

La vitamina B12, la cui CARENZA può essere inconsapevolmente volontaria:

<http://acidoascorbico.altervista.org/prova04/Immagini/vitaminab12carezza.pdf>

Il CIBO NATURALE più DEMONIZZATO: il BURRO, che contiene anche queste vitamine oltre ai sali minerali:

<http://acidoascorbico.altervista.org/prova04/Immagini/burroemargarina.pdf>

Su questo link, la pagina completa:

<http://acidoascorbico.altervista.org/prova04/Immagini/vitaminad15segnicarezza.htm>

...dalla pagina

<http://dilei.it/salute/video/deficit-di-vitamina-d-15-segnali-da-non-trascurare/500549/?ref=libero>

Deficit di vitamina D: 15 segnali da non trascurare

Parliamo della vitamina D, un ORMONE che regola più di 4200 geni:

La pagina recita: "Si pensava una volta che solo le cellule dell'osso (osteoblasti ed osteoclasti) avessero recettori per la Vit D ma negli ultimi anni innumerevoli studi hanno dimostrato che tutte le cellule hanno recettori per la Vit D e questa più che una vitamina è un ormone che regola 4200 geni. Si è visto che la Vit. D è fondamentale per l'integrità dei recettori, o proteine di membrana che regola l'ingrosso di ioni nella cellula, in particolare è alla base dei canali del calcio, del potassio e del magnesio.

<http://acidoascorbico.altervista.org/prova5/Immagini/vitaminadclaudiosauovalori.htm>

Questo ORMONE è AUTOPRODOTTO dall'individuo a condizione che si esponga al SOLE, sorgente di vita per tutti gli esseri viventi.

Infatti per questa AUTOPRODUZIONE sono indispensabili il COLESTEROLO, già AUTOPRODOTTO dal fegato ed i raggi UV, del sole. Quindi, se possibile, esporsi al sole è benefico ed anche SALUTARE.



## **DEFICIT DI VITAMINA D I 15 SEGNALI CHE TRASCURIAMO**

E' giusto premettere che per decenni abbiamo aderito alla credenza che l'influenza arrivava in inverno a causa del clima più rigido. Ma numerosi studi hanno completamente falsificato una tale teoria, indicando come l'influenza si presenti ai tropici nel loro "inverno, quando è ancora abbastanza caldo (solitamente durante la stagione delle piogge). No, la

ragione per cui l'influenza colpisce d'inverno è un'altra. E suggerisce una facile maniera per prevenirla. E non si tratta di farsi vaccinare. Lo sappiamo già che i nostri corpi producono molta meno vitamina D durante l'inverno. Ma è mai possibile che i livelli ridotti di vitamina D in inverno contribuiscano all'influenza?

Le prove sono evidenti. Anni fa, un attento medico generico inglese, R. Edgar Hope-Simpson, ha collegato le epidemie influenzali dell'emisfero nord con il solstizio invernale. Pertanto, l'influenza arriva proprio quando i livelli di vitamina D cominciano a calare. Finora, la medicina convenzionale ha in gran parte ignorato il suo lavoro.

Proprio questo anno, due importanti pubblicazioni mediche hanno pubblicato un report firmato dal Dott. John Cannell, uno psichiatra dello Atascadero State Hospital, California. Si tratta di una struttura di massima sicurezza riservata a criminali infermi di mente. Nel suo resoconto, il Dott. Cannell ha notato che gli altri reparti intorno al suo erano stati soggetti a un violento attacco d'influenza nell'aprile 2005. Ma nessuno dei suoi 32 pazienti ha preso l'influenza, sebbene si fossero anche mischiati con i reclusi infetti degli altri reparti.

Il Dott. Cannell si è interrogato sul perché il suo reparto avesse evitato l'influenza che pur aveva colpito tutti gli altri reparti. Rapidamente ha capito che si trattava delle dosi elevate di vitamina D prescritte a tutti gli uomini sul suo reparto. Aveva riscontrato che i suoi pazienti, come la maggior parte di tutta l'altra gente dei paesi industrializzati, ne avevano un deficit. (Deve essere uno dei pochissimi psichiatri che prestano attenzione alla nutrizione!) I suoi sforzi per rimediare al deficit hanno potenziato il sistema immunitario dei suoi pazienti, proteggendoli completamente dall'influenza.

Perché funziona? La scienza recentemente ha scoperto che la vitamina D stimola i nostri globuli bianchi a produrre una sostanza denominata catelicidina. I ricercatori non hanno ancora studiato questo prodotto

chimico sul virus dell'influenza, ma da tempo hanno segnalato che esso attacca un'ampia varietà di agenti patogeni, tra cui funghi, virus, batteri e perfino la tubercolosi.

Così, troviamo che il mio suggerimento di farvi controllare il livello di vitamina D a quest'epoca dell'anno era quanto mai centrato. Ma ora, alla luce di queste nuove informazioni, penso che non sia nemmeno necessario spendere i soldi per sottoporsi agli esami. La vitamina D è poco costosa. E stimola il vostro corpo a produrre quello che potrebbe essere l'antibiotico definitivo! Completamente atossico e che uccide soltanto gli organismi invasori (non le vostre cellule). Dotatevi dell'incredibile protezione della vitamina D. Esponetevi al sole quando potete. Fate semplicemente attenzione a non scottarvi. Se state per lo più all'interno, suggerisco fortemente che aggiungete vitamina D al vostro regime quotidiano. Raccomando 5.000 IU al giorno. Non vedo controindicazioni a questa dose, particolarmente nei mesi invernali!

<http://digilander.libero.it/genfranco2/immagini/vitaminadinfluenza1.htm>

**1**

**DEBOLEZZA MUSCOLARE**



**CHE PUÒ PRESENTARSI  
ANCHE COME STANCHEZZA GENERALE**

**2**

**DOLORE ALLE OSSA**



A tal proposito ecco una pagina che parla del CIBO NATURALE, il BURRO:

<http://acidoascorbico.altervista.org/prova04/immagini/burroemargarina.pdf>



# 3

## PROBLEMI RESPIRATORI



# 4

## SUDORE ALLA TESTA



**IL SUDORE IMMOTIVATO PROVENIENTE DALLA TESTA  
PUÒ INDICARE UNA CARENZA DI VITAMINA D**



# 5

## DEPRESSIONE



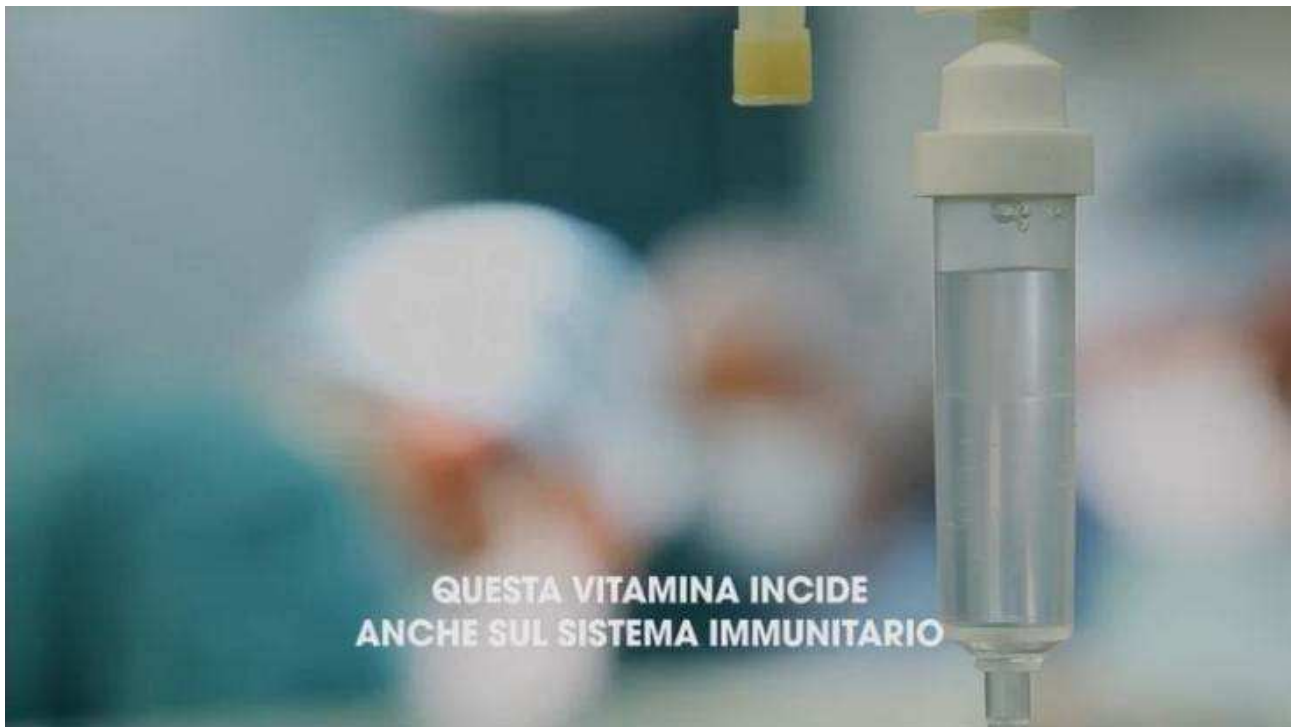
**LA VITAMINA D LA SI OTTIENE  
PRINCIPALMENTE DAL SOLE**



**UNA MANCANZA DI SOLE E DI VITAMINA D  
POTREBBE PORTARE ANCHE A STATI DEPRESSIVI**

**6**

**INFEZIONI CRONICHE**



**QUESTA VITAMINA INCIDE  
ANCHE SUL SISTEMA IMMUNITARIO**



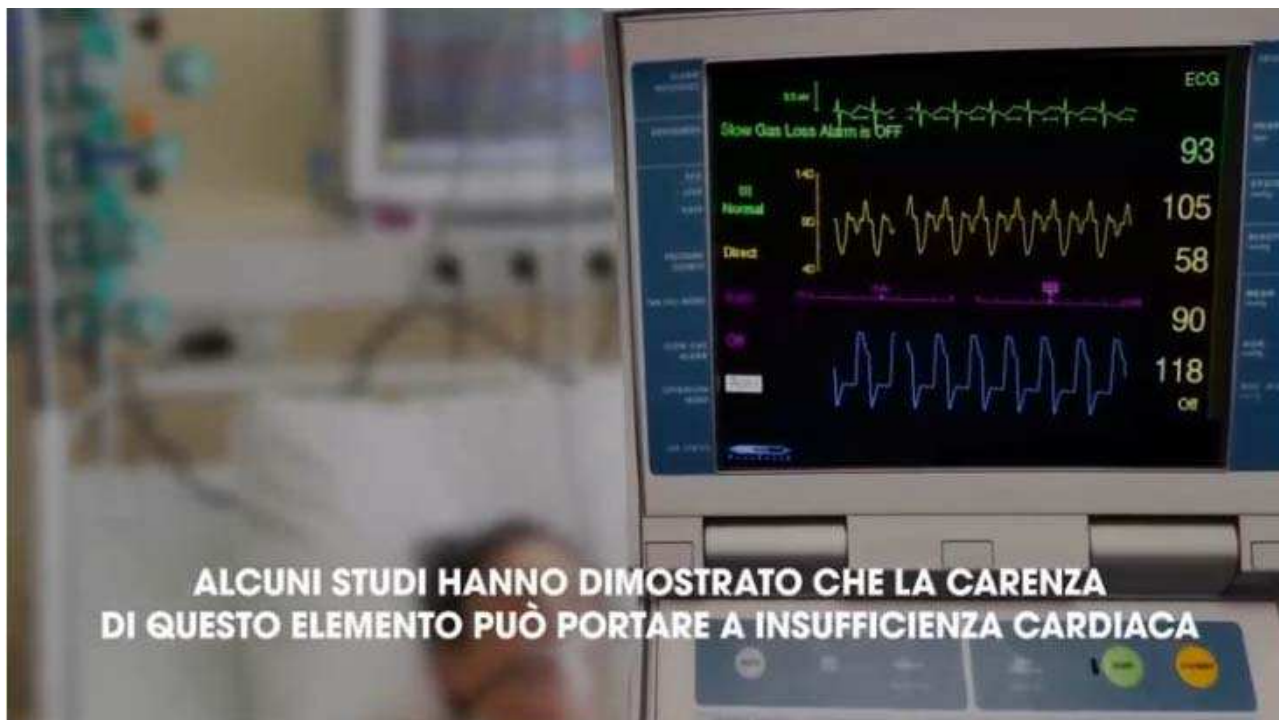
**LA CARENZA PUÒ ABBASSARE LE DIFESE E QUINDI RENDERE  
L'ORGANISMO PIÙ ESPOSTO AD EVENTUALI INFEZIONI O MALATTIE**

# 7

## MALATTIE CARDIOVASCOLARI



LA VITAMINA D PUÒ ESSERE CORRELATA  
A DISTURBI CARDIACI




**ALCUNI STUDI HANNO DIMOSTRATO CHE LA CARENZA  
DI QUESTO ELEMENTO PUÒ PORTARE A INSUFFICIENZA CARDIACA**

**8**

**PSORIASI**





**È UNA MALATTIA DELLA PELLE E LA VITAMINA D VIENE  
SOLITAMENTE UTILIZZATA DURANTE IL TRATTAMENTO PER CURARLA**

**9**

**DOLORI CRONICI**



**SE SI VERIFICANO DOLORI CRONICI IN TUTTO IL CORPO LA CAUSA POTREBBE ESSERE PROPRIO LA MANCANZA DI QUESTA VITAMINA**

# **10**

## **STANCHEZZA**



**È NECESSARIA PER L'ORGANISMO PER CREARE ENERGIA  
SENZA DI ESSA CI SI PUÒ SENTIRE STANCHI E AFFATICATI**

# 11

## **IPERTENSIONE**





**UNO STUDIO DELL'UNIVERSITÀ DI HARVARD HA DIMOSTRATO CHE  
LE DONNE CON BASSI LIVELLI DI VITAMINA D**



**HANNO AUMENTATO DEL 67%  
IL RISCHIO DI IPERTENSIONE**

# 12

## CAMBI DI STATI D'ANIMO



LA VITAMINA D AGISCE ANCHE SULLA SEROTONINA NEL CERVELLO  
CHE INFLUISCE SULLO STATO D'ANIMO



# 13

## MALATTIE RENALI CRONICHE



AGISCE POSITIVAMENTE SULLA SALUTE DEI RENI

# 14

## **DIMINUZIONE DELLA RESISTENZA**



**È FONDAMENTALE IN FATTO DI RESISTENZA ATLETICA**

# 15

## PERSONE OVER 50





**È IMPORTANTE QUINDI INTEGRARLA ATTRAVERSO ALIMENTI  
CHE LA CONTENGONO COME AD ESEMPIO IL PESCE**

Sono certo che oltre che avere il COLESTEROLO ALTO hai anche CARENZA di vitamina D poichè questi hanno un legame imprescindibile, data la necessità del COLESTEROLO per AUTOPRODURRE questa vitamina D. Te lo dice la dottoressa e lo trovi sopra.

MENTRE PER I VALORI 30 E 50 ng/ml è FALSO, POICHE' QUESTI VALORI SONO STATI FISSATI DALLA MEDICINA SPERIMENTANDO SU PERSONAGGI SCORBUTICI E CIOE' "CARENTI" DI ACIDO ASCORBICO IL QUALE METTE IL CORPO IN CONDIZIONE DI ESSERE AL TOP E QUINDI COME STABILITO DA MADRE NATURA E LA EVOLUZIONE. Il valore nel sangue di massimo deve essere 70 ng/ml come indicato: "In persone in buona salute, i livelli di calcidiol sono normalmente fra 32 - 70 ng/mL (80 - 175 nmol/L)"

LA PROVA E' SU QUESTO LINK:

<http://digilander.libero.it/anna945/immagini/vitaminadintossicazione.htm>

Ora che sappiamo possiamo tirare delle conclusioni pressoché DISASTROSE per la SALUTE UMANA. Quanti danni per la carenza di una vitamina, ma quanto PIL per lo stato italiano, senza contare quanto DENARO per le industrie farmaceutiche! cominciando dai medici,

passando per la farmacie alla faccia della SOFFERENZA dell'individuo umano!

17 agosto 2017

Ciaooo Genre Franco

o Genfranco