

PREVENZIONE REALE E RIMEDI NATURALI



Le vaccinazioni sono un violento attacco chimico e artificiale che indebolisce il sistema immunitario del neonato. E per di più non eliminano il rischio di ammalarsi. Solo l'immunità naturale è certa e garantita per tutta la vita. Un sano e forte sistema immunitario può far fronte a tutte le situazioni che quotidianamente il nostro corpo affronta. Per fare dunque vera prevenzione e rafforzare il sistema immunitario in modo naturale le azioni più importanti sono:

1

PARTO NATURALE PER VIA VAGINALE.

È il modo più sano e sicuro per nascere, per la mamma e per il neonato (evitare il parto cesareo o indotto con farmaci). Per il neonato uscire dalla placenta attraverso il canale vaginale è fondamentale perché qui trova l'ambiente ideale per il suo primo incontro con i batteri. È importante ritardare (da molti minuti a 2 ore) il taglio del cordone ombelicale per favorire il passaggio di tutto il sangue dalla placenta al neonato.

ALIMENTAZIONE SANA E NATURALE, INTEGRALE E BIOLOGICA, LOCALE E DI STAGIONE.

L'alimentazione prevalentemente vegetale a base di verdure e legumi, cereali e frutta con piccole quantità di cibo animale è la miglior forma di prevenzione per tutta la vita. Da evitare bevande, dolci e alimenti industriali raffinati e artificiali.

2

APPENA NATO TIENILO A LUNGO A CONTATTO CON LA TUA PELLE. ALLATTAMENTO AL SENO DA 6 MESI A 3 ANNI.

L'allattamento materno è di gran lunga la più importante misura di prevenzione offerta dalla natura per ogni tipo di malattia. Se il pediatra o il medico ti propongono di fare aggiunte al tuo latte preoccupati. Con gli opportuni accorgimenti e preparativi quasi tutte le mamme sono in grado di allattare al seno.



3

4

VIVERE ALCUNE ORE AL GIORNO ALL'ARIA APERTA, CAMMINARE, CORRERE E GIOCARE.

Queste sono attività fondamentali per la buona salute di tutti, a partire dai più piccoli.

