in Basso, così in Alto”.***

Questa è la sintesi del principio della corrispondenza.

Ma applicato alla cellula ed alla nutrizione; come può trovare una semplice traduzione?

Da dove partire?

Questo argomento lo riprenderemo più avanti; ci è servito per anticipare degli approfondimenti, fornendo un filo logico conduttore.

Ma ora ritorniamo sulla prima asserzione, vale a dire :

***“Noi siamo ciò che il nostro organismo,  
è in grado di assorbire”***

Questa frase ha in sé espressa, l'interezza dell'essere, una corrispondenza anche su ciò che non riguarda la materia prettamente nutrizionale, ma connette anche, il nostro modo di pensare e quindi, anche la qualità di energia prodotta, nel fare entrambi le azioni, sia rispondenti al nutrimento biologico, sia all'interpretazione comportamentale.

Copyright Maria Gioia Mosca .E' consentita la libera divulgazione del testo per uso individuale senza che vengano modificate, tagliate, incollate o cancellate delle parti. Per pubblicare su altri mezzi ( Internet, carta stampati o vari) e necessaria l'autorizzazione dell'autrice  
(gioiamosca@libero.it)

L'insieme delle reazioni chimiche che comportano la trasformazione degli alimenti in energia, è denominato - metabolismo corporeo -.

Il metabolismo, racchiude due fasi importanti per farci comprendere ciò che siamo, attraverso l'affermazione di cui sopra e, sono conosciute con il nome di :

- anabolismo (dal greco anabole - ana indietro e bole lancio, colpo) che rappresenta la fase di trasformazione delle sostanze introdotte, in materiale energetico o di accumulo.
- catabolismo (dal greco kataballein gettare giù) che rappresenta tutti i processi di degradazione del materiale cellulare in sostanze più semplici che poi vengono espulse.

L'energia animale viene manifestata con differenti forme :  
la chimica, l'elettrica, la meccanica e la termica.

Ciò che rende queste forme simili, è la vibrazione o frequenza, che ognuna di esse produce ma, ciò che le rende dissimili, è il grado di frequenza, da esse emesse.

E qui, abbiamo espresso un altro principio che ci darà la possibilità di capire meglio, il prospetto sottostante.

Copyright Maria Gioia Mosca .E' consentita la libera divulgazione del testo per uso individuale senza che vengano modificate, tagliate, incollate o cancellate delle parti. Per pubblicare su altri mezzi ( Internet, carta stampati o vari) e necessaria l'autorizzazione dell'autrice  
(gioiamosca@libero.it)

Gli organismi più evoluti, sono in grado di utilizzare come fonti energetiche, sia l'energia accumulata nelle cellule (soprattutto lipidi), sia l'energia esterna, vale a dire contenuta negli alimenti.

Gli stessi alimenti contengono in ordine :

acqua, proteine, lipidi, carboidrati (zuccheri), che sono composti dagli stessi elementi che compongono le cellule viventi e lo stesso pianeta, ovviamente con differenti percentuali di presenza, e sono :

il carbonio, l'idrogeno, l'ossigeno, l'azoto, lo zolfo ed il fosforo.

Con questa visione, si comprende che la digestione degli alimenti, va a costituire un processo metabolico da cui, tutte le cellule possono attingere:

- per il loro nutrimento;
- per la formazione di nuove cellule e tessuti;
- per la crescita;
- per le varie sostituzioni, causate da alterazioni nel corso del tempo, dei processi vitali;
- per estrarre energia necessaria per la circolazione, la respirazione e l'eliminazione finale.
- per il mantenimento costante della temperatura corporea;
- per lo sviluppo di tutte le reazioni metaboliche dell'organismo.

Copyright Maria Gioia Mosca .E' consentita la libera divulgazione del testo per uso individuale senza che vengano modificate, tagliate, incollate o cancellate delle parti. Per pubblicare su altri mezzi ( Internet, carta stampati o vari) e necessaria l'autorizzazione dell'autrice (gioiamosca@libero.it)

Quali sono quindi, gli organi e le sostanze che partecipano a queste funzioni di assorbimento ed eliminazione e, come avvengono questi processi di comunicazione?

La Scienza, intesa come "Sapere", ci ha fornito nel corso, soprattutto di questo secolo, moltissime informazioni sulla macchina Uomo, ma ancora la consapevolezza, ci porta ad accettare, che ciò che sappiamo, risulta minimale rispetto alla Conoscenza che ancora dovremo acquisire e, che viene stabilita dalla capacità di connettere dati, che rispondano a quesiti sia sul piano Fisico, sia sul piano Mentale e sia sul piano Energetico.

La Nutrizione è una scienza, come dire "intraprendente", perché ha la possibilità di racchiudere in sé, moltissime nozioni che attraverso questo modo di cercare, interagiscono, dando luogo ad una visione, più vasta, dell'essere umano.

Significa, approfondire il proprio stato di coscienza su ciò che "apparentemente" siamo e, su ciò che "sostanzialmente" rappresentiamo, e scoprire che nella maggior parte dei casi, non riusciamo ad esprimere un teorema armonico.

Copyright Maria Gioia Mosca .E' consentita la libera divulgazione del testo per uso individuale senza che vengano modificate, tagliate, incollate o cancellate delle parti. Per pubblicare su altri mezzi ( Internet, carta stampati o vari) e necessaria l'autorizzazione dell'autrice (gioiamosca@libero.it)

Questo studio, impone di sapere come funziona la macchina biologica, ed attraverso essa però, intuire per poi comprendere, le indicazioni che ci fornisce per risanare il corpo e, non solo.

Studi di cui ci occuperemo successivamente, hanno dato la certezza inconfutabile, di quanto anche il nostro organismo, sia in grado di alterare il nostro comportamento.

Pertanto, la parola "sinergia" è stata finalmente acquisita ed accettata, anche se ancora "molti", non aderiscono a questi risultati conclusivi, tuttavia, edificati su fondamenti "scientifici".

Per dare vita e corpo a quanto esposto, passiamo alla considerazione dell'elemento primario da cui nasce il Tutto, l'energia, il movimento, quindi la comunicazione dei sistemi.

Qualsiasi rapporto, in base al principio della polarità, può esprimere la complementarità ed una comunicazione sinergica affermando lo stesso polo, oppure antagonista, vale a dire esprimente il senso opposto, sia in rispetto del ritmo sia della frequenza di sviluppo.

L'osservazione di questo principio, è tangibile in tutte le cose, dal micro al macrocosmo;

Copyright Maria Gioia Mosca .E' consentita la libera divulgazione del testo per uso individuale senza che vengano modificate, tagliate, incollate o cancellate delle parti. Per pubblicare su altri mezzi ( Internet, carta stampati o vari) e necessaria l'autorizzazione dell'autrice  
(gioiamosca@libero.it)

nel nostro corpo ad esempio, le ghiandole surrenali esprimono questa dualità in modo funzionale; la polarità produttore, tipi di ormoni con funzioni opposte, sia stimolatori sia inibitori, ed anche di regolatori di altri organi; ognuno fedele al suo specifico, nella preservazione del proprio spazio, condividendo il proprio insieme, formano sinergie nel polo di appartenenza, pur sapendo che, in emergenza, sono anche capaci di sostituirsi al polo opposto, mediante una serie di informazioni cellulari, trasformanti, i messaggi originali.

Questo purtroppo, per molti di noi, diventa una modalità permanente, dando vita a forme di stress più o meno acuto, che si cerca in qualche modo di controllare.

Il primo elemento, oggetto di grande osservazione e conseguente studio, è stato: comprendere il sistema ossidativo, proprio in funzione dei messaggi bipolari evidenziati da persone, sia riferiti al loro comportamento, sia in base a varie, contraddittorie, funzioni metaboliche.

Copyright Maria Gioia Mosca .E' consentita la libera divulgazione del testo per uso individuale senza che vengano modificate, tagliate, incollate o cancellate delle parti. Per pubblicare su altri mezzi ( Internet, carta stampati o vari) e necessaria l'autorizzazione dell'autrice (gioiamosca@libero.it)



Per esempio, nello stesso sistema endocrino si definisce :

- *ipertiroidico*, chi ha una funzione eccessiva della ghiandola tiroidea ed
- *ipotiroidico* chi ha una funzione della stessa, rallentata.

Le cause possono essere molteplici, e saranno oggetto di successiva analisi.

La cosa interessante da rilevare, è che la ricerca ha indicato un terzo tipo di individuo:

- *il tipo misto* - vale a dire colui, avente uno squilibrio ossidativo inversamente proporzionato alle sue caratteristiche endocrine (tiroide - surreni).

Avremo perciò:

- ipossidatori/ipertiroidici  
o viceversa
- iperossidatori/ipotiroidici.

Questi studi, sono stati fonte di anni di sperimentazione da parte di ricercatori dello spessore di Eck, Watts, Watson e Passwater, attraverso anche l'analisi del capello, che è sempre più conosciuto in Italia con il nome di "mineralogramma".

E' un'analisi, che risponde alla lettura di accumulo di metalli pesanti/tossici, carenze e/o eccessi di minerali detti nutrizionali.

Copyright Maria Gioia Mosca .E' consentita la libera divulgazione del testo per uso individuale senza che vengano modificate, tagliate, incollate o cancellate delle parti. Per pubblicare su altri mezzi ( Internet, carta stampati o vari) e necessaria l'autorizzazione dell'autrice  
(gioiamosca@libero.it)

In altre parole, significa ottenere un'identità intra-cellulare della persona, che fa da corollario informativo alla visione extracellulare fornita dai test di routine, quali sono gli esami del sangue e dell'urina. Pertanto, oltre a nozioni-informazioni per ogni singolo minerale, accurati ed interessanti studi su alcuni rapporti fra minerali, che biochimicamente parlando, si sono rivelati di enorme importanza, hanno dato luogo alla possibilità di verificare e confermare l'alterazione di un processo cellulare, stabilendone, a seconda dei risultati ricavati sia dai singoli elementi, sia dai rapporti tra alcuni di essi e dal controllo a croce degli uni e degli altri, l'eventuale squilibrio metabolico nutrizionale.

La quantità di minerali, nel nostro organismo è pari al 4% ma senza di essi non ci sarebbe vita perché, non ci sarebbe coerenza con il pianeta di appartenenza sarebbe, come dire eliminare il processo di fotosintesi con il quale le piante producono carboidrati.

Impossibile, perché è l'espressione di un ciclo vitale fondamentale per la sopravvivenza, come quel 4% di minerali lo è, per la salute dell'essere umano!

Copyright Maria Gioia Mosca .E' consentita la libera divulgazione del testo per uso individuale senza che vengano modificate, tagliate, incollate o cancellate delle parti. Per pubblicare su altri mezzi ( Internet, carta stampati o vari) e necessaria l'autorizzazione dell'autrice (gioiamosca@libero.it)

Il rapporto calcio/fosforo è indicativo per esemplificare il principio dell'unità tra l'uomo ed il mondo esterno e, tra l'uomo e le sue relazioni interne, dei suoi livelli di lettura rispondenti ai linguaggi del suo corpo, della sua mente, dell'energia capace di sviluppare, nell'interpretazione della comprensione, della vita stessa.

E' il rapporto con il quale si misura il metabolismo ossidativo.

Con questo, si intende osservare, in termini di calore/energia espressa, tutte le funzioni biochimiche, prodotte dall'organismo.

Il calcio, è uno dei minerali più presenti con un peso pari a circa 1.5Kg del nostro corpo, ed è il maggior costituente dei denti e

del tessuto osseo, con una presenza pari al 99%.

Il restante, è localizzato :

- nei nervi e nei muscoli, ove il suo ruolo si modifica, divenendo un neurotrasmettitore.
- nel sangue invece, svolge un ruolo di trasporto, favorendo la coagulazione.

Annovera tra le sue multi-funzioni, la capacità di ridurre l'assorbimento del piombo considerato, uno dei metalli tossici per eccellenza, e la partecipazione fondamentale per il mantenimento dell'equilibrio acido/alcalino.

Copyright Maria Gioia Mosca .E' consentita la libera divulgazione del testo per uso individuale senza che vengano modificate, tagliate, incollate o cancellate delle parti. Per pubblicare su altri mezzi ( Internet, carta stampati o vari) e necessaria l'autorizzazione dell'autrice (gioiamosca@libero.it)

A questo proposito, molto spesso si parla di “mancanza di calcio”, con prescrizioni anche massicce di stimolatori al suo assorbimento o addirittura, di sostanze ormonali, come la calcitonina (ormone polipeptidico 32 aminoacidi).

Bè, è curioso come questa affermazione sia infondata.

Questa è la diagnosi più comune che viene fatta in presenza di sintomatologie legate a dolori delle ossa e/o articolari, solitamente evidenziabili in soggetti intorno alla menopausa ma oggi, individuabili in persone ancora giovani.

Ebbene, le sintomatologie tra la carenza e l'eccesso di minerali, nella fattispecie del calcio sono pressoché simili.

La percentuale di calcio in eccesso, quindi, non bio-disponibile nelle donne, evidenziato dal test del mineralogramma, è di 8 donne su 10.

E' una media altissima, ma da questo tipo di esame è stato possibile, facendo una corretta lettura, integrare con minerali ed altre sostanze sinergiche, in molti casi, raggiungendo la totale scomparsa dei sintomi ed un miglioramento netto di altre funzioni metaboliche, meno evidenti per quanto riguarda la sintomatologia, ma forse anche più importanti, nel giusto tempo di rilevazione.

Copyright Maria Gioia Mosca .E' consentita la libera divulgazione del testo per uso individuale senza che vengano modificate, tagliate, incollate o cancellate delle parti. Per pubblicare su altri mezzi ( Internet, carta stampati o vari) e necessaria l'autorizzazione dell'autrice (gioiamosca@libero.it)

La possibilità di avere una lettura biologica attraverso i minerali, ha sicuramente rivoluzionato proprio il modo di concepire questi elementi; l'acquisizione della loro conoscenza, migliorandone giorno per giorno l'applicazione e sperimentando attraverso i risultati ottenuti, un codice complesso e semplice al tempo stesso che richiede molta umiltà e tanta voglia di imparare, da canoni interpretativi diversi, che ridanno priorità allo studio ed all'osservazione della causa che provoca l'effetto e non il contrario.

D'altra parte, l'alterazione è un processo di sostituzione ad uno preesistente.

Dal punto di vista cellulare, neoplasia significa proprio "nuova struttura" quindi l'inizio di un processo sostitutivo per mancanza di informazioni originali, che producano una funzione completa.

Questo, fa riflettere sul tempo di sviluppo di una sostituzione.

E' importante comprendere che gli esami ematici ed urinari hanno un'affidabilità relativa, in un concetto di prevenzione, sia per la componente di reagenti esterni con cui vengono eseguiti,

Copyright Maria Gioia Mosca .E' consentita la libera divulgazione del testo per uso individuale senza che vengano modificate, tagliate, incollate o cancellate delle parti. Per pubblicare su altri mezzi ( Internet, carta stampati o vari) e necessaria l'autorizzazione dell'autrice  
(gioiamosca@libero.it)

sia per la "fortuna" richiesta, nel trovare in un segmento ematico come un prelievo, paragonabile ad una fotografia, le stesse informazioni che circolano ad una discreta velocità sanguigna, che dovrebbero evidenziare proprio quelle "nuove strutture" le quali, da qualche parte nell'organismo, si stanno organizzando per "migliorare" il loro - status quo -.

Dedicando a questo tipo di test anni di studio, ho constatato le osservazioni dei più autorevoli ricercatori sia medici, sia nutrizionisti ed ho appurato, come alcuni elementi, siano informazioni veicolanti comuni, per patologie rilevanti.

L'alta presenza di metalli tossici e lo zinco molto basso, per esempio, vengono ritenuti un binomio che interessa patologie importanti. Vorrei dire, che il contributo di informazioni di questo test (ma naturalmente anche di altri), può essere affiancato da accurati esami di routine che, aiuterebbero il medico a comprendere lo stato del suo paziente, in modo più globale.

La globalità, l'interezza è senz'altro l'immagine "olistica" per eccellenza e, in virtù di questa "cerca" che entrerà più nello specifico, rispettando fedelmente questa idea di "fusione".

Copyright Maria Gioia Mosca .E' consentita la libera divulgazione del testo per uso individuale senza che vengano modificate, tagliate, incollate o cancellate delle parti. Per pubblicare su altri mezzi ( Internet, carta stampati o vari) e necessaria l'autorizzazione dell'autrice  
(gioiamosca@libero.it)

Nutrizione : Micro = Dietetica : Macro

CAUSA

EFFETTO

AZIONE

REAZIONE

Con questa proporzione, stabiliamo delle semplici dinamiche :

la dietetica, intesa come lo studio degli alimenti, (apporto calorico, minerale, elettrico, tolleranza e tossicità) ha rappresentato per molti anni la “globalità”, attivando l’osservazione scientifica, dei media, della gente comune interessata all'evidenziazione di uno stato apparente di benessere, tutto centrato sul tipo di alimentazione da seguire, con milioni di pubblicazioni e rimedi a riguardo, nel corso di decenni.

Questo argomento quindi, ha seguito pedissequamente, il generale indirizzo comportamentale, volto alla necessità di proiettare, attraverso la propria immagine esterna, una "conditio" benefica di sé stessi.

Il senso apparente delle cose, ha quindi soddisfatto per molto tempo, l'esigenza esteriore di identificare lo - stato di sanità - di ogni individuo.

Copyright Maria Gioia Mosca .E' consentita la libera divulgazione del testo per uso individuale senza che vengano modificate, tagliate, incollate o cancellate delle parti. Per pubblicare su altri mezzi ( Internet, carta stampati o vari) e necessaria l'autorizzazione dell'autrice (gioiamosca@libero.it)

Le alimentazioni nate da questa corrente, si sono suddivise a seconda poi degli elementi ritenuti più sani per :

- costituzione,
- estrazione,
- territorialità,

passando dalla dieta vegetariana a quella parzialmente vegetariana, dalla mediterranea alla macrobiotica.

Non affrontiamo la tematica sulle modalità del *movimento*, inteso come evoluzione delle varie “correnti ginniche”, peraltro rispondente agli stessi bisogni di identificazione, ma la sua partecipazione al “*micro*” sarà percepito come elemento di comunicazione “*non visibile*” ma *esatta espressione* del contesto trattato.

Ogni macchina biologica, pur mantenendo una similarità fisiologica, ha in sé un archivio unico per ogni individuo, dato dalla sua memoria genetica, che rappresenta il suo “progetto di vita”.

L'essere partecipa al proprio progetto di esistenza, attraverso il movimento, la corrispondenza, la frequenza, la polarità, il ritmo, la causalità, il genere.

Copyright Maria Gioia Mosca .E' consentita la libera divulgazione del testo per uso individuale senza che vengano modificate, tagliate, incollate o cancellate delle parti. Per pubblicare su altri mezzi ( Internet, carta stampati o vari) e necessaria l'autorizzazione dell'autrice (gioiamosca@libero.it)



Questi, sono i principi su cui è basato tutto il nostro “*Sapere*”; acquisire il *principio del proprio progetto*, crea un rapporto con la Materia, molto più “amichevole”.

Capire perché si ha la tendenza a mangiare determinati cibi piuttosto che altri, dà una sicurezza maggiore, rispetto alla comprensione della corrispondenza, che si legge, attraverso essi, in quanto certamente in famiglia “qualcuno” si nutre o si nutriva nello stesso modo, o camminava o parlava o si ammalava, dimostrando la stessa tendenza.

Relazionando sulla scelta dei cibi, ad esempio, possiamo verificare, con una ricerca intracellulare (mineralogramma), che quel dato alimento è scelto con coerenza, per *mantenere* uno *stato di alterazione* metabolica.

In termini esemplificativi, una persona che ha il calcio in eccesso, quasi certamente avrà tendenza a mangiare brassicacee che rappresentano, elementi di inibizione per la funzione tiroidea, contenendo anche un alto livello di calcio.

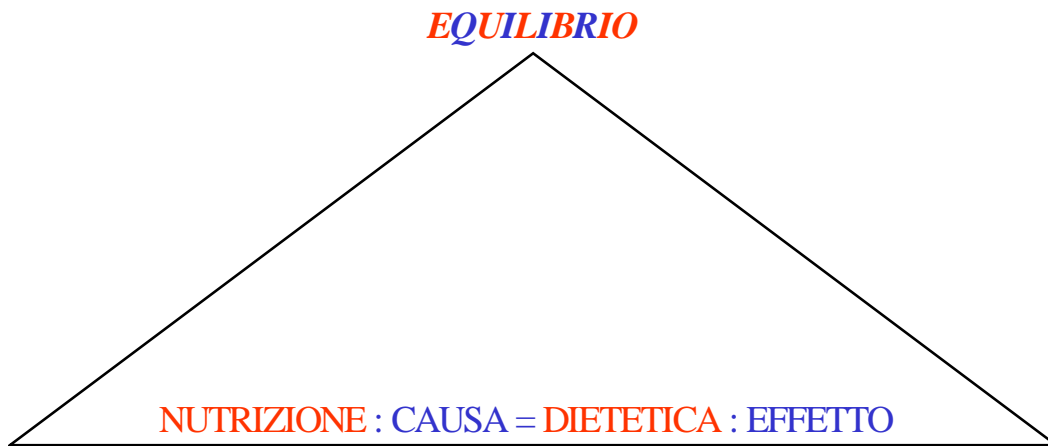
Copyright Maria Gioia Mosca .E' consentita la libera divulgazione del testo per uso individuale senza che vengano modificate, tagliate, incollate o cancellate delle parti. Per pubblicare su altri mezzi ( Internet, carta stampati o vari) e necessaria l'autorizzazione dell'autrice (gioiamosca@libero.it)

Ciò significa, leggere e capire il *ritmo*, di quell'alimento che *corrisponde* al nostro aspetto cellulare, che produce calore/energia esattamente tanto, quanto quello che siamo in grado di produrre nel nostro interno; quell'alimento ci *rappresenta* con le sue caratteristiche, semplicemente perché rientra tra gli alimenti che scegliamo 8 volte su 10. Sostanzialmente, l'organismo, cerca sempre ciò che non riesce ad utilizzare.

Ogni individuo, anche se cerca di variare, ha in sé proprio per il famoso progetto, un codice che lo identifica, sotto tutti gli aspetti, anche in questo.

Copyright Maria Gioia Mosca .E' consentita la libera divulgazione del testo per uso individuale senza che vengano modificate, tagliate, incollate o cancellate delle parti. Per pubblicare su altri mezzi ( Internet, carta stampati o vari) e necessaria l'autorizzazione dell'autrice (gioiamosca@libero.it)

Non è importante solo sapere, quante calorie o valori di percentuali sono espressi per differenti minerali presenti o identificare la tossicità di ogni elemento, se poi non siamo in grado di comprendere a cosa corrisponde il singolo valore o a cosa corrispondono nel loro insieme; quale sarà il suo/loro uso, da parte dell'immenso mondo cellulare?



Copyright Maria Gioia Mosca .E' consentita la libera divulgazione del testo per uso individuale senza che vengano modificate, tagliate, incollate o cancellate delle parti. Per pubblicare su altri mezzi ( Internet, carta stampati o vari) e necessaria l'autorizzazione dell'autrice (gioiamosca@libero.it)

