

SILICE ORGANICA E INVECCHIAMENTO

Il silicio è uno degli elementi più abbondanti anche sulla terra. Il minerale del silicio costituisce il 28.9% della crosta terrestre, essendo con il quarzo la forma più comunemente presente. È normalmente presente all'interno del corpo umano nella forma di Silice, un composto naturale costituito di silicio e ossigeno (SiO₂). Tutte le cellule del tessuto connettivo, le unghie, i capelli e la pelle contengono Silice.

Esso gioca un ruolo attivo nella formazione delle ossa, nel dare ai tessuti consistenza e forza e nella rimineralizzazione delle ossa. Le molecole di Silice favoriscono l'assorbimento delle proteine essenziali da parte del corpo, comportandosi come un agente legante. Legando insieme le proteine, il calcio e le molecole d'acqua, aiuta a rivitalizzare e a rafforzare la pelle, i capelli e le unghie.

Con l'età, i livelli corporei di Silice diminuiscono. Durante la gioventù, i nostri tessuti assorbono e mantengono alti livelli di Silice e contemporaneamente il nostro corpo resta flessibile, resistente ed energetico con la pelle soffice. **Quando invecchiamo**, i nostri livelli di Silice diminuiscono e iniziamo a mostrare altri segni di invecchiamento come pelle secca, perdita di energia e una più lenta guarigione. Si pensa che un apporto supplementare di Silice possa essere parte della soluzione all'invecchiamento. Mantenendo un regolare apporto di Silice al nostro corpo durante la crescita e l'avanzamento dell'età dovrebbe aiutarci a mantenere una condizione di maggiore giovinezza e a vivere con minor dolore.

La Silice lavora in sinergia con Boro, Calcio, Magnesio, Potassio e Acido Ascorbico. I benefici apportati dal silicio includono la riduzione del dolore e delle infiammazioni delle articolazioni, l'aumento dell'elasticità e dell'idratazione della pelle, la stimolazione della formazione delle cellule e del metabolismo; ritarda i processi di invecchiamento, protegge la struttura e la funzione del tessuto connettivo, supporta il sistema immunitario, aumenta l'elasticità dei vasi sanguigni, aiuta la rimineralizzazione del sistema scheletrico (ossa), favorisce il rimedio ai problemi di stomaco e gastrointestinali, supporta la guarigione e la diminuzione del dolore nelle ustioni, attenua la vertigini ed è utile nella Malattia di Alzheimer in quanto aiuta a rimuovere l'alluminio.

Il sistema immunitario — Il silicio stimola il sistema immunitario. Il silicio stimola il metabolismo e la formazione cellulare, ha inoltre leggere proprietà disinfettanti e anti-infiammatorie. E' un elemento essenziale, ma i silicati contenuti negli alimenti non vengono assorbiti direttamente dal corpo, i silicati ed il silicio devono essere idrolizzati nello stomaco e passati nell'intestino prima di poter essere assorbiti. La quantità di silicio dietetico che può essere assorbito attraverso il tratto digestivo è insufficiente oltre che estremamente carente. Fornendo il silicio all'organismo in una base di si ha un netto miglioramento assimilativo e un aumento costante dei livelli di silicio.

Ciò permette la **rimineralizzazione delle ossa** e può agevolare l'incremento della cartilagine nelle articolazioni. Inoltre con l'aumento del silicio anche il sostegno vascolare cresce e l'integrità dei tessuti connettivi è preservata. Se il silicio è presente in quantità sufficienti, può ritardare il processo di invecchiamento, perché rafforza il sistema immunitario. Nel complesso, il nostro corpo ha bisogno del silicio per mantenersi sano e vitale.

I SALI MINERALI

Vi è una notevole differenza tra i sali minerali che provengono direttamente dalla terra (esempio quelli contenuti nell'acqua) e quelli presenti nei regni vegetale ed animale perché questi hanno subito una elaborazione che li ha, in un certo senso, vitalizzati.

I sali provenienti dalla terra non hanno alcun dinamismo energetico e dopo esser stati introdotti nell'organismo ne possono uscire solo con il sudore o l'urina. Per questa ragione non si dovrebbe usare molto sale da tavola e quel poco dovrebbe essere di tipo marino. Questo per evitare che una eventuale disfunzione renale provochi un accumulo dei sali che provocherebbe un progressivo irrigidimento del corpo. I sali minerali danno forza alla struttura scheletrica e preservano il vigore del cuore, del cervello e del sistema nervoso.

Altre importanti funzioni sono il mantenimento dell'equilibrio acido/basico dei fluidi corporei e la creazione degli anticorpi. La loro presenza permette pure che il nutrimento penetri nelle cellule e le tossine ne vengano asportate.

Una dieta mista che comprenda frutta, verdura, semi (noci, nocciole, mandorle, ecc.), cereali e qualche prodotto di provenienza animale è in grado di fornire i sali necessari per il benessere dell'organismo.

ALIMENTI

Il silicio è presente nella buccia dei frutti, dei cereali integrali, nel pane integrale, nell'AGLIO, nella cipolla, nello scalogno, nel cavolfiore, nella fragola, nei piselli freschi, nelle mele. La cipolla è ricca di silice quasi il 18% si hanno 100 mg di silicio per 100 gr di bulbo. L' EQUIRETO è particolarmente ricco in SILICE. TARASSACO, alfa-alfa, FIENO GRECO, polvere di ossa

Inoltre è contenuto nell'Acqua, potabile, fibre vegetali, riso integrale, frutti di mare, peperonico, soia, verdure a foglia verde, bietole, cereali integrali. Sotto forma di integratori naturali abbiamo trisilicato di magnesio per gli anti-acidi, diossido di silicio per le ossa, le articolazioni e la pelle, e l'EQUIRETO che ha effetti positivi per le arterie, la pelle, i capelli., cereali integrali, avena, orzo, miglio, verdure, crostacei, frutta ed alcune acque minerali, mela con la buccia, fagiolini, cavolfiori, pane integrale, AGLIO, legumi, erba cipollina.

