

**“vuoi smettere di fumare in una sola seduta di un’ora?”  
innovativa tecnologia irlandese:  
rapida, efficace, naturale.**

**IQS Center Lugano, Piazzetta San Rocco 2  
CH 6900 LUGANO - Tel. 0041 91 970 17 39**

**www.naturopatia.ch**



## ORIGINI DEL METODO “IQS”

L'idea di trasformare in un sistema franchising il metodo “IQS” nasce nell'anno 2001 quando un team di professionisti, dopo aver sperimentato sotto tutti i punti di vista (commerciale, tecnico, marketing e medico scientifico) questo innovativo programma per sconfiggere la dipendenza da tabacco decide di lanciare la sua idea nel mercato internazionale.

Anni di sperimentazioni e successi nella realtà italiana hanno visto coinvolti i professionisti del “team” nella commercializzazione di oltre 300 apparecchiature antitabacco e conseguentemente nella creazione di un replicabile “SISTEMA” per portare in business l'idea di un network di centri antifumo.

Nell'aprile 2002 nasce Quit Smoking International che in collaborazione con managers e partners internazionali inizia la sua missione per far smettere di fumare il mondo intero!

Oggi la realtà IQS vede coinvolti nel suo Network importanti partner provenienti da tutto il mondo (Europa, Nord America, Sud America, Asia) che in sinergia con il team dei “precursori” stanno efficacemente sviluppando il Sistema IQS in diversi Paesi.

L'esperienza internazionale del management di “IQS” permette di offrire la possibilità di dividere con noi una vera e propria missione: con la nostra esperienza aiutiamo il MONDO a smettere di fumare.

Tutti sanno degli spaventosi danni causati dal fumo, e chiunque sa che tale vizio provoca il cancro ai polmoni e diverse altre malattie gravi.

Ogni fumatore sa inoltre quale dipendenza crei la sigaretta e quanto difficile sia rinunciare a quella che è una compagna di vita, nella buona e nella cattiva sorte (quest'ultima non di rado è una conseguenza di tale “compagnia”), facendo affidamento solo sulla propria forza di volontà: per questo i fumatori hanno bisogno di aiuto per smettere! Il fumo colpisce tutti gli strati sociali, tutte le popolazioni e, fatto ancor più preoccupante, la nostra gioventù. A causa dei danni alla salute e delle conseguenti cure ospedaliere, le spese mediche legate al fumo di sigaretta hanno raggiunto una dimensione enorme. Statistiche confermano che il fumo (e quindi le malattie fumo correlate) sono la prima causa di morte nei paesi industrializzati.

Il Metodo IQS è la più moderna e tecnologica applicazione del principio della auricoloterapia (branchia della riflessologia) attraverso un sofisticato apparato elettronico denominato RISE (Reflection Instrument Scanning Electro-pulse) nato proprio nei laboratori IQS.

La millenaria esperienza della medicina orientale ci insegna che l'organismo umano è attraversato da meridiani che collegano milioni di punti, distribuiti in tutto l'organismo, ai nostri organi vitali e centri nervosi.

Attraverso mirate e calibrate elettro-stimolazioni in precisi punti del nostro corpo è possibile, in maniera del tutto naturale e non invasiva, intervenire nella cura di moltissime patologie.

L'auricoloterapia è una branca della riflessologia, specializzata nell'individuazione e stimolazione di punti collocati sui padiglioni auricolari per curare affezioni ad organi collegati da meridiani proprio ai padiglioni auricolari.

Il team IQS ha per anni studiato e sperimentato la specifica applicazione al problema fumo, arrivando ad oggi a poter garantire sino 90% di risultati positivi attraverso l'applicazione del suo protocollo. Il programma IQS si avvale di 4 fasi fondamentali che consistono nel colloquio psicologico, trattamento di auricoloterapia effettuato con il Rise Device, l'utilizzo dei prodotti fitoterapici IQS e il follow up del cliente sino a 6 mesi dall'effettuazione del trattamento.

L'obiettivo del Sistema IQS è l'erogazione di un servizio che consente di smettere di fumare a individui privati con motivazione di abbandonare il vizio del fumo. Il colloquio psicologico è pertanto una fase fondamentale per la buona riuscita del programma IQS. In questa fase il terapeuta può individuare le reali motivazioni psicologiche che hanno portato il fumatore ad iniziare il “vizio” e che continuano a tenerlo legato ad esso. Partendo dal presupposto che il 90% dei fumatori vorrebbe smettere di fumare, ma ha paura di soffrire (fisicamente e psicologicamente) nell'abbandonare questa abitudine.

Egli dovrà capire che la sigaretta non è una cara amica, ma semplicemente un pericolosissimo attivatore tumorale e che con un pizzico di collaborazione con gli esperti IQS sarà semplice abbandonare il vizio. Con una nuova impostazione mentale e una reale visione di che cosa è in realtà la sigaretta, il fumatore si renderà conto che non è difficile o complicato smettere. Durante il colloquio percepiremo molta diffidenza poiché il fumatore ha sempre paura di provare a smettere per non doversi sentire un “perdente” nell'ipotesi in cui non riesca nel suo obiettivo.

Rassicuriamo il nostro cliente perché IQS è una scelta definitiva, semplice e di facile applicazione. Il trattamento eseguito con il RISE Device toglierà la dipendenza fisica (e quindi le crisi di astinenza) del fumatore; egli non dovrà pertanto soffrire e combattere con il proprio fisico.

Il trattamento effettuato con il RISE Device richiede in impegno di tempo la cui durata può variare da un minimo di 20 minuti ad un massimo di 60; la durata dell'elettrostimolazione è calcolata dal software NoSmoke in relazione alle caratteristiche personali del soggetto, pertanto il tempo è diverso da individuo a individuo.

Il trattamento è completamente indolore; può essere sopportato da qualsiasi persona perché la stimolazione viene percepita lievemente senza disturbo eccessivo. In alcuni casi, se il soggetto è particolarmente sensibile ed emotivo, è possibile, intervenendo manualmente sul software del POD, ridurre durante il trattamento l'intensità della stimolazione al fine di ridurre il disturbo che in taluni casi può essere sovrapposto e confuso con la soglia di dolore.

L'Operatore del Centro prima di iniziare il trattamento deve istruire l'apparecchiatura RISE perché essa possa elaborare e quindi predisporre un modello esecutivo di trattamento attraverso l'immissione dei dati personali (età, sesso, etc.), quindi deve informare il RISE delle abitudini relative al vizio (numero degli anni da fumatore, numero di sigarette fumate al giorno, tipo di tabacco), deve effettuare i test per il controllo della possibilità e disponibilità a voler smettere (test di dipendenza fisica o Fagerstrom test) e dalla dipendenza da fumo (test di dipendenza psicologica).

Il RISE Device contiene un programma di elaborazione dati in grado di determinare il miglior percorso di stimolazione con i parametri specifici più efficaci, punto per punto, in termini di tempo frequenza e intensità di corrente di elettro-stimolazione.



La corrente di stimolazione sui punti “riflessi” dei padiglioni auricolari del cliente viene generata attraverso uno speciale puntale a raggi infrarossi chiamato POD, la cui estremità consiste in una micro sfera in oro.

L'operatore stimola quindi attraverso il POD i punti riflessi dei padiglioni auricolari del cliente che starà comodamente sdraiato su di una poltrona.

L'elettrostimolazione effettuata con il RISE Device provoca anche un'azione coadiuvante ad uno speciale micro massaggio capace di disgregare le patine di veleni del tabacco accumulate sopra gli organi dopo innumerevoli anni di vizio, ed aumenta la produzione delle endorfine nell'organismo che andranno a “coprire” le molecole di nicotina e i ricettori interessati alla dipendenza tabagica presenti nell'organismo, evitando che gli stessi creino nel cliente il desiderio di introdurre nuova nicotina nel corpo e quindi di fumare.

Nei giorni successivi il metabolismo prevede l'eliminazione delle tossine attraverso le urine, che potranno per questo motivo essere più scure e torbide.

Con il Metodo I QUIT SMOKING il fumatore non soffre di crisi di astinenza da nicotina poiché non la desidera, quindi vive in una condizione non stressante e senza rischi di fastidiosi effetti collaterali come, ad esempio, il desiderio di mangiare di più.



**Siamo volentieri a vostra disposizione per domande e informazioni al no. di telefono**

**091 970 17 39**

**Centro IQS Lugano, Susanna Waldvogel  
naturopata con app. cantonale**



## ALLERGIA O INTOLLERANZA ALIMENTARE?

Questa è una domanda che mi viene spesso rivolta nel mio studio, i pazienti sono spesso confusi da informazioni parziali. In questo articolo sarà mia premura fare un po' di ordine.

Già nell'antichità medici come Ippocrate (460-370 A.C.) e Galeno (131-210 D.C.) curavano l'allergia alimentare. Attualmente il problema ha una maggiore rilevanza anche a causa della progressiva diminuzione degli allattati al seno e l'inizio parallelo delle produzioni di latte animale per l'alimentazione del bambino.



Le manifestazioni di allergia e intolleranza agli alimenti sono state osservate con maggiore frequenza nei paesi a più elevato tenore di vita in conseguenza al maggiore uso di alimenti di produzione industriale.

L'allergia alimentare rappresenta l'effetto che hanno sul nostro organismo le sostanze contenute nei cibi che fanno parte della nostra dieta abituale, compresi quegli alimenti che assumiamo occasionalmente.

Parlare di allergia significa parlare di una sintomatologia scatenata entro **pochi minuti** dall'assunzione di un determinato alimento o gruppo di alimenti (da 2-3 minuti a 30-120 minuti), la quale mette in azione il nostro sistema immunitario.

L'allergia alimentare è mediata **immunologicamente** e i sintomi sono scatenati dall'assunzione anche di piccole quantità dell'alimento responsabile.

L'**Intolleranza alimentare** invece agisce in relazione alla **quantità** di alimenti non tollerati ingeriti e con un fenomeno di accumulo di cosiddette “tossine” nell'organismo, tale fenomeno determina l'insorgere di sintomi spesso sovrapponibili a quelli delle allergie, ma che se ne differenziano in quanto non interessano il sistema immunitario.

Per migliorare il gusto, l'aspetto e la conservazione dei cibi, questi vengono addizionati con sostanze particolari (conservanti, coloranti, antiossidanti, sapidificanti, meglio conosciuti come numeri E).

Le sostanze aggiunte (additivi), come pure gli alimenti stessi possono essere causa di manifestazioni a carico sia degli organi interni, per esempio a livello dell'**intestino** ed anche all'esterno a carico della **pelle**.

Uno dei cambiamenti che assumono maggiore importanza è rappresentato dalla minore incidenza della **frequenza dell'allattamento al seno materno**: infatti sostituire il latte materno con altro latte di origine animale o vegetale, proprio perché nei primi mesi di vita l'apparato gastroenterico del neonato non ha ancora raggiunto la sua piena maturità funzionale, può creare le premesse per una sensibilizzazione nei confronti di antigeni alimentari. Riveste particolare interesse per la notevole diffusione tra i bambini piccoli, per i quadri anche seri di eczema che può presentare, per il grado di allergizzazione alimentare che sempre più frequentemente è dimostrabile in questi bambini (livelli elevati di IgE totali e specifiche a vari allergeni). Questa patologia è notevolmente in aumento negli ultimi anni. La sintomatologia può essere scatenata alla prima ingestione di un alimento specifico assunto dalla madre durante la gravidanza per l'effettiva possibilità di sensibilizzazione durante la vita fetale o può essere scatenata attraverso il latte materno dall'assunzione di alimenti a cui il piccolo allattato al seno è allergico.



Qualsiasi reazione indesiderata scatenata dall'ingestione di uno o più alimenti, può essere definita come **intolleranza alimentare**: in questo caso la reazione è riproducibile ed è **dose-dipendente**; inoltre, si differenzia dall'allergia alimentare, in quanto essa non passa attraverso meccanismi immunologici.

Le intolleranze possono dipendere sia da un difetto enzimatico che dall'azione, in individui predisposti, di alcune sostanze ad attività chimica presenti a volte negli alimenti oppure prodotte dall'intestino a partire dagli alimenti stessi.

Nel primo caso parleremo di **intolleranze enzimatiche**, mentre nel secondo caso parleremo di intolleranze chimiche.

Si differenziano dunque dalle reazioni allergiche per il loro meccanismo d'azione che è non immunologico. Molti alimenti possono dar luogo a reazioni pseudoallergiche perché ricchi di **istamina** o tiramina o perché contenenti sostanze **istamino liberatrici**. Alimenti ricchi in istamina e/o tiramina sono in ordine di contenuto:

Formaggi fermentati	Fegato di maiale	Sardine
Formaggi Stagionati		
Salmon	Pomodori	Spinaci
Aringhe	Tonno	Acciughe
Insaccati	Bevande fermentate	Sgombro

Alimenti contenenti sostanze istamino liberatrici sono:

Pomodori	Fragole	Crostacei e frutti di mare
Albume d'uovo	Cioccolato	Alcuni tipi di pesce ed alimenti in scatola

Molti altri fattori sono in grado di provocare sindromi pseudoallergiche: **additivi, sostanze inalate (tabacco, miceti, polveri di legni, fibre di cotone, lino, canapa, polveri minerali), agenti fisici, fattori neuropsichici, foci infettivi o parassitari, veleni**

Il trattamento naturopatico consisterà quindi, oltre alla sospensione degli alimenti incriminati, nel:

- rimuovere i fattori predisponenti
- trattamento costituzionale di fondo
- trattamento drenante e antiossidante
- supplemento nutrizionale.

Dopo il periodo di astinenza agli alimenti risultati positivi, questi vengono reintrodotti nella dieta con molta cautela e seguendo un determinato schema. In futuro potranno essere assunti due, tre volte a settimana per evitare ricadute.

La prevenzione è sicuramente la miglior cura: la consapevolezza interiore che “noi siamo quello che mangiamo” e che solo seguendo una corretta alimentazione possiamo raggiungere uno stato di vero benessere psico-fisico.



### Susanna Waldvogel

**Naturopata con app.cantonale Socio A ATNT-SGBT-VKH**

**Piazzetta San Rocco, 2 - 6900 LUGANO - Tel./fax 091 970 1739, cell. 078 647 92 83**

**[www.naturopatia.ch](http://www.naturopatia.ch) e-mail [su\\_waldvogel@bluewin.ch](mailto:su_waldvogel@bluewin.ch)**



#### Studio di Naturopatia

Terapia del Campo Vitale - Biorisonanza

- Drenaggio delle allergie
- Intolleranze alimentari
- Malattie della pelle, micosi
- Traumi sportivi
- Terapia del dolore

#### Omeopatia Classica

- Malattie croniche e acute, bambini e adulti

#### Isopatia

- Microscopio a fondo scuro per diagnosi

#### Omotossicologia secondo Reckeweg

- Eliminazione delle tossine e ripristino della matrice

#### Cromopuntura

- Disturbi ormonali
- Disturbi del sonno
- Disturbi nervosi