



# DETOSSINAZIONE & OSSIGENAZIONE

APPROFONDIMENTO SCIENTIFICO

**AROSHA**  
AESTHETIC SCIENCE

# LA DETOSSINAZIONE



**AROSHA**  
AESTHETIC SCIENCE

Spesso viene sottovalutata l'importanza di una regolare depurazione dell'organismo, ma la DETOSSINAZIONE è una pratica molto importante per la nostra salute. Molti problemi, disturbi e inestetismi hanno la loro causa principale proprio in un carico esagerato di TOSSINE.

## **ATTRaverso la DETOSSINAZIONE:**

- Il corpo viene rigenerato azzerando i danni da radicali liberi;
- I tessuti vengono liberati dalle tossine;
- Le difese immunitarie della pelle vengono potenziate;
- Le cellule ritrovano nuova energia vitale.

**Un FISICO DETOSSINATO ed IN OTTIMO STATO rappresenta quindi il punto di partenza fondamentale per una buona condizione fisica.**



COSA SONO  
LE TOSSINE?

Il corpo umano per sua natura e funzione metabolica produce dall'interno e introduce dall'esterno TOSSINE.

### **Le TOSSINE ESOGENE**

si possono trovare nell'aria, nell'acqua, negli alimenti, nei farmaci, nei cosmetici, nel fumo oppure ancora originarsi in condizioni di stress. In questa categoria sono compresi i metalli pesanti (nickel, cadmio, piombo, alluminio) e sostanze come l'alcol, la nicotina, i gas di scarico, i rifiuti industriali, i pesticidi, gli erbicidi, gli additivi alimentari, i solventi, i farmaci e le sostanze voluttuarie.

### **Le TOSSINE ENDOGENE**

si trovano nel corpo e sono sostanze di scarto derivanti dai processi metabolici di milioni di cellule o sottoprodotti di organismi nocivi e patogeni assorbiti a livello intestinale. Se mal digeriti, gli alimenti possono rappresentare infatti il carburante per la crescita di lieviti, batteri ostili e altri organismi che proliferano nell'apparato digerente.

Le tossine sono SOSTANZE TOSSICHE in grado di esercitare un'azione dannosa per la salute e per questo sono gestite dal corpo umano in modo da essere allontanate dai centri vitali (gli organi) e rese inerti.

**Gestire le tossine con una buona e costante DETOSSINAZIONE non è soltanto una questione estetica ma, in senso ancora più ampio, anche di salute.**

# COSA SIGNIFICA DETOSSINARE?



**AROSHA**  
AESTHETIC SCIENCE

La DETOSSINAZIONE consiste nello stimolare un processo di filtrazione dei liquidi "umorali" con conseguente eliminazione delle tossine attraverso i diversi organi emuntori, ossia, tutti quegli organi implicati nei processi di disintossicazione dell'organismo, come il fegato, l'intestino, i reni, i polmoni e la pelle.

## **IL NOSTRO ORGANISMO POSSIEDE INFATTI DIVERSI MECCANISMI DI PROTEZIONE DALLE TOSSINE:**

- L'integrità degli epitelii
- Le secrezioni digestive
- Il sistema immunitario che sorveglia la presenza di sostanze estranee all'organismo
- I vari sistemi enzimatici che consentono l'eliminazione delle tossine attraverso il sudore, la respirazione, la bile, l'urina e le feci

Spesso la capacità difensiva di questi meccanismi protettivi è compromessa dall'eccessivo carico tossico. Assistiamo, quindi, ad un aumento drammatico delle sostanze tossiche circolanti con conseguente alterazione dei meccanismi fisiologici di detossicazione, arrecando danni ai tessuti e al Dna.



PERCHÈ È  
NECESSARIO  
DETOSSINARE?

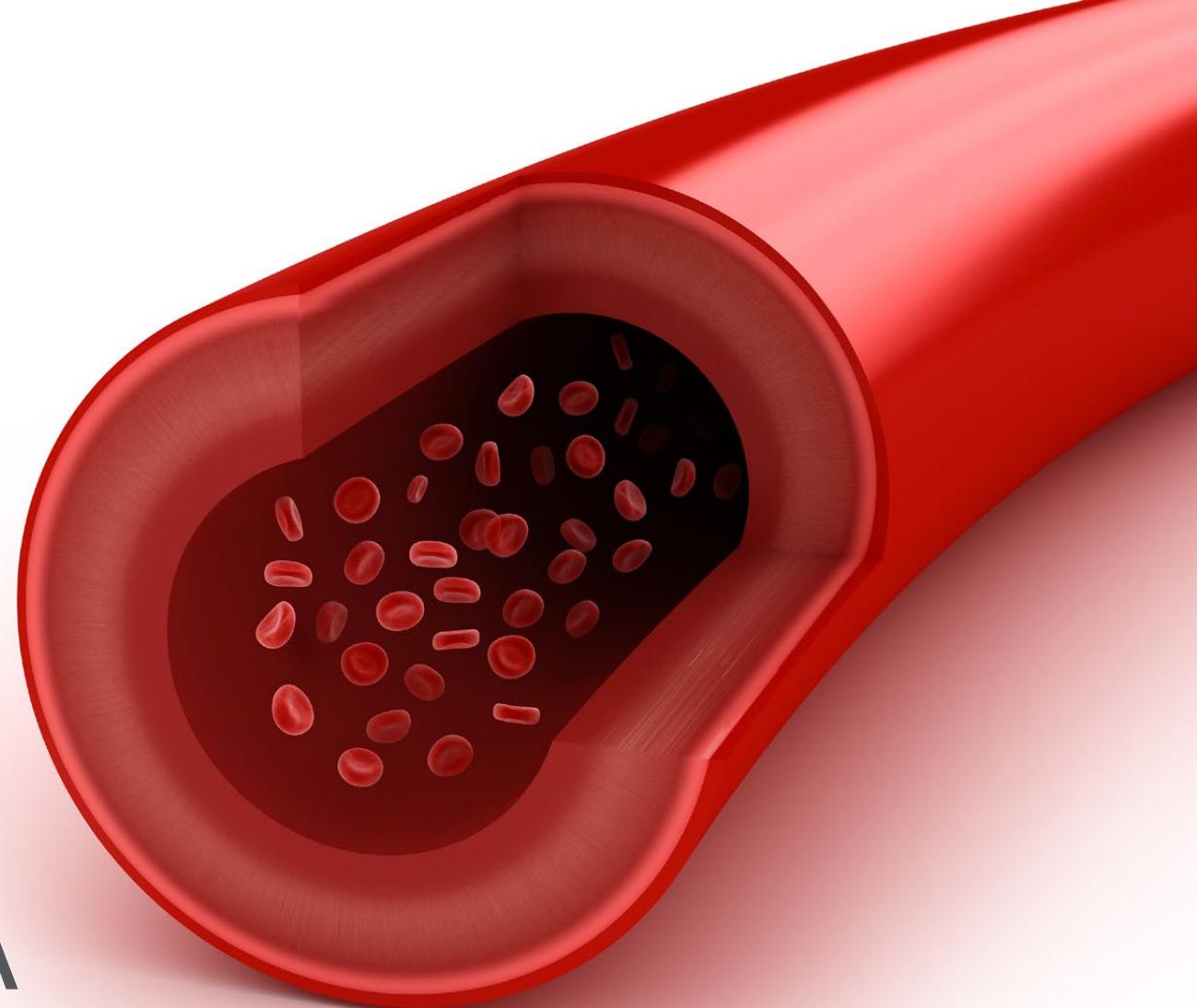
Quando la quantità di TOSSINE è in ESUBERO rispetto alla capacità che ha il nostro organismo di smaltirle grazie ai nostri organi emuntori, esse rimangono in circolo, depositandosi (soprattutto le tossine liposolubili) nel tessuto adiposo ma anche in altri organi (cervello, reni, sistema immunitario); in questo modo **rallentano fortemente le funzioni del nostro organismo.**

La PELLE come organo emuntore trattiene moltissime tossine, in quanto l'ipoderma è costituito da cellule la cui specializzazione è quella di essere dei "magazzini". In questo modo, l'apparato tegumentario libera dalle tossine organi vitali come il cuore, i polmoni, il fegato, la cui sopravvivenza sarebbe minata se costantemente attorniati da queste.

C'è da sottolineare, però, che un'eccessiva intossicazione dell'organo tegumentario, in base alle predisposizioni soggettive, potrà causare altri inestetismi molto comuni quali CELLULITE E PELLE A BUCCIA D'ARANCIA, RITENZIONE IDRICA, INVECCHIAMENTO PRECOCE, COUPEROSE, SECchezza CUTANEA, ecc.

**È per questi motivi che ci si dovrebbe sottoporre con regolarità ad un ciclo di trattamenti specifici DETOSSINANTI volti a stimolare contemporaneamente le principali vie di eliminazione ed aiutare così il corpo nella sua azione quotidiana di depurazione.**

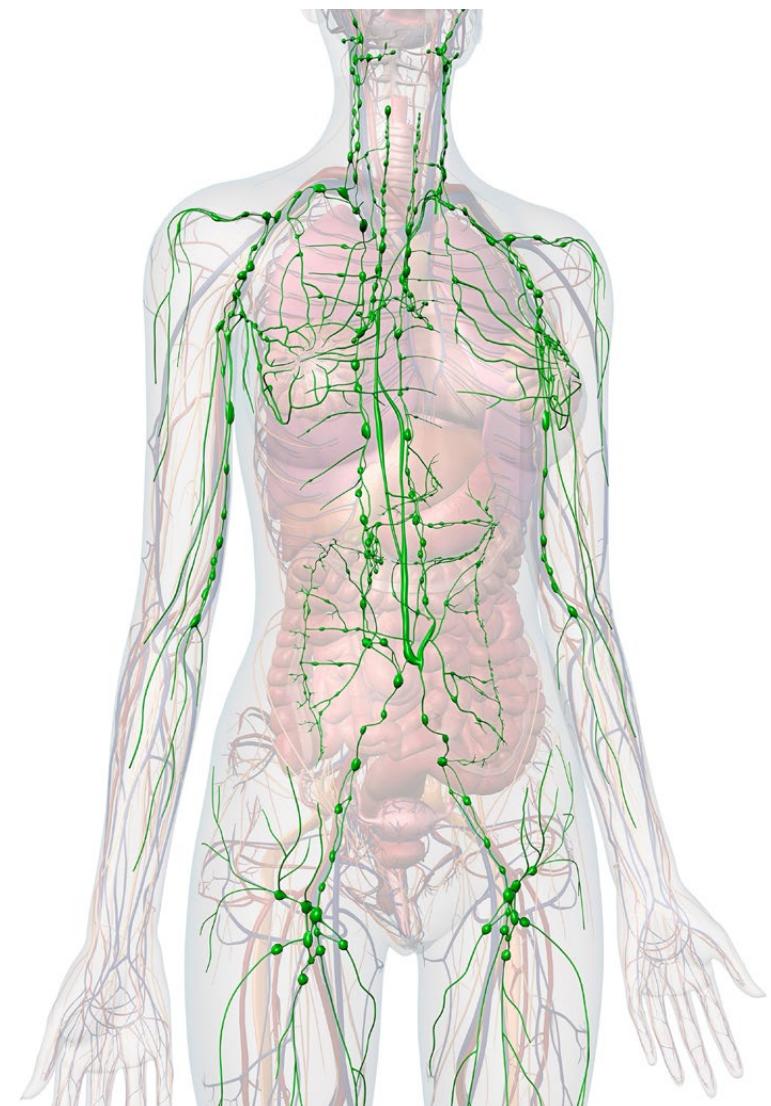
QUAL É LA  
CORRELAZIONE TRA  
MICROCIRCOLAZIONE  
E TOSSINE?

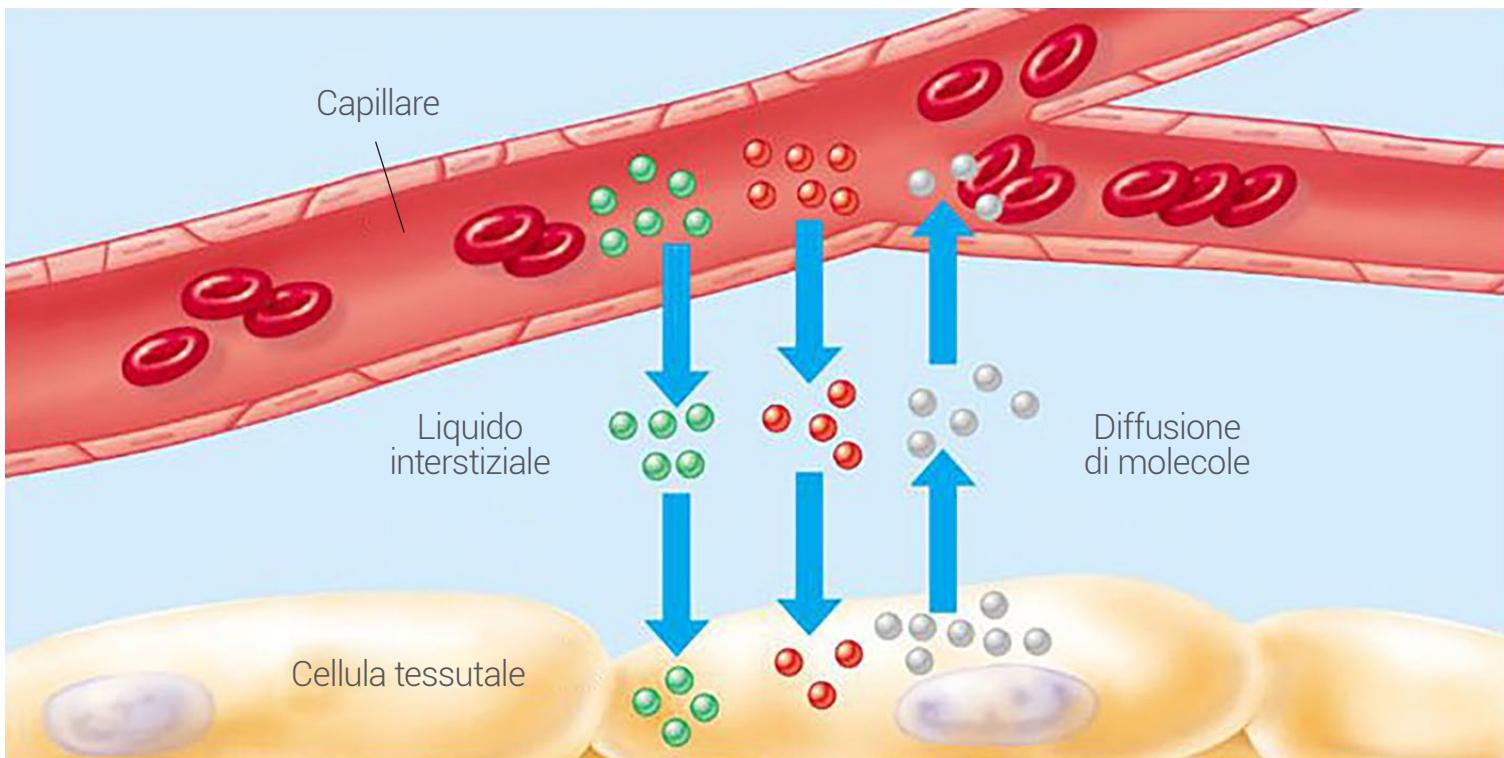


## Il SISTEMA LINFATICO

anche noto come "microcircolo", come il sistema cardio-vascolare, è formato da un sistema di vasi chiuso (capillari, vasi, gangli) che nasce a fondo cieco. Il suo compito principale è quello di raccogliere attraverso la linfa tutti i materiali di scarto del metabolismo cellulare (le tossine) provenienti dai vari tessuti e successivamente, tramite i tronchi linfatici, di riversali nel sangue venoso per poi essere trasportati agli organi emuntori, soprattutto i reni.

**La LINFA**, al contrario del sangue, non ha una pompa che le garantisce il movimento, ma questo viene favorito dalla pressione capillare esercitata attraverso l'attività motoria. Facendo attività fisica aerobica di basso impatto, come la camminata, l'attività muscolare funziona da pompa per il sangue venoso e la linfa. Contraendosi i muscoli esercitano una pressione sui capillari e sui vasi linfatici e venosi, una vera compressione che favorisce lo spostamento della linfa e la risalita del sangue venoso verso il cuore.





I due sistemi, venoso e linfatico, sono quindi strettamente interconnessi tra loro e, nel caso si presenti qualche anomalia, i liquidi possono ristagnare provocando da una parte gonfiore ed edemi dei tessuti molli definibili come RITENZIONE IDRICA e dall'altra l'ACCUMULO DI TOSSINE E METABOLITI NEGLI SPAZI EXTRACELLULARI.



QUAL É IL RUOLO  
DELL'OSSIGENAZIONE?

Il corretto funzionamento del sistema linfatico è anche fondamentale per garantire gli scambi tra il plasma e il liquido interstiziale e quindi, conseguentemente, per garantire la corretta OSSIGENAZIONE delle cellule e dei tessuti nonché l'apporto di tutti gli elementi necessari al loro sostentamento.

Ricordiamo che le arterie sono i vasi sanguigni che dal cuore vanno verso i tessuti dove si riducono progressivamente di diametro fino a diventare capillari. I capillari presentano pareti molto sottili con la presenza o meno di pori per permettere lo scambio, prevalentemente per diffusione semplice, di acqua, gas e soluti dal plasma al liquido interstiziale.

**Il meccanismo della diffusione diviene meno efficiente in presenza di EDEMA perché l'elevata quantità di liquido interstiziale aumenta la distanza tra i tessuti ed il capillare, motivo per il quale è fondamentale assicurare il corretto funzionamento del microcircolo e impedire il ristagno di liquidi.**



L'OSSIGENO è un elemento essenziale per il nostro organismo, viene trasportato dall'aria respirata alle cellule del corpo dove è utilizzato per i PROCESSI METABOLICI. Inoltre, la sua mancanza porta ad un ANOMALO ACCUMULO DI SCORIE METABOLICHE all'interno del corpo; questo accade perché le cellule ottengono energia dal cibo attraverso la respirazione cellulare che consiste in una serie di reazioni che terminano con la formazione di energia sotto forma di ATP (adenosina trifosfato).

**Senza un adeguato apporto di ossigeno si ha una carente produzione di energia per cui non saranno più eliminate in modo efficace le SCORIE METABOLICHE e le TOSSINE AMBIENTALI dall'organismo.**

THANK  
YOU  
WE  
CARE  
FOR  
YOU

**AROSHA**  
AESTHETIC SCIENCE

[AROSHA.IT](http://AROSHA.IT)