

# L'altra medicina

n.89

GIFTAMPAS

vivere secondo natura

MAGAZINE

OTTOBRE 2019



**EPIGENETICA  
RELAZIONALE**  
Malattia o Benattia?

**ALIMENTAZIONE**  
La differenza  
tra cibo e prodotto

**ODONTOIATRIA  
DI SEGNALE**  
L'antibiotico  
è sempre necessario?

**IPERGLICEMIA  
E DIABETE**  
Una tragica  
epidemia

**ORGANISMO  
E BENESSERE**  
Metabolismo  
e infiammazione

**FOOD  
SENSITIVITIES**  
L'infiammazione

**BENEFICI DEL VERDE**  
NOI SIAMO NATURA

**ANTIDIABETICI**  
LE PIANTE CHE FANNO BENE

**LA DIETA COMMENTATA**  
I PASTI SOSTITUTIVI



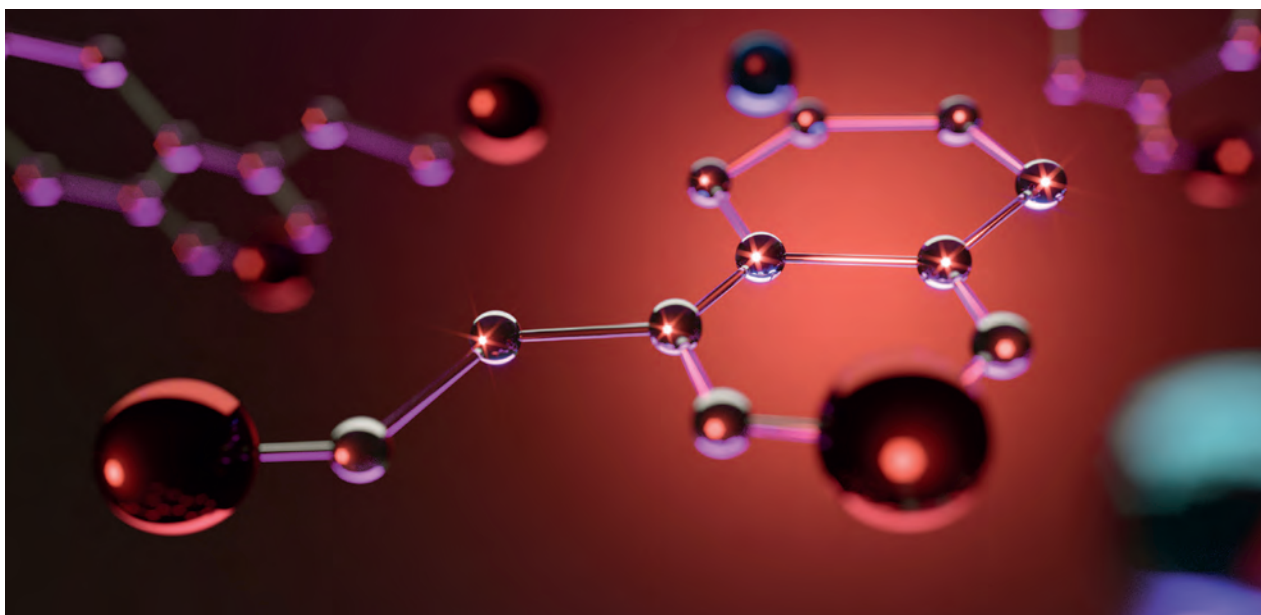


> Organismo e benessere <

# METABOLISMO E INFIAMMAZIONE

## quale correlazione tra i due aspetti

È oramai approvato che infiammazione e metabolismo sono strettamente interconnessi: ridurre l'infiammazione significa stimolare il metabolismo e sono necessari comportamenti, accortezze e costanza nel mantenere uno stile di vita sano per ottenere importanti risultati



### L BENESSERE PARTE DAGLI ORMONI E DAGLI ASSI ORMONALI

Gli ormoni sono molecole segnale che entrano a far parte di quello che è il sistema endocrino del nostro organismo e sono prodotte da particolari cellule dette proprio cellule endocrine. Mediante l'azione degli ormoni, il sistema endocrino controlla la funzione di altre cellule sulle quali questi agiscono, ossia le cellule bersaglio che riconoscono gli

ormoni tramite molecole specifiche dette recettori. Gli ormoni sono strettamente connessi con il nostro sistema immunitario, nervoso e con tutti gli altri sistemi e apparati del nostro corpo, pertanto garantiscono l'*\*omeostasi* all'interno dell'organismo umano: gli ormoni tiroidei controllano, ad esempio, la temperatura, l'ACTH e il cortisolo controllano la risposta allo stress, poi ci sono gli ormoni coinvolti nel controllo della pressione arteriosa come

noradrenalina e adrenalina e quelli che regolano il volume dei liquidi corporei.

Tutti i processi del nostro organismo sono quindi regolati dagli ormoni e questi, a loro volta, controllano altri ormoni. Esistono infatti delle interconnessioni funzionali anche chiamati assi ormonali come quelli che legano ipotalamo-ipofisi con tiroide, surrene e gonadi. L'ipotalamo situato a livello centrale nel nostro cer-