

INFRARED SYSTEMIC HYPERTHERMIA AND LIGHT THERAPY IN HUMAN HEALTH, EMOTIONAL WELL BEING AND AGEING

NUOVE FRONTIERE DEL BENESSERE
INTEGRAZIONE MENTE-CORPO

Fabio Marchesi*

Associazione Internazionale Medicina Ortomolecolare

L'avvento degli antibiotici ottanta anni or sono, ha dato inizio ad una e vera propria nuova era in cui l'elemento dominante è stato la visione dell'uomo dal punto di vista puramente ed esclusivamente chimico. Questa visione sta tuttavia ormai da tempo manifestando i suoi limiti e si inizia sempre più a dare spazio a nuovi approcci terapeutici ed evolutivi che considerano l'uomo da un punto di vista più ampio. Anziché ricercare semplicemente nuove sostanze che si "sostituiscano" al sistema immunitario quando questo fallisce o è in difficoltà, si cerca di permettere al sistema immunitario stesso di essere più efficace. Anziché intervenire meccanicamente o chirurgicamente sul corpo per introdurre in esso cambiamenti, si cerca di creare i presupposti affinché il corpo possa riuscire a cambiare spontaneamente ciò che si ritiene scorretto o migliorabile^{4,9}. In questa nuova ottica sono nate innumerevoli nuove metodologie e tecniche terapeutiche nelle quali l'elemento caratterizzante è spesso rappresentato da un semplice ritorno alle origini e al rispetto dell'essere umano e di tutte le sue componenti fisiche, mentali e spirituali. In alcuni casi sono specifiche apparecchiature a permettere o il ripristino di condizioni ambientali e la produzione di stimoli nei riguardi dei quali si aspetta una risposta organica od emozionale^{6,7,8}, in altri casi si tratta di tecniche e metodologie che non richiedono apparecchiature. Tra queste tecniche di meditazione, respirazione ecc.^{10,13}.

Sono personalmente convinto che il primo e più efficace strumento terapeutico, in riferimento a patologie in atto, a stati di benessere fisico definibile "precaro", al miglioramento dell'aspetto e del rendimento fisico o al rallentamento dei processi degenerativi associati all'invecchiamento, è quello che in primo luogo riesce ad intervenire sullo stato emotivo, migliorandolo.

L'ipotesi di partenza è che ogni essere umano ha a disposizione una certa quantità di "ENERGIA VITALE", con la quale intendiamo l'attitudine ad affrontare cambiamenti. L'energia vitale può variare molto da soggetto a soggetto e può variare molto anche nello stesso soggetto in funzione del suo stile di vita⁵ ma soprattutto del suo stato emotivo^{2,11}.

E' stato ampiamente documentato come fattori stressanti possano essere associati a conseguenze negative nella salute e all'indebolimento della risposta immunitaria. Sfortunatamente però, poca attenzione è stata data all'esame scientifica della controparte, cioè come emozioni positive possano contribuire a produrre effetti benefici e positivi per la salute e il potenziamento delle risposte immunitarie¹

La componente emozionale e motivazionale è quella in genere in assoluto più difficile da gestire a livello terapeutico proprio per la sua caratteristica di grande soggettività individuale, spesso legata a variabili, quali l'interpretazione della realtà secondo schemi mentali rigidi e blocchi emozionali relativi alla gestione non costruttiva di esperienze di dolore vissute anche in tempi precedenti alla capacità di ricordo della memoria razionale^{2,4}. Ma quando l'intervento su basi logiche e di consapevolezza sulla componente emozionale risulta estremamente difficile e comunque non standardizzabile, è possibile comunque intervenire su elementi non farmacologici più accessibili, standardizzabili e di semplice attuazione^{6,7,8}. Tra questi l'intervento sull'ambiente e su alcuni elementi dello stile di vita finalizzati semplicemente a ricreare condizioni e a produrre stimoli molto simili o affini alla natura più profonda dell'uomo, può contribuire enormemente ad incrementare l'energia vitale di un soggetto, dandogli quindi lo strumento fondamentale attraverso il quale poter introdurre cambiamenti positivi in relazione alla sua salute e alla sua vita.¹²

A questo riguardo basta considerare, come è stato dimostrato, che centenari che vivono in campagna hanno una percentuale di autosufficienza 3 volte superiore a quelli che vivono in città e che l'incidenza di depressione negli anziani ricoverati in ospedale, case di cura, ecc. è oltre il doppio di quella di anziani ancora istituzionali. Il declino intellettuale è minimo tra le persone anziane che continuano ad essere impegnate a prendere decisioni e a svolgere un ruolo in tarda età ed è massimo tra gli anziani emarginati a livello familiare e sociale.³

Esiste inoltre comunque il dubbio su quali siano le cause e quali gli effetti, se quelle che sembrano essere le cause di uno stato debilitante sono in realtà solo gli effetti di uno stato emozionale che induce a vivere esperienze di fallimento in genere².

L'incremento dell'energia Vitale e quindi dell'attitudine ad introdurre ed affrontare cambiamenti può e deve essere ottenuto iniziando in modo progressivo dagli elementi più facili da realizzare, la cui attuazione restituisce all'individuo maggiore energia vitale di quella consumata per eseguirli.

E' possibile iniziare intervenendo sull'alimentazione e sullo stile di vita, sull'ambiente in cui si vive per arrivare a sottoporsi a trattamenti specifici su apparecchiature. Di seguito viene data una breve sintesi dei protocolli da noi proposti i:

Interventi sull'alimentazione^{2,4,50,51}:

Assumere molta acqua a basso residuo fisso, aumentare la quantità di frutta e verdura, ridurre le proteine animali^{4,5,14}, ridurre o eliminare latte e derivati del latte^{4,5,14,15,16,17,43,44,45,46,47,48,49}, nutrirsi in modo da evitare fermentazioni^{4,5,14,29}.

Interventi sull'ambiente:

Evitare esposizioni prolungate, e durante il sonno notturno a campi elettrici e magnetici estremamente superiori a quello terrestre^{30,31}.

Interventi sull'ambiente:

Utilizzare negli ambienti in cui si vive e lavora illuminazione con luci ad ampio spettro simile a quello solare, respirare aria pulita o depurata almeno durante il sonno.

Trattamenti su apparecchiature:

Per quanto riguarda le apparecchiature utilizzabili per trattamenti, effetti positivi sui parametri fisiologici ed emozionali sono stati evidenziati da ricerche scientifiche e da test clinici applicando la tecnologia MIACT® e il sistema BioDream®.

Nel primo caso si tratta di una apparecchiatura che combina una attività fisica di moderata intensità all'esposizione all'azione di raggi infrarossi. Negli oltre 100.000 trattamenti ad oggi effettuati, sono stati evidenziati effetti non solo sulla riduzione del tessuto adiposo, ma sul miglioramento nei valori ematici^{37,38,39,40,41,53} e dello stato di benessere fisico ed emozionale in genere.

Nel secondo caso si tratta di una apparecchiatura che combina diverse stimolazioni: l'ipertemia sistemica, ottenuta attraverso l'impiego di fonti di raggi infrarossi modulati e sincronizzati sul battito cardiaco, l'impiego di fonti cromatiche complementari alternate, una sorgente di luce ad ampio spettro caricata da una sorgente ad "Entropia costruttiva"².

LA LUCE TERAPEUTICA

Ad oggi una delle terapie più efficaci per la cura dei disturbi emozionali e depressivi quali la SAD (Seasonal Affective Disorder) consiste nella semplice esposizione a luce solare o artificiale ad ampio spettro^{32,33,34,35}. Mentre è sconcertante come siano sconosciuti alla popolazione e gli effetti negativi della tradizionale illuminazione artificiale²⁵.

L'illuminotecnica, salvo rarissime eccezioni, non ha mai mostrato interesse riguardo gli effetti terapeutici o nocivi dell'illuminazione elettrica, ed anche il mondo medico ha sempre enormemente sottovalutato tale aspetto. La scienza dell'illuminotecnica ha sviluppato una tecnologia basata sulla produzione di luce artificiale partendo dal presupposto di ottenere rapporti luminosità/potenza consumata, lux prodotti/Watt consumati, competitivi⁴².

Alcune frequenze cromatiche hanno però, a parità di potenza consumata, un maggiore potere illuminante di altre. Per questo motivo la luce artificiale è ricca di alcune frequenze ed estremamente carente di altre, seppur estremamente importanti per gli equilibri psiconeuroimmunoendocrinologici.

La luce visibile nelle sue differenti frequenze cromatiche ha dimostrato avere importanti effetti emozionali, fisiologici e comportamentali: diversi colori possono eccitare, calmare, bilanciare, motivare, ispirare. Ai lavori di Goethe del 1820 sui colori, sviluppati ancora

prima che esistesse l'illuminazione artificiale³⁶ la scienza dell'illuminotecnica non ha mai dato importanza, così come a quelli del Dt. Max Lüscher che hanno portato alla formulazione dell'ipotesi che l'attrazione o la repulsione soggettiva verso alcuni particolari colori sia associata a precise caratteristiche mentali, comportamentali ed endocrine¹⁸. Ipotesi sono poi state dimostrate dai lavori di Hill e Marg¹⁹. I lavori che hanno dimostrato le relazioni psiconeuroimmunoendocrinologiche a precise esposizioni cromatiche sono ormai innumerevoli. 20,21,22,23,24,25. Impressionanti sono i risultati degli studi condotti da Schauss su reclusi violenti, tranquillizzati semplicemente dipingendo le celle di rosa.^{26,27} Uno dei più evidenti effetti dei colori su organismi viventi fu filmato dal Dr. John Ott nel duo documentario filmato "Exploring The Spectrum"²⁸.

L'IPERTERMIA

L'ipertemia sistemica gestita con particolari accorgimenti e finalizzata a stimolare la sudorazione può avere un ruolo decisivo in un programma finalizzato al miglioramento dello stato di benessere fisico generale.

Il grasso corporeo svolge una importante funzione anche come deposito tossinico³⁸.

Nel nostro caso per tossine non intendiamo soltanto sostanze propriamente tossiche, ma qualsiasi elemento estraneo al nostro organismo. Alcune sostanze prodotte dall'organismo stesso possono essere utili in alcune circostanze e tossiche in altre.

Il Dott. John H. Tilden nel suo libro "Toxemia explained" già nel 1920 definiva la tesi secondo la quale qualsiasi patologia non fosse altro che l'effetto di uno stato di intossicazione. Le nostre ricerche ci hanno portato alla osservazione in ormai migliaia di casi, come intervenendo soltanto sulla riduzione dello stato di intossicazione, sia possibile ottenere riduzioni nel tessuto adiposo^{4,5}. Così come è evidente che i minerali contenuti nell'acqua minerale sono incompatibili con l'organismo umano^{4,5,29}. Questi minerali, sono per il nostro organismo corpi estranei che spesso vanno a depositarsi nel grasso sottocutaneo, nell'attesa di essere espulsi sfruttando la sudorazione.

Ma chi suda oggi, o lo fa perché è fisicamente attivo o perché è intossicato. La sudorazione è uno strumento molto importante che l'organismo sfrutta non solo per la termoregolazione ma anche per espellere corpi estranei all'organismo. Anche per questo motivo le sostanze estranee che l'organismo non riesce ad espellere normalmente, vengono inviate e depositate nel grasso sottocutaneo. Se la quantità di sostanze estranee è maggiore di quella che l'organismo riesce ad espellere, allora viene aumentata la quantità di grasso corporeo con il solo fine di poter contenerne una maggiore quantità. Uno stato di intossicazione, conduce sia ad un aumento della ritenzione idrica (l'acqua viene prelevata dai muscoli e trattenuta per diluire le tossine finite nel grasso sottocutaneo) che ad un aumento della quantità totale di grasso corporeo. Il grasso diviene in tal caso per l'organismo una sorta di "discarica di emergenza", dove vengono inviate tutte le tossine che per sovraccarico o inefficienza del sistema interno di "pulizia" non riescono ad essere eliminate dall'organismo nei modi tradizionali⁵⁴.

Le sostanze estranee possono essere di varia origine, possono essere scorie metaboliche prodotte dall'organismo stesso sottoposto a stress fisico o mentale ma possono anche essere elementi estranei che vengono introdotti nell'organismo dall'esterno.

Tra questi possiamo considerare oltre ai minerali contenuti nell'acqua, tutte le sostanze tossiche come i coloranti, conservanti, pesticidi, ormoni, aromi e sostanze chimiche contenuti ormai in qualsiasi venga assunta non solo con l'alimentazione. L'unità di misura delle sostanze chimiche utilizzate nell'agricoltura e dalle industrie alimentari è la DL₅₀ con la quale si intende Dose Letale 50%. Per conoscerla, ogni sostanza viene fatta assumere in dosi sempre crescenti ad un gruppo di animali (possono essere ratti ma anche gatti o cani) fino a quando si osserva decesso del 50% di tali animali. Dalla quantità che ha determinato il decesso del 50% degli animali, viene ricavata per interpolazione matematica la quantità che viene considerata innocua per l'uomo e lasciata utilizzare dall'industria alimentare.

L'ipertemia sistemica o localizzata può quindi avere l'importante funzione di stimolare la sudorazione e favorire conseguentemente l'espulsione da parte dell'organismo di sostanze estranee. I liquidi persi con la sudorazione vanno poi reintegrati utilizzando acqua a bassissimo contenuto di minerali.

IL SISTEMA BIODREAM®^{6,7,8,12,52}

Si tratta di un sistema integrato finalizzato ad agire positivamente su tutti gli aspetti psiconeuroimmunoendocrinologici. I trattamenti durano 33 minuti e sono costituiti da 7 fasi

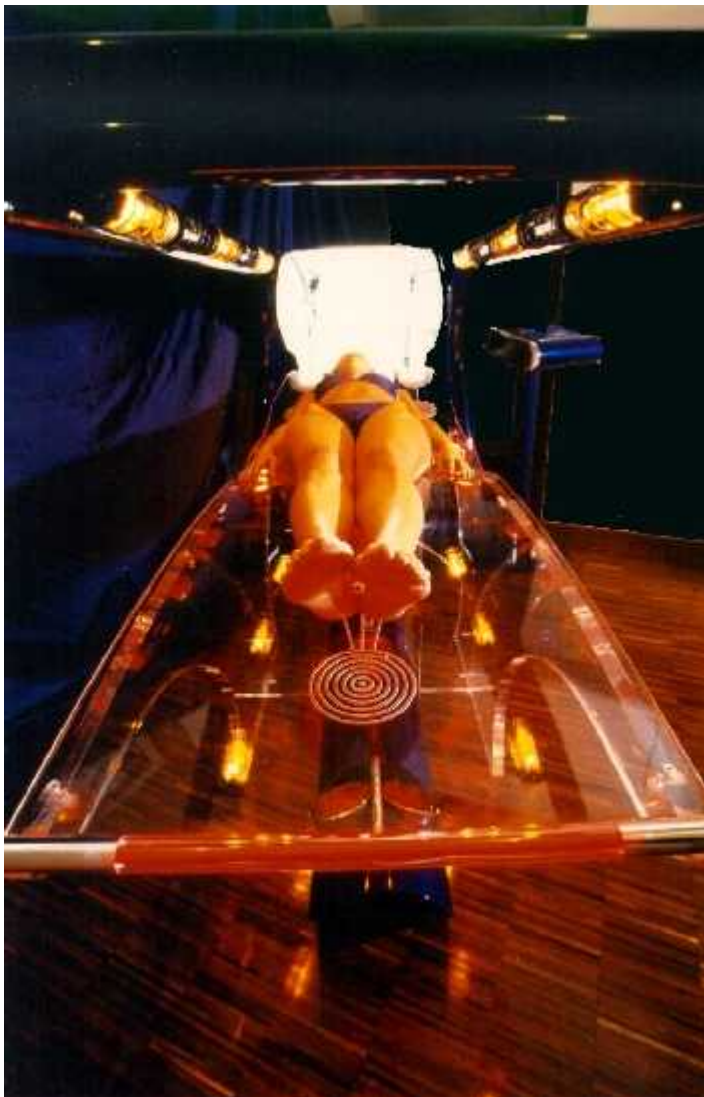
diverse eseguite in successione. La stimolazione fisiologica e sensoriale viene ottenuta con la combinazioni di diversi principi, vengono di seguito indicati i principali:

- 1) L'ipertemia sistemica, ottenuta con sorgenti di raggi infrarossi e luce rossa nella modalità continua o pulsante sincronizzata e modulata sul battito cardiaco.
- 2) Esposizione ad una sorgente di luce ad ampio spettro.
- 3) Esposizione all'azione di generatori luminosi filtrati attraverso filtri ottici che producono le frequenze, normalmente carenti nell'illuminazione artificiale, in modo pulsante alternato.
- 4) Una sorgente di informazioni ad entropia costruttiva²

Gli effetti dei trattamenti sono attualmente oggetto di studio, sugli oltre 5000 soggetti che fino ad oggi si sono sottoposti ai trattamenti sono stati osservati un deciso miglioramento dello stato emotivo, della produttività e vitalità fisica e mentale. In uno studio clinico effettuato su atleti sottoposti a test massimali sono stati osservati una riduzione del cortisolo salivare e del lattato rispetto il gruppo di controllo⁵².

Sono in corso di definizione i protocolli scientifici di ricerca sui seguenti effetti fino ad oggi osservati:

- 1) Alcalinizzazione del terreno biologico valutata con bioelettronica di Vincent.
- 2) Sincronizzazione dell'attività degli emisferi cerebrali valutata mediante elettroencefalografo.
- 3) Incremento delle prestazioni atletiche.
- 4) Miglioramenti nelle condizioni emozionali su depressi.
- 5) Miglioramenti nei riflessi e livelli di attenzione.
- 6) Incremento del trasporto d'ossigeno
- 7) Miglioramenti in soggetti con disturbi del sonno.
- 8) Riattivazione del metabolismo aerobico in soggetti sedentari.



BIBLIOGRAFIA:

- 1 David Felten "A personal Perspective on Psychoneuroimmunology".
Psychoneuroimmunology, Academic Press, San Diego II ed 1991
- 2 F. Marchesi, La fisica dell'Anima, Tecniche Nuove, Milano 2000
- 3 G. Nappi et al. "Stress and Aging Brain" Raven Press, N. York, 1990.
- 4 A. Panfili, Medicina Ortomolecolare, Tecniche Nuove, Milano 1994
- 5 F. Marchesi, Alimentazione Ortomolecolare e stile di vita, INFRAFIT, Milano
- 6 M. Cassano, La macchina della gioia, Essere e Benessere, maggio 1999, p.30-33,
- 7 F. Arensi, Dimagrire Rilassandosi, Il sole delle Alpi, 4 Sett. 1999, p.66-68
- 8 C. Caristo, Benessere a raggi infrarossi, Dossier Salute, ott. 1999, p.56-59
- 9 L. Pauling, How to live longer and feel better, Avon Books, New York
- 10 D. Chopra, Guarirsi da dentro, Sperling & Kupfer
- 11 P. Vatzlawick, Istruzioni per rendersi infelici, Feltrinelli
- 12 G. Pellagrosi, La macchina della felicità, Top Salute, Ott. 2000, p.61-62
- 13 F. Marchesi, Speciale benessere 2000, Essere & Benessere, Dic. 1999, p.74
- 14 A. Panfili, V. Mangani, Candida l'epidemia silenziosa, Tecniche Nuove, Mi 1996
- 15 R. Cohen, Milk the deadly Poison, Argus Publishing,
- 16 F. A. Osby. Don't drink your milk: new frightening medical facts about the world's most overrated nutrient.
- 17 R. Martina, Vitalità, Ipsa Quaderni del Benessere
- 18 M. Lüscher, the Lüscher Color Test, New York, Washington Square Press, 1969
- 19 R. M. Hill, E. Marg, Single-cell response of the nucleus of the transpedicular Tract in Rabbit to Monochromatic Light on the retina, Journal of Neurophysiology 26 (1963), p.249
- 20 S. V. Krakov, Color Vision and Autonomic Nervous System, Journal of the Optical Society of America, June 1942.
- 21 R. M. Gerard, Different effects of Colored Lights on Psychophysiological Functions, Ph.D. diss. University of California, Los Angeles 1958.
- 22 H. Wohlfarth, Psychological Evaluation of Experiments to Assert the effect of color-stimuli upon the Autonomic Nervous System. Excerpta Medica, Neurology and Psychiatry 2, no.4 1958.
- 23 B. S. Aaronson, Color Perception and Affect, American Journal of Clinical Hypnosis 14, 1971, pp 38-42.
- 24 J. J. Planck e J. Schick, The effects of Color on Human behavior, Journal of the Association for Study in perception 9, 1974, pp 4-16
- 25 C. Houck, The Case Against Artificial Light, New York, Dec. 4 1978.
- 26 A. G. Schauss, Tranquilizing Effect of Color Reduces Aggressive Behavior and Potential Violence, The Journal of Orthomolecular Psychiatry 8, no.4, 1979, pp218-221.
- 27 A. G. Schauss, The Physiological Effect of Color on the suppression of Human Aggression: Research on Baker-Miller Pink, International Journal of Biosocial Research 72, 1985, pp55-64.
- 28 J. N. Ott, Color and Light: Their effects on Plants, Animal and People, Journal of Biosocial Research 7, part I, 1985.
- 29 A. Panfili, La dieta Ph, Tecniche Nuove
- 30 C. Vacava, Onde Elettromagnetiche, Xenia
- 31 P. Bevitori, L'inquinamento elettromagnetico quotidiano, Macro post
- 32 S. Rovner, Treading SADness With Light, Washington Post, Sept. 19, 1989
- 33 D. F. Kripke, Therapeutic Effect of Bright Light in Depression, Annals of New York Academy of Science 453, 1985, pp.270-281
- 34 R. Gerber, Vibrational Medicine, Bear & Co, 1988
- 35 R. E. Frenkel, Light Therapy: The Prevention, Control and Treatment of Suicide, The journal of Better Living, Spring 1987
- 36 J. W. Goethe, Theory of Colours, Mit Press Cambridge 1997
- 37 Panfili A., Mangani V. "Disturbi alimentari, quanto centra la melatonina", Medicina Naturale N.4 1996 ISSN 1121 - 5518
- 38 I. F. Marchesi Tecnologia MIACT Arch. Publicación resúmenes II Congreso Chileno de Obesidad. VIII Jornadas chilenas de Obesidad 4-5-6- Octubre 1996, Santiago Chile.
- 39 Marchesi. Process and apparatus for reducing adipose tissue in the human body, in certain areas by stimulating lipolysis through the presence of heat associated to muscular activity. Patent, International application number PCT/IT94/00098, 4 May 1994.
- 40 Calderon, Caro, Saavedra, Mois EFFECT OF A TREATMENT PROGRAM ON OBESE WOMAN WITH MIACT TECHNOLOGY ON THE FIXED ADIPOSE TISSUE, THE CORPORAL COMPOSITION,

- VARIOUS FUNCTION CV AND HEMAL PROFILE, II Congreso Chileno de Obesidad 4-5-6 Octubre 1995 Santiago Chile.
- 41 D.Ricci,La linea a luci rosse, "Salve" Settembre 1994,
- 42 OSRAM: Lampade per illuminazione generale. 122.Milano1991
- 43 Biser S. "The Truth About Milk" The healthview newsletter, Vol 14 spring 1978, pp 1-5
- 44 Parish, W.E., B.A., B.V. Sc et al. "Hipersensitivity to Milk and sudden Death in Infancy". Lancet, Vol 2 Nov. 19, 1960, p 1106.
- 45 Burton, Alec, Ph.D. "Milk" Hygienic Review, July 1974.
- 46 Barlett, R.W. The Milk Industry. New York: Ronald Press 1946.
- 47 Cunningham-Rundles, C. "Milk Precipitins, Circulating Immune Complexes and IgA Deficiency". Proceedings National Academy of Science (USA) Vol 75, 1978, p.3387
- 48 Bahama, Sami L., M.D. Allergies to Milk. New York: Grune & Statton 1980.
- 49 Bahama, Sami L., M.D. et al."Cow's Milk Allergy: Pathogenesis, Manifestation, Diagnosis and Management" Advances in Pediatrics, Vol 25, 1978
- 50 F.Marchesi,A.Panfilì et al.,Atti del congresso "Multiple Modalities of Orthomolecular and Nutritional Medicine, 11 Sept.1993
- 51 Panfilì A., Marchesi F., Cignetti A., Ostuni L. , Franceschi G. Riza Scienze, "Medicina Ortomolecolare" n. 71 Settembre 1993
- 52 M.Neri, A.Paoli, Effetti di BIODREAM su Parametri Fisiologici e Prestazionali in Atleti. INFRAFIT, 1999
- 53 Calderon, Caro, Saavedra, Mois EFFECT OF A TREATMENT PROGRAM ON OBESE WOMAN WITH MIACT TECHNOLOGY ON THE FIXED ADIPOSE TISSUE, THE CORPORAL COMPOSITION, VARIOUS FUNCTION CV AND HEMAL PROFILE, International Journal of Obesity. Vol 20 Supp 4 May 1996.20-530-FP3
- 54 F. Marchesi "INFRAFIT synergic", INFRAFIT srl, Milano, Nov. 1995

**Fabio Marchesi. Ingegnere specializzato in sistemi di analisi della composizione corporea, Membro della AIMO Associazione Internazionale Medicina Ortomolecolare, della New York Academy of Science e della International Association for the Advancement of Sciences. Ricercatore e congressista a livello Internazionale, autore di numerose ricerche e pubblicazioni, ha brevettato la tecnologia MIACT e il sistema INFRAFIT per la stimolazione della lipolisi, il sistema NEWTON per l'elettroterapia in telemetria e il sistema BIODREAM per la disintossicazione e l'incremento delle prestazioni fisiche e mentali. Autore del libro "La fisica dell'Anima" edito da Tecniche Nuove.*