

Il bicarbonato di sodio



INTRODUZIONE

- Cos'è il bicarbonato di sodio? Il bicarbonato di sodio è un composto chimico presente in natura, ma può essere prodotto anche a livello industriale. In natura, oltre che frequentemente disciolto nelle acque superficiali e sotterranee, è presente raramente come minerale, generalmente sotto forma di efflorescenze, incrostazioni e masse concrezionate. Si rinviene come nahcolite (NaHCO_3) o come componente secondario del natron.



Il bicarbonato utilizzato nell'igiene

Se si consuma un bicchiere con il bicarbonato, può essere utile per eliminare lo sviluppo di calcoli renali



Viene spesso diluito nell'acqua con il limone perché aiuta ad eliminare il gonfiore di stomaco, dopo un pasto abbondante e non digerito bene

Viene usato nel trattamento di alcune patologie come bruciore di stomaco, gastrite, artrite, osteoporosi, cancro, diabete.



- Ha anche questa caratteristica:
- Consente all'ossigeno di espandersi tutto il corpo.

- Esteticamente viene usato per sbiancare i denti.



- Alcuni usano il bicarbonato sciolto con acqua tiepida e limone mescolato al mattino a digiuno per perdere peso

Per la verdura vi basterà mettere in ammollo, per 10 minuti, gli alimenti da pulire. Per ogni litro di acqua aggiungete un cucchiaino di bicarbonato non aggiungete troppo perché poi può influire nel gusto della verdura. Dopo scolatele e sciacquatele sotto l'acqua corrente finché non si toglierà tutto il bicarbonato da sopra la verdura così sarà pulita e disinfettata senza nessun batterio che può causare veri e propri danni.



Il bicarbonato in cucina

Il bicarbonato di sodio in cucina è essenziale. Stiamo parlando di un elemento imprescindibile, in grado di risolvere molti problemi e di essere impiegato in molteplici modi.

La sua forza è la versatilità.

Il bicarbonato di sodio purissimo Solvay, per esempio, è ideale per pulire e trattare frutta e verdura.

Per i frutti la stessa cosa a parte per i frutti senza buccia, perché tendono ad assorbire molta più acqua e possono influire il sapore della frutta per esempio le fragole, con questa procedura assorbono molta acqua e tendono a perdere molto sapore



Per ottenere un efficacissimo detergente naturale per la pulizia del forno è sufficiente una tazza di sale, una di bicarbonato di sodio e una di acqua. Si pulisce stendendo i tre ingredienti su tutta la superficie del forno e lasciare agire per un'ora, dopodiché con un panno si elimina l'eccesso.



Il bicarbonato di sodio non è un agente lievitante, ma favorisce semplicemente la lievitazione rendendo i dolci più soffici. Ad esso va aggiunto sempre un ingrediente acido, in grado di produrre anidride carbonica, come: aceto, limone o yogurt. Il motivo è semplice: a contatto con sostanze acide e acquose o se riscaldato, libera anidride carbonica nell'impasto, aumentandone il volume. Può anche essere usato sulla panificazione.



L'aggiunta di bicarbonato in acqua ci consente di ottenere dei legumi più morbidi e digeribili dopo la fase di ammollo, ed anche in questo caso ne basta una punta. Dopo aver atteso il giusto tempo di ammollo (anche una notte intera), i legumi vanno risciacquati e messi in pentola, procedendo alla cottura regolare; come detto, c'è chi aggiunge un pizzico di bicarbonato anche all'acqua di cottura di ceci o fagioli per renderli più digeribili e morbidi.



L'uso del bicarbonato di sodio in varie malattie.

Uno degli usi del bicarbonato di sodio è aiutare il trattamento di alcune malattie come cancro, gastrite, diabete, artrite, ecc...



IL BICARBONATO CONTRO IL CANCRO

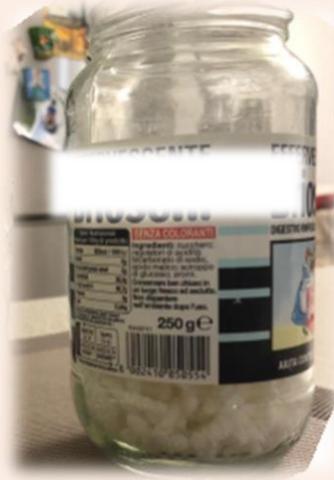
È stata studiata la somministrazione orale di bicarbonato di sodio in topi con cancro alla mammella, intrapresa allo scopo di aumentare il pH sistemico e ridurre conseguentemente l'acidità periferica del tumore; I risultati sono stati positivi e dopo l'utilizzo del bicarbonato di sodio è avvenuta una moderazione della formazione di metastasi spontanee originante dal cancro al seno delle cavie. La terapia **NON** ha diminuito il relativo numero di cellule tumorali circolanti all'interno del torrente linfatico stesso.

BICARBONATO DI SODIO CONTRO LA GASTRITE

Il bicarbonato serve per aumentare il pH dello stomaco e rendere quindi meno acido l'ambiente gastrico; di conseguenza, si ridurrà la sensazione di bruciore proteggendo la mucosa gastrica dall'eccessiva acidità. Si consiglia di sciogliere un cucchiaino di bicarbonato in un po' d'acqua e bere il tutto.

PROCEDIMENTO CONTRO LA GASTRITE

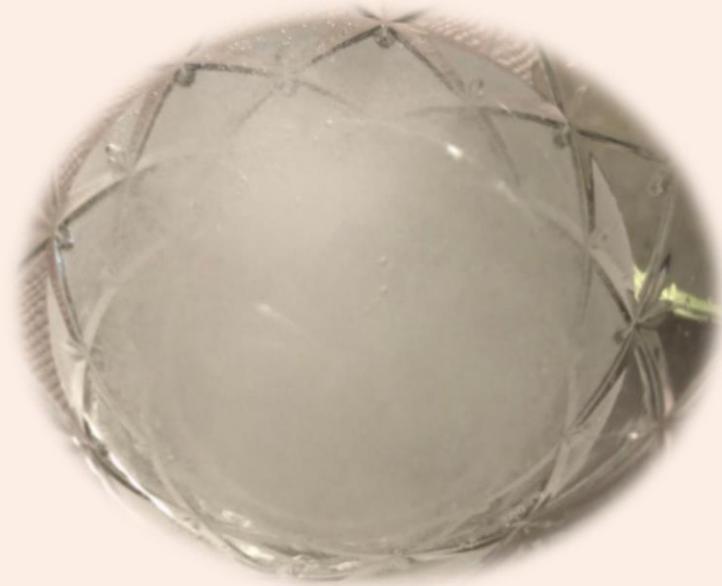
Prendiamo
acqua e
bicarbonato



Il bicarbonato si
scioglie nell'acqua



LA CURA È PRONTA



Effetti collaterali del bicarbonato di sodio



L'assunzione di bicarbonato di sodio provoca l'insorgenza di vari effetti collaterali, tra cui: crampi allo stomaco, flatulenza, distensione addominale, difficoltà a respirare, aumento della pressione arteriosa, eccessiva ritenzione idrica ed edema polmonare. L'uso di bicarbonato di sodio è sconsigliato per chi soffre di scompenso cardiaco congestizio, insufficienza renale grave, pressione alta e per chi si sta sottoponendo a cure a base di farmaci corticosteroidi o corticotropinici.

• Flatulenza

La flatulenza consiste nell'emissione di gas intestinali generati dalla non corretta digestione dei cibi nella parte dell'intestino chiamata colon.



• Ritenzione idrica

Si ha ritenzione idrica quando i tessuti dell'organismo tendono a trattenere i fluidi provocando gonfiori spesso associati a dolori, aumento improvviso del peso o fluttuazioni innaturali del peso e rigidità delle articolazioni.

In genere la ritenzione idrica è localizzata in un'area circoscritta dell'organismo. Si parla di ritenzione idrica generalizzata, invece, quando riguarda l'intero organismo.

Crampi allo stomaco

Generalmente il bicarbonato di sodio è utilizzato per diminuire l'acidità di stomaco. Esso, infatti, sciolto in acqua, forma una soluzione basica in grado di tamponare l'acido gastrico e di migliorare così il bruciore di stomaco. La sua assunzione occasionale e in piccole quantità non è pericolosa per la salute.



Edema polmonare

L'accumulo di fluidi nei polmoni alla base dell'edema polmonare richiede un intervento immediato per evitare gravi complicazioni. Se non trattato può infatti portare all'aumento della pressione nell'arteria polmonare e, in alcuni casi, a una sofferenza del ventricolo destro del cuore. L'aumento di pressione si ripercuote sull'atrio destro e, di conseguenza, su diverse parti del corpo, portando a gonfiori addominali e a livello delle gambe, accumulo di liquidi intorno ai polmoni e congestione e gonfiori del fegato.

Bicarbonato di sodio in lavatrice

Vediamo come si può usare in lavatrice, però il bicarbonato non è adatto per alcuni tessuti come la lana e la seta, ha potenti capacità assorbenti, ed elimina i cattivi odori dai vestiti. Basta davvero una piccola quantità da aggiungere ad ogni lavaggio per notare la differenza. La dose più indicata è di circa 25 grammi, che corrispondono a un cucchiaino. Tra le innumerevoli proprietà del bicarbonato in lavatrice, troviamo quelle sbiancanti e pulenti, ottime per ridonare ai capi bianchi il loro candore originario. Il bicarbonato ha inoltre proprietà smacchianti.





Proprio per questo possiamo adoperarlo per trattare le macchie più difficili da rimuovere, come quelle d'olio e di sudore. Possiamo creare una semplicissima pasta con acqua e bicarbonato applicandola con un cucchiaino e massaggiando la zona, lasciando agire per qualche ora. Il bicarbonato è una soluzione basica, quindi non rimuove il calcare dalla lavatrice, ma può aiutarci a prevenire la sua comparsa e a salvaguardare la durata dell'elettrodomestico.



Istituto comprensivo Massimo Troisi