

Presentazione

La Nutrizione e la tua Mente è un libro pioneristico nel campo della psicochimica, una scienza in evoluzione che imputa disordini mentali ed emotivi, al malfunzionamento del metabolismo intermedio del corpo.

Nei suoi vent'anni di ricerca, Watson ha salvato dal ricovero presso istituti psichiatrici, schizofrenici senza speranza, attraverso un riordino alimentare e l'uso di terapie con vitamine e minerali; ha recuperato completamente la salute mentale di centinaia di pazienti che erano stati sottoposti a psicoterapia o a protocolli medici standard, senza averne tratto alcun giovamento.

Ha curato casi apparentemente irrisolvibili di grave depressione, come avvelenamenti da sostanze tossiche di uso domestico quali la naftalina; ha scoperto, a volte accidentalmente, che correggere disturbi del sonno, o modificare la propria alimentazione o reintegrare anche una sola vitamina con un dosaggio superiore al fabbisogno giornaliero, risolvevano ciò che poteva sembrare una malattia mentale.

Al contrario dei terapeuti, Watson crede che tanti comportamenti mentali disordinati non hanno affatto un "senso" o una "motivazione", ma semplicemente sono frutto di un sistema nervoso esausto, di un cervello denutrito, di una allergia ignota, di una assurda dieta dimagrante, di un malfunzionamento dell'organismo, o di un qualsiasi altro problema fisico, a nessuno dei quali la psicoterapia è in grado di rispondere.

Abitudini alimentari e di vita sbagliate possono indebolire l'organismo al punto da renderlo incapace di utilizzare al meglio i nutrienti.

Attraverso la lettura del testo si possono scoprire metodiche innovative che potranno essere di aiuto sia ai medici che ai loro pazienti evitando talvolta di dover ricorrere a terapie farmacologiche spesso invasive e tossiche.

Informazioni editoriali

- Titolo: La Nutrizione e la Tua Mente. La risposta psicosomatica. George Watson
- Autore: a cura di Rizzo Carmelo
- Data di uscita: 2017
- Pagine: 183
- Copertina: morbida
- Editore: M.I.R. EDIZIONI

Dove trovarlo

Nelle principali librerie

Con ordine diretto all'editore M.I.R. Edizioni

Ordine on line su www.ilgiardinodeilibri.it