

Linea Sport

Amino Chain

Confezione da 200 gr
in polvere.

Il quantitativo
normalmente utilizzato
è di circa 1 gr ogni 10
kg di peso corporeo al
giorno.

INGREDIENTI

L-leucina, L-isoleucina,
L-valina, Sucrestere
monopalmitato,
Base aromatizzante,
Dolcificante.

Amino Chain è un integratore di aminoacidi a catena ramificata (L-leucina, L-isoleucina, L-valina) con un livello di purezza farmaceutico, prodotti da Ajinomoto (Giappone).

Gli aminoacidi a catena ramificata o B.C.A.A. (Branched Chain Amino Acids) costituiscono un terzo delle proteine dei muscoli e, a differenza di tutti gli altri aminoacidi, il loro metabolismo si svolge nel muscolo e non nel fegato, quindi, oltre a non essere un sovraccarico epatico, sono utilizzati per assicurare al fegato una buona capacità di sintesi delle proteine.

Essi sono detti "essenziali" perché devono essere assunti con la dieta, in quanto il nostro corpo non è in grado di sintetizzarli.

I B.C.A.A. durante e dopo un'attività fisica intensa e prolungata:

- vengono utilizzati a scopo energetico perché, trasformati in zucchero dal fegato (glucogenesi), consentono di risparmiare le riserve energetiche di glicogeno muscolare; con un conseguente miglioramento della resistenza allo sforzo;
- stimolano il sistema nervoso centrale perché contrastano il passaggio del triptofano, precursore della serotonina, al cervello, in modo da avere un'attività "tampone" verso l'acidosi metabolica; ostacolando l'appannamento mentale da affaticamento;
- hanno un effetto tampone sull'acido lattico;
- inducono la produzione di glutammina, importante aminoacido ad attività detossificante, la cui concentrazione diminuisce in seguito ad attività fisica intensa;
- promuovono un'azione anticatabolica ed anabolica, agevolando la sintesi proteica nei muscoli; quindi, assunti dopo l'allenamento accelerano il recupero muscolare.

Confezione da 200 grammi, in polvere.

- Il quantitativo normalmente utilizzato è di circa 1 gr ogni 10 kg di peso corporeo al giorno.

Informazioni Nutrizionali	x 100 g
Valore energetico	374 kcal 1590 kj
Proteine	assenti
Carboidrati	5,5 g
Grassi	assenti
L-leucina	44 g
L-isoleucina	22 g
L-valina	22 g

Antioxydant Formula

Confezione da 30 perle

Si consiglia l'assunzione di 1 perla al mattino per un ciclo di almeno 3 mesi

INGREDIENTI

Idrossicarbonato di magnesio, Vitamina C, Grassi di soia idrogenati, Grassi di soia parzialmente idrogenati, Selenito sodico secco, Tocoferoli naturali, Betacarotene 30% (Vitamina A), Pantotenato calcico (Vitamina B5), Piridossina cloridrato (Vitamina B6), Riboflavina, Gelatina alimentare, Glicerina USP, Coloranti: E150, Cerestar caramel 15745

Antioxydant Formula è un integratore alimentare antiossidante a base di vitamine e minerali che aiuta a combattere lo stress ossidativo causato dai radicali liberi.

Il dottor Denham Harman, dell'Università del Nebraska, ha avanzato per primo nel 1956 la teoria dei radicali liberi, secondo la quale con il passare degli anni questi frammenti di molecola si accumulerebbero e svolgerebbero una potente azione ossidante, dannosa per quasi tutti i costituenti dell'organismo.

I radicali liberi alterano la membrana cellulare provocando, quindi, una morte lenta della cellula; danneggiano l'ADN e l'ARN, necessari per la sintesi delle proteine e degli enzimi e infine degradano direttamente le proteine mediante un meccanismo denominato «cross linkage». Il deterioramento del collagene e dell'elastina, le proteine della pelle, si manifesta con la perdita di elasticità e con l'avvizzimento di quest'ultima. L'azione dei radicali liberi sui lipidi cutanei provoca inoltre la formazione della lipofuscina, il pigmento delle macchie da invecchiamento.

Ciò che si osserva a livello cutaneo è il riflesso di quanto avviene all'interno dell'organismo, i radicali liberi favoriscono pure il manifestarsi di numerosissime malattie degenerative.

In condizioni fisiologiche normali vi è uno stato di equilibrio tra la produzione endogena di radicali liberi e la loro neutralizzazione da parte dei meccanismi antiossidanti dell'organismo. Quando invece prevale la produzione di radicali, si viene a determinare un danno che a lungo andare procura una progressiva usura di corpo e mente. Numerosi studi sperimentali hanno dimostrato una correlazione tra produzione di radicali liberi e durata della vita.

È ormai certo che molte malattie comuni e dovute all'invecchiamento, quali arteriosclerosi, cataratta, morbo di Alzheimer, morbo di Parkinson, si associano ad una prevalenza dei sistemi ossidativi su quelli antiossidanti di difesa.

Tra le altre proprietà degli antiossidanti: stimolano il sistema immunitario, fluidificano il sangue, riducono la pressione sanguigna, sono antibatterici e anti virali.

Se i radicali liberi non vengono inattivati possono aggravare molti processi, tra cui quello della calvizie androgenetica.

I radicali liberi entrano in gioco costantemente, quando ad esempio camminiamo. Nell'attività fisica intensa aumentano addirittura di circa 50 volte!

Essi vengono tamponati efficacemente quando si è giovani ma con in tempo l'azione di eliminazione dei radicali liberi si fa meno efficace.

Quando prevale la produzione di radicali si viene a determinare un danno, definito stress ossidativo.

Una delle cause dell'invecchiamento è proprio lo stress ossidativo. Quindi, un organismo "stressato" non riesce a neutralizzare l'eccessivo livello di radicali liberi endogeni ed è così intossicato da queste sostanze che causano un enorme danno a diversi settori del corpo. Così, queste sostanze altamente reattive sono libere di attaccare e danneggiare irreversibilmente le nostre cellule.

Lo stress ossidativo viene favorito da numerosi fattori.

Tra i più comuni:

FATTORI CHIMICI: tutti i farmaci di sintesi chimica, le droghe, il fumo, l'alcool e tutte le sostanze inquinanti

FATTORI FISICI: radiazioni da bassa frequenza, rumore, radiazioni ultraviolette e ionizzanti, campi elettromagnetici, radio frequenze, microonde

FATTORI BIOLOGICI: vaccini, parassitosi, malattie infettive

FATTORI MENTALI: depressione, attacchi di panico, ansia, stress continuo

FATTORI NUTRIZIONALI: disturbi alimentari, errata alimentazione.

In caso di stress ossidativo si possono osservare precocemente: riduzione della memoria, riduzione della concentrazione, disturbi del sonno, diminuite capacità sessuali, capelli bianchi, calvizie, comparsa di rughe e macchie sulla pelle, diminuzione della massa muscolare ed aumento della massa grassa, riduzione della difesa immunitaria, aumento del rischio cardio vascolare, diminuzione di energia, stress con ansia e depressione.

Antioxydant Formula ha una particolare formulazione in perle oleose, forma galenica che permette di proteggere i principi attivi contenuti all'interno da ossidazione e luce. Le perle migliorano la biodisponibilità e la bioequivalenza di prodotti altrimenti poco solubili in acqua e di difficile assorbimento da parte di stomaco ed intestino. Una volta ingerita la capsula, la copertura si disfa immediatamente liberando la sospensione o la soluzione che contiene; questo permette il suo rapido assorbimento nel tratto gastro-intestinale e, quindi, il suo passaggio nel sistema sanguigno, accelerando l'effetto terapeutico che si persegue.

Antioxydant Formula è un integratore che agisce grazie alla sinergia di più elementi:

OLIO DI BORRAGINE (GLA 20%) una tra le rare fonti naturali di GLA: l'utilità di introdurre supplementi dietetici a base di acido gamma-linolenico deriva dal calo di attività dell'enzima Delta-6 desaturasi (coinvolto nella conversione dell'acido linoleico in GLA) durante l'invecchiamento, nel corso di svariate malattie (come il diabete) e in presenza di una dieta ricca di acidi grassi saturi o idrogenati, ma povera di vitamine. Le virtù dell'olio di Borragine sono legate al ruolo del GLA nell'organismo umano. Questo

acido grasso, convertendosi in acido diomogamma-linolenico (DGLA), favorisce la produzione delle prostaglandine della serie 1 (PGE1), dotate di attività antiaggregante piastrinica, cardioprotettiva, antiaterogena, vasodilatatrice ed antinfiammatoria. Antagonizza inoltre la prostaciclina e le PGE2 (che hanno effetti opposti alle PGE1) ed è dotato di proprietà eudermiche ed immunostimolanti. Su questi presupposti metabolici si basano molte proprietà terapeutiche ascritte all'olio di borragine (riduzione del rischio cardiovascolare, miglioramento della salute di pelle ed unghie, riduzione dei sintomi associati all'artrite reumatoide, alla sindrome premestruale, agli eczemi e alla psoriasi, oltre ad una certa utilità nel controllo di ipertensione e colesterolo alto).

SELENIO: minerale, potente antiossidante contenuto nella glutationoperossidasi, l'enzima più importante dell'organismo nella difesa dai radicali liberi. Fa produrre linfociti come i T-killer e l'interleucina per aggredire i virus appena si presentano, elimina i dannosissimi metalli pesanti (piombo, mercurio, platino, cadmio, alluminio e arsenico); mantiene i tessuti elastici, rallenta l'invecchiamento, stimola le difese dell'organismo contro le infezioni, specie quelle virali e fungine. Aiuta la funzione sessuale. Una forte carenza di selenio porta a una grave forma di cardiopatia dilatativa, nota come malattia di Keshan. I pazienti con carenza di selenio hanno spiccata tendenza alla aggregazione piastrinica. Può prevenire la cataratta.

"La VITAMINA C - acido ascorbico, sodio ascorbato o calcio ascorbato - è coinvolta in un gran numero di reazioni biochimiche nel corpo umano. Due delle sue maggiori interazioni sono il potenziamento del sistema immunitario e la sintesi del collagene, una sostanza molto importante che tiene unito il corpo umano. Il collagene rinforza i vasi sanguigni, la pelle, i muscoli e le ossa. L'uomo non può creare collagene senza la vitamina C". È considerato, a ragione, il più importante elemento nutritivo per la nostra salute, bisogna assumerlo con l'alimentazione, perché l'organismo non riesce a produrlo. Se il collagene scarseggia, le ossa diventano fragili (= osteoporosi), le articolazioni si indeboliscono (= artrosi) i vasi sanguigni perdono elasticità (= ipertensione sanguigna) e subiscono lesioni di vario tipo (= arteriosclerosi, infarto, ictus), la pelle diventa vecchia e rugosa, ecc... La vitamina C ha un ruolo rilevante nella rimarginazione delle ferite e delle ustioni perché facilita la formazione del tessuto connettivo della cicatrice. Contrasta gli effetti tossici del fumo di tabacco, dei gas di scarico degli autoveicoli; è

una vitamina estremamente labile, e viene distrutta rapidamente dalla cottura, dall'esposizione all'aria e alla luce. La conservazione di cibi che la contengono ne riduce molto il contenuto.

BETACAROTENE precursore della vitamina A, ovvero la sostanza di origine vegetale che, quando l'organismo lo richiede, si trasforma in vitamina A. Indipendentemente da questa sua capacità di trasformazione, il betacarotene si è conquistato autonomamente un posto di primo piano tra le sostanze con virtù preventive: contrasta i danni dei radicali liberi (molecole che danneggiano l'organismo), protegge l'apparato cardiovascolare, è antinfiammatorio, antinvecchiamento, favorisce l'abbronzatura omogenea e senza danni, proteggendo la pelle dai raggi solari, è un antiossidante dalle indiscusse proprietà, rinforza il sistema immunitario in sinergia con gli altri carotenoidi contenuti nei vegetali. Tutto questo senza essersi ancora trasformato in vitamina A, poiché bisogna ricordare che il corpo trasforma il betacarotene in vitamina A solo in caso di effettivo bisogno, perché il suo eccesso può essere dannoso.

VITAMINA B2 o Riboflavina. E' essenziale per innumerevoli reazioni metaboliche, soprattutto nei tessuti. Indispensabile alla vita della cellula, i suoi peggiori nemici sono le radiazioni ultraviolette. La carenza può causare anche perdita dei capelli e calo di peso. La riboflavina è la miglior alleata dello sportivo, perché viene immagazzinata nei muscoli e utilizzata al momento dell'attività fisica. E' necessaria per il mantenimento di una buona vista, pelle, unghie e capelli. Uno degli aspetti più interessanti della riboflavina, è il suo ruolo protettivo, insieme ad un enzima chiamato glutatione reductasi, nei confronti dei radicali liberi. La vitamina B2 lavora anche come antiossidante che cattura e distrugge le cellule anormali o danneggiate nel corpo. Necessaria al metabolismo di grassi, proteine e carboidrati, favorisce l'ossigenazione delle cellule; importante nelle malattie e disturbi degli occhi (previene la cataratta); nei casi di depressione, mancanza di memoria e altri problemi mentali. Per la salute in generale, dato che entra nella produzione di globuli rossi e anticorpi. La riboflavina, vitamina idrosolubile, non viene immagazzinata nel corpo, e deve quindi essere assunta quotidianamente.

VITAMINA B5 o Acido Pantotenico o calcio pantotenato. E' praticamente indispensabile all'organismo umano, quale precursore del coenzima A (vit. B5+ATP+cisteina), utilizzato da tutte le cellule dell'organismo per la sintesi di acidi grassi, per il meccanismo respiratorio, per la sintesi ormonale, del colesterolo. Viene utilizzata per il rallentamento dei processi di invecchiamento, quali ad esempio le macchie scure sulla pelle. Prolunga la vita media delle cellule, è la vitamina antistress per eccellenza, di cui hanno particolare bisogno le ghiandole surrenali per funzionare normalmente. Esteriormente ripara i danni causati da trattamenti chimici e meccanici. Riduce del 30-40% la formazione delle doppie punte e riduce l'aggrovigliamento dei capelli.

VITAMINA B6 innanzitutto riduce l'omocisteina (sorgente di radicali liberi), è coinvolta nella sintesi di neurotrasmettitori, viene attivata in presenza del magnesio, importante nella sintesi della emoglobina, nel collagene, per la sintesi della cistina per le unghie ed i capelli, per

l'attivazione degli enzimi, metabolismo dei carboidrati e dei grassi e delle proteine, la produzione di ormoni come la adrenalina e l'insulina, sintesi dell'RNA e del DNA, produzione degli anticorpi. Nell'organismo si converte nella forma biologicamente attiva, il coenzima piridossalfosfato, che ha un ruolo chiave nel metabolismo degli amminoacidi. Agisce nel metabolismo proteico dei vari tessuti organici ed in modo particolare in quelli nervosi. Ha effetto benefico sul sistema nervoso, favorendo la coordinazione psicomotoria e sulla cute.

VITAMINA E non è un'unica molecola ben definita, sette sostanze simili, dette tocoferoli, presenti in Antioxydant Formula, esplicano la stessa funzione nel nostro corpo. La vitamina E è caratterizzata da una forte attività antiossidante e, soprattutto, mantiene efficienti le reazioni di ossidoriduzione che inattivano i radicali liberi. Dopo l'acido ascorbico, è certamente la vitamina più importante per la nostra salute. Dobbiamo assumerla col cibo, poiché le nostre cellule non possono sintetizzarla. Agisce nell'apparato cardiovascolare, impedendo indesiderate coagulazioni del sangue e regolando il metabolismo dei grassi (= prevenzione di ictus, infarti, arteriosclerosi); favorisce l'ossigenazione di sangue e tessuti (= maggiore resistenza alla fatica e migliori prestazioni fisiche e sportive, anche in alta montagna); aiuta a ripulire il sangue dalle tossine; promuove il buon funzionamento dell'apparato riproduttivo, favorisce quindi una normale attività sessuale e protegge questi organi da sterilità e malattie. È utile anche nel diabete e nelle disfunzioni tiroidee; ma, favorendo la salute in generale, è difficile trovare una funzione o una malattia che non possa trovare giovamento da generose dosi di questa vitamina.

MAGNESIO ha un ruolo fondamentale nel metabolismo del corpo umano: è il coenzima di ben 350 enzimi. Svolge un ruolo primario nel metabolismo dei lipidi, dei glucidi e delle proteine; è di importanza basilare nella regolazione della attività neuro-muscolare, nella produzione e nel trasporto di energia, riduce la secrezione di adrenalina e le conseguenze che provoca a livello del cervello,

del cuore, dell'apparato digerente. Si oppone alla penetrazione delle sostanze tossiche in particolare dei metalli pesanti, facilita la fissazione del sangue nelle ossa. Indispensabile per la attività di numerosi enzimi e processi metabolici, regola la attività del cuore, dei muscoli e dei nervi. Coopera alla crescita ossea, rinforza lo smalto dentale, svolge azione calmante, antidepressiva e predispone al sonno. Aiuta, inoltre, ad utilizzare le vitamine del complesso B e le vitamine C ed E.

Informazioni Nutrizionali	x 100 g	x perla	%RDA*
Valore energetico	590.46 kcal	4,21 kcal	
	2468,13 kj	17,62 kj	
Proteine	16,54 g	118 mg	
Carboidrati	8,55 g	61 mg	
Grassi	54,55 g	389 mg	
Olio di borragine	62,21 g	325,60 mg	
di cui: acido linoleico	2,61 g	136,75 mg	
acido gamma linolenico	12,44 g	65,12 mg	
acido oleico	12,44 g	65,12 mg	
Magnesio	6,5 g	34,02 mg	11,34%
Vitamina C	5,23 g	27,40 mg	45,66%
Selenio	7,45 mg	39 mcg	78%
Betacarotene 30%	1,15 g	6 mg	80%
di cui: Vitamina A	57,31 mg	0,30 mg	37,50%
Pantotenato calcico (Vit. B5)	0,76 g	4 mg	61,33%
Piridossina cloridrato (Vit. B6)	0,38 g	2 mg	82%
Riboflavina (Vit. B2)	0,36 g	1,90 mg	118,75%

ATP Gain

Confezione da 200 gr
in polvere.

Avvertenze:
è sconsigliato assumere
caffaina durante
l'integrazione con
Creatina monoidrato,
poiché è stato
evidenziato come la
caffaina ne annulli gli
effetti ergogenici.

INGREDIENTI

Creatina Monoidrato
micronizzata Creapure®

ATP Gain è un integratore di pura creatina monoidrato in polvere Creapure® Degussa.

La creatina (dal greco kreas = carne) è un aminoacido naturalmente presente nel nostro organismo; componente del metabolismo intermedio, viene formata nel fegato in quantità quasi costante, secondo una reazione che coinvolge gli aminoacidi GLICINA, ARGININA E METIONINA, ed è successivamente depositata per circa il 95% nei muscoli.

L'energia utilizzata dal muscolo scheletrico per la sua contrazione deriva dall'idrolisi dell'adenosin trifosfato (ATP) ad adenosin difosfato (ADP). La normale funzionalità dei muscoli richiede poi che l'ATP sia continuamente risintetizzato, a partire da suoi prodotti di trasformazione.

Durante l'attività motoria di intensità massima e di breve durata, la disponibilità dinamica di ATP è ottenuta quasi esclusivamente attraverso il processo anaerobico lattacido che si realizza tramite la defosforilazione della fosfocreatina, con il conseguente passaggio dell'ADP allo stato di ATP, per liberare energia per la contrazione muscolare.

La concentrazione di fosfocreatina nel muscolo rappresenta, quindi, un pool di riserva energetica rapidamente utilizzabile per il ripristino del contenuto di ATP.

Durante esercizi brevi ed esplosivi, l'energia per la riosforilazione dell'ADP ad ATP è dovuta in larga misura alla quantità di fosfocreatina accumulata nel muscolo. Quando la fosfocreatina immagazzinata si riduce significativamente si verifica un calo della prestazione dovuto all'incapacità di resintesi dell'ATP alla velocità richiesta. Visto che la disponibilità di fosfocreatina immagazzinata nel muscolo può influenzare significativamente la quantità di energia sviluppata durante esercizi di breve durata ad alta intensità, si è ipotizzato che la supplementazione di Creatina incrementi la disponibilità di fosfocreatina e permetta quindi un'accelerazione della resintesi di ATP in esercizi intensi e di breve durata.

Numerosi studi indicano che la supplementazione di Creatina aumenta il contenuto di creatina nel muscolo, migliora la prestazione anaerobica in esercizi brevi ed intensi, promuovendo, inoltre, buoni incrementi nella forza e nella massa magra durante l'allenamento. Gli studi più attuali consigliano l'assunzione di 3 gr al giorno di creatina per almeno 30 giorni lontano dai pasti. Alcuni protocolli consigliano, inoltre, un periodo di completa sospensione (scarico) di 2-3 settimane dopo 3-4 mesi di assunzione.

Informazioni Nutrizionali	x 100 g
Valore energetico	0 kcal
	0 kj
Proteine	assenti
Carboidrati	assenti
Grassi	assenti
Creatina monoidrato Creapure®	100 g

BCAA

Confezione da 120
compresse

INGREDIENTI

L-leucina, L-isoleucina,
L-valina, Maltodestrine,
Piridossina HCL
(Vitamina B6)

BCAA BCAA è un integratore di aminoacidi a catena ramificata con vitamina B6. Le compresse sono prodotte per compressione a freddo, utilizzando come eccipiente le maltodestrine, in modo da assicurarsi il più rapido tempo di disgregazione possibile. Inoltre, a differenza della capsula, la compressa permette di avere una più alta dose di aminoacidi per unità di somministrazione e cioè un grammo esatto. Il rapporto quali-quantitativo tra gli aminoacidi contenuti in Integro BCAA è: L-leucina, L-valina, L-isoleucina (2:1:1). La Vitamina B6, inoltre, degrada il glicogeno muscolare ed interviene nel metabolismo dei BCAA.

Gli aminoacidi a catena ramificata o B.C.A.A. (Branched Chain Amino Acids) sono tre degli aminoacidi essenziali (leucina, isoleucina e valina) definiti così per la particolare ramificazione della loro struttura chimica. A differenza di tutti gli altri aminoacidi, la prima tappa del loro metabolismo non si svolge nel fegato ma nel muscolo, dove sono abbondantemente presenti (35%); difatti, la supplementazione con aminoacidi ramificati non produce alcun sovraccarico epatico, essi sono addirittura usati per permettere al fegato di avere una buona capacità di sintesi delle proteine.

La massa muscolare è una riserva di aminoacidi, i BCAA nello specifico ricoprono un ruolo fondamentale quando l'organismo è in situazioni di intenso esercizio fisico, stress, traumi, digiuno e negli scompensi metabolici.

I BCAA durante e dopo un'attività fisica intensa e prolungata:

- vengono utilizzati a scopo energetico perché, trasformati in zucchero dal fegato (glucogenesi), consentono di risparmiare le riserve energetiche di glicogeno muscolare; con un conseguente miglioramento della resistenza allo sforzo;
- stimolano il sistema nervoso centrale perché contrastano il passaggio del triptofano, precursore della serotonina, al cervello, in modo da avere un'attività "tampone" verso l'acidosi metabolica; ostacolando l'appannamento mentale da affaticamento;
- hanno un effetto tampone sull'acido lattico;
- inducono la produzione di glutammina, importante aminoacido ad attività detossificante, la cui concentrazione diminuisce in seguito ad attività fisica intensa;
- promuovono un'azione anticatabolica ed anabolica, agevolando la sintesi proteica nei muscoli; quindi, assunti dopo l'allenamento accelerano il recupero muscolare.

Informazioni Nutrizionali	x cpr	x 5 cpr	%RDA
Valore energetico	4,2 kcal 17,6 kj	21 kcal 88 kj	
Proteine	assenti	assenti	
Carboidrati	0,05 g	0,25 g	
Grassi	assenti	assenti	
L-leucina	500 mg	2,5 g	
L-isoleucina	250 mg	1,25 g	
L-valina	250 mg	1,25 g	
Vitamina B6	0,4 mg	2 mg	100%

Glu Up

Confezione da 200 gr
in polvere

INGREDIENTI

L-Glutammina Kyowa

Glu Up è un integratore di L-glutammina Kyowa, l'aminoacido non essenziale maggiormente presente nel corpo umano, la cui sintesi avviene principalmente nel tessuto muscolare a partire dagli aminoacidi arginina, ornitina e prolina.

È utilizzata dal nostro corpo come precursore di altri aminoacidi non essenziali e fornisce energia in condizioni di elevato catabolismo.

La glutammina, presente nel muscolo in elevate quantità, è utilizzata dalle cellule del sistema nervoso centrale, del sistema immunitario, dell'intestino e dei reni.

La glutammina interviene nell'aumento di volume delle cellule muscolari favorendo l'ingresso nelle cellule di acqua, aminoacidi ed altre sostanze. Tale attività, secondo alcuni ricercatori, stimolerebbe la sintesi proteica favorendo l'aumento di massa muscolare.

Nella sindrome da sovrallenamento: esiste una relazione tra il calo permanente dei livelli plasmatici di glutammina e la comparsa dei sintomi del sovrallenamento (stanchezza cronica, calo di peso, perdita di appetito, comparsa di infezioni di lieve entità, nausea, depressione, apatia, aumento della frequenza cardiaca a riposo e diminuzione della frequenza cardiaca di allenamento). Secondo alcuni studiosi la somministrazione di glutammina ed aminoacidi ramificati sarebbe utile nei periodi di allenamento intenso per ridurre i rischi di sovrallenamento.

Nel recupero dopo uno sforzo: alcuni studi dimostrano un ruolo della glutammina nel favorire l'aumento delle scorte di glicogeno muscolare durante il recupero, probabilmente a causa dell'aumentato ingresso d'acqua nelle cellule, l'acqua, infatti, è essenziale nella glicogenosintesi in quanto per ogni grammo di glicogeno prodotto si legano ad esso circa 2,7 grammi d'acqua.

Nello stimolo di secrezione dell'ormone della crescita, se assunta in condizione di bassi livelli di glicemia la glutammina sembra, secondo alcuni studi, stimolare la secrezione del GH. Per ottimizzare questa azione la glutammina andrebbe assunta prima di coricarsi.

L'assunzione di glutammina varia in base agli effetti che si desiderano ottenere con la sua integrazione:

- un'ora prima dell'inizio dello sforzo insieme a carboidrati, in quanto oltre ad essere meglio assorbita in condizioni di elevata glicemia, soddisfa le aumentate richieste metaboliche nel corso dell'esercizio fisico.
- subito dopo l'allenamento, entro trenta minuti dal termine dell'esercizio. In questo caso l'integrazione è consigliata insieme ad abbondanti liquidi e aminoacidi ramificati per favorire il recupero ed i processi anabolici cellulari.
- a digiuno, possibilmente la sera prima di coricarsi, per stimolare la secrezione di GH.

Informazioni Nutrizionali	x 100 g
Valore energetico	420 kcal 1757,91 kj
Proteine	assenti
Carboidrati	assenti
Grassi	assenti
L-glutammina Kyowa	100 g

Re-Integro Plus

Si consiglia di sciogliere
15 g al giorno (pari a
1 misurino) in 500 ml
d'acqua, da assumere
durante e dopo l'attività
fisica.

INGREDIENTI

Maltodestrine, Destrosio,
L-glutammina Kyowa,
L-taurina, Creatina citrato
(Creapure® Citrate
Degussa). Acidificante:
Acido citrico, Aromi,
Magnesio aspartato,
Sodio cloruro potassio
fosfato, Magnesio lattato.
Dolcificante artificiale:
Aspartame

Re-Integro Plus è un integratore di carboidrati, elettroliti, creatina, glutammina e taurina utile per il ripristino delle riserve energetiche muscolari utilizzate durante l'esercizio fisico e per ristabilire la corretta concentrazione di elettroliti, perduti con il sudore durante lo sforzo.

I carboidrati di Re-Integro Plus sono costituiti da glucosio, fruttosio e maltodestrine, molecole con differenti velocità di assorbimento (rapida, media e veloce) che garantiscono un immediato, costante e protratto rifornimento energetico durante l'esercizio fisico. Proprio grazie alla presenza di diverse molecole di carboidrati Re-Integro Plus è ideale sia per sport di endurance (ciclismo, maratona, nuoto) sia per esercizi che richiedono una risposta energetica rapida (100/200 metri piani, sollevamento pesi).

Inoltre, Re-Integro Plus favorisce il mantenimento dell'equilibrio idrosalino durante attività fisica associata ad intensa sudorazione. Tale equilibrio è fondamentale per evitare scompensi nella condizione fisica dell'atleta; infatti, uno scarso apporto d'acqua, in modo particolare nei soggetti che praticano attività dispendiose, in condizioni climatiche di temperatura ed umidità elevate, diminuiscono il rendimento atletico, generando una maggiore stanchezza, apatia ed incapacità a prolungare lo sforzo. Attraverso la sudorazione, insieme all'acqua, si ha una consistente perdita di sali minerali, la cui deplezione diviene un fattore limitante per il proseguo dello sforzo.

La presenza di Creatina citrato concorre a ritardare lo stato di affaticamento, migliorare le capacità di recupero ed aumentare la forza delle contrazioni muscolari.

La Taurina aumenta la biodisponibilità del glucosio. La taurina è un aminoacido molto abbondante nel tessuto muscolare dove ha la funzione di aumentare l'ingresso di glucosio e di alcuni aminoacidi nelle cellule; svolge, inoltre, un'attività caffeino-simile, mantenendo alto lo stato di veglia e di risposta agli stimoli, requisiti estremamente importanti durante competizioni sportive.

La Glutammina agisce nel recupero dopo lo sforzo: alcuni studi dimostrano un ruolo della glutammina nel favorire l'aumento delle scorte di glicogeno muscolare durante il recupero, probabilmente a causa dell'aumentato ingresso d'acqua nelle cellule, l'acqua, infatti, è essenziale nella glicogenosintesi in quanto per ogni grammo di glicogeno prodotto si legano ad esso circa 2,7 grammi d'acqua.

Informazioni Nutrizionali	per 100 gr	per dose
Valore energetico	312 kcal/1310 kj	47 kcal/196,5 kj
Proteine	assenti	assenti
Carboidrati	78 gr	11,7 gr
Grassi	assenti	assenti
Potassio	2 g	300 mg
Magnesio	375 mg	56,25 mg
Fosforo	1,58 g	240 mg
Cloruro	1,0 gr	100 mg
Sodio	667 mg	100 mg
Creatina citrato (Creapure®)	16,67 gr	2,5 gr
L-glutammina (Kyowa)	8,33 gr	1,25 g
L-taurina	6,5 gr	980 mg

Confezione da 100
capsule

INGREDIENTI

Acetilcarnitina cloridrato;
eccipienti: Silice
micronizzata; capsule:
Gelatina alimentare

Oxy Fat è un integratore di L-acetilcarnitina cloridrato (ACL) particolarmente indicato per garantire una continua disponibilità di energia durante l'esecuzione di un'attività fisica particolarmente intensa.

L'ACL viene prodotta dall'organismo a partire dagli aminoacidi lisina e metionina ed è presente soprattutto nella carne rossa e nei prodotti caseari, per cui i vegetariani potrebbero soffrire di carenze di questa sostanza. La produzione endogena e l'assunzione tramite i cibi di ACL è comunque a livelli molto bassi, altrimenti non sarebbero possibili i numerosi effetti positivi dovuti alla sua integrazione.

L'Acetil L-Carnitina è il derivato acetilato dell'aminoacido L-Carnitina. E' il nutrimento più efficace per conservare un metabolismo cellulare ottimale:

- migliora le capacità cognitive degli esseri umani in buona salute: attenzione, coordinamento visivo, riflessi, rapidità di esecuzione di compiti intellettuali (Lino et al, 1992);
- aumenta l'ossidazione dei grassi e di altri substrati a livello mitocondriale del 260%;
- migliora le funzioni cognitive, lo stato emotivo ed il comportamento sociale di pazienti colpiti da deficienza mnemonica associata all'invecchiamento (Cipolli e Chiari, 1990). Questi miglioramenti persistono a lungo dopo la sospensione della somministrazione aggiuntiva (Vecchi et al, 1991);
- riduce i sintomi della depressione e migliora la percezione della qualità della vita (Bella et al, 1990) (Garza et al, 1990);
- ritarda il deterioramento cognitivo nei pazienti colpiti dalla malattia d'Alzheimer; questo studio ha utilizzato da 2,5 gr/die per un periodo di 3 mesi - Sano e Al, 1992 - risultato confermato da diversi altri studi;
- migliora i sintomi della senilità (Bonavita, 1986; Cucinotta et al, 1988) 2 grammi di ACL al giorno migliorano il comportamento, i test di memoria, l'attenzione e la verbalizzazione (Università di Parma, Passeri et al, 1990);
- migliora la circolazione cerebrale nei pazienti colpiti da insufficienza cerebro-vascolare (Postiglione et al, 1990; Rosadini et al, 1988);
- riduce la formazione di lipofucina, il "detrito" cellulare che costituisce le "macchie di vecchiaia" e diminuisce i depositi di lipofucina esistenti. (Konsomol, 1988; Amenta et al, 1989) ;
- l'ACL ha dimostrato un'attività di neuroprotezione, intervenendo positivamente sugli episodi che conducono alla morte della cellula: Riduce la formazione di radicali liberi; accumulo di lipidi (da distruzione di membrane) responsabili del patologico incremento del calcio intramitocondriale; ridotta attività dei complessi respiratori mitocondriali; tra l'altro l'ACL ripristina in toto la sintesi degli

enzimi del mitocondrio, che con l'età possono calare del 60%, provocando così nei muscoli un abbassamento della capacità di contrazione e la diminuzione del numero di fibre reclutate.

- esercita altresì un'azione trofica sul sistema nervoso promuovendo il recupero postlesionale attraverso: una migliore utilizzazione cellulare del NGF (fattore di accrescimento nervoso); un incremento della neosintesi di fosfolipidi per la costruzione di membrane; un incremento della produzione di energia (ATP) senza la quale i meccanismi riparativi non possono aver luogo.

Il dosaggio quotidiano dell'acetil-l-carnitina varia tra i 500 e i 2.500 mg, assunti in piccole dosi scaglionate nella giornata (500 mg a dose) perché il suo riassorbimento da parte dei tubuli renali sia facile alla saturazione.

La somministrazione deve essere continuata almeno per 3/4 settimane a scalare, seguite da 4 settimane di pausa.

Avvertenze: l'acetil-l-carnitina è una sostanza assolutamente atossica, ma in alcuni soggetti ipersensibili può causare sintomi di iperstimolazione come nervosismo, mal di testa e insonnia. Alcuni soggetti hanno riferito di accusare nervosismo associato a spasmi muscolari e palpitazioni; in questo caso basta diminuire le dosi per eliminare questi effetti e non assumere il prodotto di sera.

Informazioni Nutrizionali	x capsula
Valore energetico	2 kcal 8,371 kj
Proteine	assenti
Carboidrati	assenti
Grassi	assenti
Acetilcarnitina cloridrato	590 mg
di cui: acetilcarnitina	500 mg

Re-Integro Mineral

Si consiglia di sciogliere 30 gr al giorno (pari a 1 misurino) in 500 ml d'acqua, da assumere durante e dopo l'attività fisica.

INGREDIENTI

Saccarosio, Maltodestrine, Destrosio
Acidificante:
Acido citrico, Aromi,
Magnesio aspartato,
Sodio cloruro, Potassio fosfato, Magnesio lattato,
Dolcificante artificiale:
Aspartame

Re-Integro Mineral è un integratore di carboidrati ed elettroliti utile per il ripristino delle riserve energetiche muscolari utilizzate durante l'esercizio fisico e per ristabilire la corretta concentrazione di elettroliti, perduti con il sudore durante lo sforzo.

I carboidrati di Re-Integro Mineral sono costituiti da glucosio, fruttosio e maltodestrine, molecole con differenti velocità di assorbimento (rapida, media e veloce) che garantiscono un immediato, costante e protratto rifornimento energetico durante l'esercizio fisico. Proprio grazie alla presenza di diverse molecole di carboidrati Re-Integro Mineral è ideale sia per sport di endurance (ciclismo, maratona, nuoto) sia per esercizi che richiedono una risposta energetica rapida (100/200 metri piani, sollevamento pesi).

Inoltre, Re-Integro Mineral favorisce il mantenimento dell'equilibrio idrosalino durante attività fisica associata ad intensa sudorazione. Tale equilibrio è fondamentale per evitare scompensi nella condizione fisica dell'atleta; infatti, uno scarso apporto d'acqua, in modo particolare nei soggetti che praticano attività dispendiose, in condizioni climatiche di temperatura ed umidità elevate, diminuiscono il rendimento atletico, generando una maggiore stanchezza, apatia e incapacità a prolungare lo sforzo.

Attraverso la sudorazione, insieme all'acqua, si ha una consistente perdita di sali minerali, la cui deplezione diviene un fattore limitante per il proseguo dello sforzo.

I sali minerali costituiscono circa il 4% del nostro peso corporeo, e svolgono molte importanti funzioni, per esempio:

- entrano come costituenti fondamentali delle cellule e dei vari tessuti;
- fanno parte di molecole enzimatiche, mioglobina, emoglobina, citocromi;
- regolano gli scambi osmotici cellulari;
- regolarizzano l'eccitabilità nervosa e muscolare;
- regolano il metabolismo idrico generale e il volume del sangue.

Sodio, cloro e potassio hanno funzioni fra loro legate: regolano la quantità e la ripartizione dell'acqua intra ed extracellulare, sodio e cloro all'esterno, il potassio all'interno; regolano la pressione osmotica (di scambio) e l'equilibrio acido-base dell'organismo; regolano insieme a calcio e magnesio, tutte le funzioni cellulari, con particolare riferimento alla eccitazione del muscolo cardiaco, del sistema nervoso e dei muscoli scheletrici. Il sodio trattiene acqua, mentre il potassio tende ad eliminarla. La carenza di sodio provoca insorgenza di stanchezza, crampi ed insonnia, la carenza di potassio invece altera la contrazione muscolare.

A differenza di carboidrati, lipidi e proteine, i sali minerali non forniscono

direttamente energia, ma la loro presenza permette di realizzare proprio quelle reazioni che liberano l'energia di cui abbiamo bisogno. Gli esseri viventi non sono in grado di sintetizzare autonomamente alcun minerale: i sali vengono assimilati attraverso l'acqua e gli alimenti.

Informazioni Nutrizionali	per 100 gr	per dose
Valore energetico	312 kcal/1310 kj	94 kcal/393 kj
Proteine	0 gr	0 gr
Carboidrati	78 gr	23,4 gr
Grassi	0 gr	0 gr
Potassio	2 g	600 mg
Magnesio	375 mg	112,5 mg
Fosforo	1,5 g	474 mg
Cloruro	1,0 gr	308 mg
Sodio	667 mg	200 mg

Integro B

Confezione da 60 perle

INGREDIENTI

olio vegetale, glucosio anidro, olio di soia parzialmente idrogenato, lecitina di soia 52% I.P., vitamina C, nicotinammide, vitamina E acetato, pantotenato calcico, vitamina B6 piridossina, vitamina B2 riboflavina, vitamina B1 mononitrato, vitamina B12 0,1% gelatina, folato, biotina, gelatina alimentare, glicerina USP, colorante GD-26517

Integro B è un integratore di vitamine del gruppo B che rivestono particolare importanza in casi di generale debilitazione (anche dopo trattamenti antibiotici) perché favoriscono la regolazione dei processi metabolici ed energetici a carico di carboidrati e proteine.

Integro B è utile a persone che svolgono attività fisica per garantire il mantenimento di energia e vitalità, a chi vuole contrastare stati di stanchezza fisica e mentale, situazioni di stress, astenia ed insufficienza ponderale, durante il periodo adolescenziale, in gravidanza ed allattamento.

L'integrazione di vitamine del gruppo B è necessaria anche nei casi di alimentazione ricca in proteine perché queste vitamine sono coinvolte direttamente nel metabolismo di grassi, proteine e carboidrati. Nello specifico, i coenzimi sono precursori delle vitamine coinvolti nella conversione dei carboidrati in glucosio per la produzione di energia cellulare.

Hanno, inoltre, un ruolo importante nel garantire la salute del sistema immunitario e nervoso, così come della pelle, dei capelli, degli occhi, delle bocca e del fegato.

Essendo altamente idrosolubili, le vitamine vengono facilmente eliminate dall'organismo, quindi devono essere continuamente reintegrate con la dieta. Manifestazioni da eccesso sono estremamente rare, mentre può accadere che si verifichino gravi malattie da carenza di alcune di esse.

Molte vitamine del gruppo B sono interdipendenti tra loro, di conseguenza la mancanza o la carenza di una di esse può compromettere poi la funzionalità di altre. Per questo motivo devono essere assunte contemporaneamente, garantendo così numerose attività benefiche, tra cui:

- sviluppo dell'energia cellulare (ATP): la vitamina B1 converte gli zuccheri in energia, l'acido pantotenico è un costituente del coenzima A che agisce sui principi nutritivi per ottenere energia;
- aumento del metabolismo dei carboidrati (Vit. B1) e delle proteine (Vit. B6);
- stimolazione di appetito e digestione (Vit. B1 e B12 contro l'astenia) e dell'attività surrenale (acido pantotenico e Vit. B6);
- stimolazione dell'accrescimento (Vit. B2 e Acido Folico);
- potenziamento del sistema nervoso: le vitamine B6, B1 e B12 intervengono nella funzionalità del sistema nervoso potenziando le funzioni mentali;
- protezione del sistema immunitario (proprietà antiradicalica della Tiamina), di quello neuromuscolare (Vit. B1), cardiovascolare (attività sinergica contro l'aterosclerosi delle vitamine B6, B12 e acido folico), visivo (Vit. B2) ed epiteliale (Biotina e Vit. B2).

Informazioni Nutrizionali	x 100 g	x perla	%RDA*
Valore energetico	577 kcal 2411 kj	4 kcal 16 kj	
Proteine	22,55 g	0,15 g	
Carboidrati	28,64 g	0,19 g	
Grassi	41,34 g	0,27 g	
Vitamina B1	140 mg	1,40 mg	100%
Riboflavina (Vit. B2)	160 mg	1,60 mg	100%
Piridossina (Vit. B6)	200 mg	2 mg	100%
Vitamina B12	100 mcg	1 mcg	100%
Folato	20 mg	0,20 mg	100%
Biotina	15 mg	0,15 mg	100%
Vitamina C	6000 mg	60 mg	100%
Vitamina E	1000 mg	10 mg	100%
Pantotenato calcico	600 mg	6 mg	100%
Nicotinammide	1800 mg	18 mg	100%

Amino 8+

Confezione da 100
compresse

INGREDIENTI

L-Leucina, L-Lisina,
L-Isoleucina, L-Valina,
L-Metionina, L-Arginina
cloridrato, L-Fenilalanina,
L-Treonina, L-Istidina,
L-Cistina, L-Tirosina,
L-Triptofano. Agenti
di carica: cellulosa
microcristallina e calcio
fosfato, Antiagglomeranti:
magnesio stearato e
biossido di silicio, Vitamina
B6 (Piridossina Cloridrato).

Amino 8+ è un integratore di aminoacidi essenziali e semiessenziali in forma libera immediatamente disponibili all'organismo.

L'integrazione di aminoacidi essenziali è fondamentale per favorire uno stato di benessere diffuso soprattutto nei casi di alterazione delle condizioni fisiologiche; è estremamente importante fornire all'organismo un'equilibrata quantità di proteine ed aminoacidi.

Amino 8+ è utile per aumentare e bilanciare al meglio l'alimentazione, per migliorarne la qualità nutrizionale nei casi di alimentazione disordinata ed insufficiente apporto proteico, per contrastare l'affaticamento e migliorare il recupero muscolare, per dare tono, volume e forza ai muscoli, per migliorare l'attività intellettuale.

L'integrazione di aminoacidi è particolarmente indicata anche nei casi di infiammazione, per i soggetti anziani e per preservare un buon funzionamento del sistema ormonale, mantenere tono e plasticità dei tessuti.

Amino 8+ contiene solo aminoacidi Kyowa e Ajinomoto

Informazioni Nutrizionali	x 100 g	x 5 cpr
L-Leucina	800 mg	800 mg
L-Lisina	650 mg	650 mg
L-isoleucina	550 mg	550 mg
L-Valina	550 mg	550 mg
L-Metionina	450 mg	450 mg
L-Arginina	400 mg	400 mg
L-Fenilalanina	400 mg	400 mg
L-Treonina	350 mg	350 mg
L-Istidina	300 mg	300 mg
L-Cistina	250 mg	250 mg
L-Tirosina	150 mg	150 mg
L-Triptofano	150 mg	150 mg
Vitamina B6 (%RDA* 50%)	2,1 mg	1,5 mg

Linea Omega

Meta Cla

Confezione da 60 perle

Si consiglia di assumere
1 perla 3 volte al giorno,
dopo i pasti principali
per un periodo di almeno
3 mesi.

INGREDIENTI

Acido linoleico coniugato
TG 80%, Gelatina
alimentare, Glicerina USP

Meta Cla è un integratore di acido linoleico coniugato (CLA), un acido grasso della serie Omega 6 che favorisce l'aumento percentuale della massa magra e la conseguente riduzione della massa grassa. Il CLA controlla il consumo delle proteine corporee, ne stimola la sintesi e promuove l'utilizzo dei grassi a scopo energetico. Il CLA è un componente di carne e latte che contribuisce a ridurre il grasso corporeo sia negli animali che negli uomini. A causa dei cambiamenti delle abitudini alimentari, ed anche al profondo cambiamento dovuto alla "modernizzazione" dell'alimentazione del bestiame, il consumatore medio dispone oggi nella propria alimentazione di una quantità di CLA molto minore rispetto a quella presente un tempo.

In seguito a numerosi studi con risultati positivi sugli animali, i risultati dei primi studi di supplementazione di CLA applicati su esseri umani sono stati pubblicati nel luglio 1997 dal Redstat Research Ltd. di Lillesterom in Norvegia. Per valutare la relazione dose-dipendente del CLA con la massa grassa nell'uomo, i ricercatori hanno condotto uno studio randomizzato in doppio-cieco, su 60 soggetti in sovrappeso o obesi. Essi hanno ricevuto un placebo (9 gr di olio d'oliva) o 1,7 gr oppure 3,4 gr o ancora 5,1 o 6,8 grammi di CLA al giorno per 12 settimane. Le successive misurazioni hanno mostrato come ci sia stata una riduzione significativamente importante della massa grassa nei soggetti che assumevano CLA rispetto a coloro sotto placebo; soprattutto in coloro che aveva assunto tra i 3,4 e i 6,8 grammi di acido linoleico coniugato. (Journal of Nutrition, 2000; 130:2943-2948)

Meta CLA si presenta in softgel, forma farmaceutica altamente biodisponibile, in cui il CLA è veicolato da oli vegetali. Meta CLA contiene ben l'80% di CLA, circa 500 mg per softgel.

Meta CLA è ideale per chi pratica un'intensa attività fisica e desidera un aumento della massa magra a scapito di quella grassa senza aumento del peso corporeo.

L'uso di Meta CLA, da solo o in associazione, è comunque indicato come coadiuvante per la riduzione della percentuale di grasso corporeo.

Informazioni Nutrizionali	x 100 g	x perla
Valore energetico	757,14 kcal	5,3 kcal
	3164,86 kj	22,15 kj
Proteine	19,57 g	0,14 g
Carboidrati	9 g	0,06 g
Grassi	71,43 g	0,50 g

Omega 3 TG

Per una salute ottimale tutti abbiamo bisogno di acidi grassi omega-3 EPA e DHA, ogni giorno. Omega-3 TG è altamente concentrato e purificato estratto solo da pesce selvatico proveniente dalle pure acque del Pacifico meridionale

Confezione da 90 perle da 1 g

Si consiglia l'assunzione di 3 perle al giorno dopo o durante i pasti principali per periodi di almeno 6 mesi, visto che l'omega-3 dà i migliori risultati in accumulo.

INGREDIENTI

Olio di pesce standardizzato in Omega-3 (EPA+DHA 30% totali), Gelatina Alimentare, Glicerina USP

Omega-3 TG (EPA+DHA) 71,43% è un integratore di acidi grassi essenziali a catena lunga.

Numerose ricerche scientifiche hanno dimostrato che, in situazioni di carenza o aumentato fabbisogno fisiologico, gli acidi grassi omega-3 dell'olio di pesce (EPA e DHA) offrono molteplici benefici per la nostra salute e ci aiutano a vivere meglio e più a lungo.

Un nutriente si definisce "essenziale" quando deve essere introdotto con l'alimentazione poiché il nostro organismo non è in grado di sintetizzarlo partendo da altre sostanze: gli acidi grassi essenziali (EFA, Essential Fatty Acid) sono particolari tipi di grassi che dobbiamo introdurre con l'alimentazione, mentre gli altri grassi polinsaturi possono essere ottenuti da quelli essenziali.

Il grado TG garantisce, inoltre, la massima bio-disponibilità del prodotto, caratteristica essenziale per una migliore assimilazione dei principi attivi.

Queste molecole hanno fondamentale importanza per la salute dell'organismo, perché svolgono importanti funzioni relative a:

- crescita;
- riduzione di colesterolo totale e di quello dannoso (LDL);
- fluidificazione del sangue;
- stabilizzazione del ritmo cardiaco;
- abbassamento della pressione sanguigna;
- produzione di energia;
- sintesi dell'emoglobina;
- salute della membrana cellulare, in quanto costituenti dei fosfolipidi e di quella dei mitocondri;
- miglior tolleranza dei carboidrati nei diabetici;
- precursore degli eicosanoidi, i mediatori chimici a livello cellulare;
- alcune patologie della pelle.

Dato che questi grassi essenziali sono i precursori degli ormoni, una quantità inferiore a quella ottimale contribuirà a livelli più bassi di ormoni tiroidei, di ormoni sessuali, di insulina e di serotonina. Ciò provoca un metabolismo più lento, un aumento di peso e una diminuzione del benessere e dell'umore.

È quindi estremamente importante garantire la presenza di quantità minime di grassi essenziali nell'alimentazione quotidiana.

"E' opportuno seguire quotidianamente un corretto regime alimentare mangiando più pesce, tuorli d'uovo, semi di lino. Questo garantirà che le vostre membrane cellulari diventino più fluide, che i vostri livelli ormonali siano adeguati, che l'insulina lavori correttamente per permettere allo zucchero di essere usato come combustibile anziché immagazzinato come grasso, che i livelli della serotonina rimangano tali così che voi siate calmi e felici e che "l'olio" che isola la vostra pelle non si "frigga" al sole in modo da non contribuire allo sviluppo di un cancro della pelle. Così come un potente antinfiammatorio, gli omega-3 "si accertano" che il sangue rimanga fluido e che quindi sia

meno probabile un'ostruzione dei vasi, che le ossa restino dense e quindi meno soggette a rottura e che il cervello sia isolato in maniera corretta, così che sia più facile concentrarsi ed imparare."

Purtroppo, assumere dosi adeguate di omega-3 spesso può essere molto difficile particolarmente per coloro che non mangiano una grande quantità di pesce o che sono vegetariani.

Alcune persone in particolare possono avere riserve esaurite di omega-3 soprattutto durante e dopo la gravidanza quando il feto in via di sviluppo manda in esaurimento le riserve materne dei suddetti acidi grassi poi utilizzati per la produzione del latte materno. Interessante notare come qualche ricerca spieghi la depressione post partum come una condizione principalmente priva di omega-3 e che la maggior parte degli studi convincenti effettuati sull'umore e sugli omega-3 riguardino la depressione post partum.

Omega-3 TG – Una migliore biodisponibilità

Gli omega 3 degli oli di pesce sono attualmente disponibili sotto 2 forme: una naturale, che si trova nell'olio di pesce, i trigliceridi (TG), e una sintetica ottenuta chimicamente, i concentrati di estere etilico (EE).

Omega-3 TG è un olio di pesce completamente naturale, quindi, sinonimo del fatto che nessun prodotto chimico sintetico è stato utilizzato o aggiunto durante il processo di produzione e che gli acidi grassi omega-3 sono rimasti nel loro stato naturale sotto forma di trigliceridi.

La biodisponibilità di queste 2 forme di omega 3 è molto differente: gli esteri etilici avrebbero una biodisponibilità di meno della metà rispetto alla forma naturale.

Uno studio ha comparato l'assorbimento, dopo l'assunzione di una dose, delle differenti forme di olio di pesce. La forma naturale, i trigliceridi, era assorbita 3 volte meglio rispetto alla forma sintetica. Un altro studio ha riguardato la biodisponibilità di EPA e DHA ed ha constatato che le forme in estere etilico erano assorbite rispettivamente il 40 e il 48% meno rispetto alle forme naturali in trigliceridi. Una delle ragioni che può spiegare la debole biodisponibilità della forma in estere etilico sarebbe la maggiore resistenza agli enzimi digestivi. Nel corso della digestione, la lipasi pancreatica idrolizza l'olio per liberare gli acidi grassi. Questo

studio prepara ad un assorbimento ulteriore degli acidi grassi. Alcuni studi hanno dimostrato che la forma in estere etilico risulta da 10 a 50 volte più resistente ai processi enzimatici rispetto alla forma in trigliceridi.

Informazioni Nutrizionali	x 100 g	x 4 perle
Valore energetico	757,14 kcal	42,4 kcal
	3164,86 kJ	177,24 kJ
Proteine	19,57 g	0,99 g
Carboidrati	9 g	0,52 g
Grassi	71,43 g	4 g
Omega-3 totali	30 g	1,2 g
di cui: EPA	18 g	0,22 g
DHA	12 g	0,14 g

Omega 3 TG (EPA+DHA)

Confezione da 90 perle
da 500 mg

INGREDIENTI OMEGA 3 TG (EPA+DHA)

Olio di pesce 70,6% (TG)
standardizzato in Omega
3 (EPA+DHA 30% totali),
Gelatina alimentare,
Gelatina USP

Omega 6 GLA 15,6%

Confezione da 60 perle
da 500 mg

INGREDIENTI OMEGA 6 GLA 15,6%

Olio di primula, Olio di
borragine, Vitamina E,
Gelatina alimentare,
Gelatina USP

Omega 3 TG (EPA+DHA) 70,6% e Omega 6 – GLA 15,6% sono integratori di acidi grassi essenziali.

Un nutriente si definisce “essenziale” quando deve essere introdotto con l'alimentazione poichè il nostro organismo non è in grado di sintetizzarlo partendo da altre sostanze: gli acidi grassi essenziali (EFA, Essential Fatty Acid) sono particolari tipi di grassi che dobbiamo introdurre con l'alimentazione, mentre gli altri grassi polinsaturi possono essere ottenuti da quelli essenziali.

Il grado TG (omega 3) garantisce la massima bio-disponibilità del prodotto, caratteristica essenziale per una migliore assimilazione dei principi attivi.

Queste molecole hanno fondamentale importanza per la salute dell'organismo, perché svolgono importanti funzioni reattive a:

- crescita;
- riduzione di colesterolo totale e di quello dannoso (LDL);
- produzione di energia;
- sintesi dell'emoglobina;
- salute della membrana cellulare, in quanto costituenti dei fosfolipidi e di quella dei mitocondri;
- miglior tolleranza dei carboidrati nei diabetici;
- precursore degli eicosanoidi, i mediatori chimici a livello cellulare;
- alcune patologie della pelle.

È quindi estremamente importante garantire la presenza di quantità minime di grassi essenziali nell'alimentazione, anche perché non è, oramai, scontata una loro assunzione ottimale nell'alimentazione quotidiana.

I grassi essenziali fanno parte della serie “omega”, e sono solo due:

- l'acido linoleico (omega 6)
- l'acido alfa-linolenico (omega 3)

Gli altri grassi della serie omega possono essere metabolizzati partendo da questi.

I grassi essenziali svolgono molte funzioni importanti, e, se non sono presenti in quantità ottimale, possono causare patologie che si manifestano solo dopo molti anni. L'interesse nei confronti di questi nutrienti è molto aumentato negli ultimi tempi, attualmente molti medici ricercatori ritengono che le patologie degenerative, in particolare quelle cardiovascolari (che, lo ricordiamo, rappresentano la principale causa di morte nei paesi industrializzati), abbiano tra le cause scatenanti proprio una carenza di grassi essenziali nella dieta.

Grado TG – Una migliore biodisponibilità

Gli omega 3 degli oli di pesce sono attualmente disponibili sotto 2 forme: una naturale, che si trova nell'olio di pesce, i trigliceridi (TG), e una sintetica ottenuta chimicamente, i concentrati di estere etilico. Il termine olio di pesce naturale è sinonimo del fatto che nessun prodotto chimico sintetico è stato utilizzato o aggiunto durante il

processo di produzione e che gli acidi grassi omega 3 sono rimasti nel loro stato naturale sotto forma di trigliceridi.

La biodisponibilità di queste 2 forme di omega 3 è molto differente: gli esteri etilici avrebbero una biodisponibilità di meno della metà rispetto alla forma naturale.

Uno studio ha comparato l'assorbimento, dopo l'assunzione di una dose, delle differenti forme di olio di pesce. La forma naturale, i trigliceridi, era assorbita 3 volte meglio rispetto alla forma sintetica. Un altro studio ha riguardato la biodisponibilità di EPA e DHA ed ha constatato che le forme in estere etilico erano assorbite rispettivamente il 40 e il 48% meno rispetto alle forme naturali intrigliceridi.

Una delle ragioni che può spiegare la debole biodisponibilità della forma in estere etilico sarebbe la maggiore resistenza agli enzimi digestivi. Nel corso della digestione, la lipasi pancreatica idrolizza l'olio per liberare gli acidi grassi. Questo stadio prepara ad un assorbimento ulteriore degli acidi grassi. Alcuni studi hanno dimostrato che la forma in estere etilico risulta da 10 a 50 volte più resistente ai processi enzimatici rispetto alla forma in trigliceridi.

Omega 3 TG (EPA+DHA)

Informazioni Nutrizionali	x 100 g	x 6 perle
Valore energetico	724 kcal 3471 kj	21,72 kcal 104,16 kj
Proteine	18,6 g	1,11 g
Carboidrati	6,7 g	0,201 g
Grassi	70,6 g	2,118 g
Omega 3 totali	30 g	3 g
di cui: EPA	18 g	0,54 g
DHA	12 g	0,36 g

Omega 6 GLA 15,6%

Informazioni Nutrizionali	x 100 g	x perla
Valore energetico	762 kcal 3184 kj	5 kcal 21 kj
Proteine	17,01 g	110 mg
Carboidrati	5,55 g	40 mg
Grassi	74,62 g	500 mg
Acido gamma-linoleico	15,6 g	79 mg

Omega 3 Vegetal Formula

“Ovunque i semi di lino divengano un cibo comune tra la gente, Lì ci sarà una salute migliore”

Confezione da 60 perle

Si consiglia l'assunzione di 1 perla 3 volte al giorno ai pasti principali.

INGREDIENTI

L-leucina, L-isoleucina,
L-valina, Sucrestere
monopalmitato,
Base aromatizzante,
Dolcificante.

Olio di semi di lino,
Vitamina E naturale,
Gelatina alimentare,
Glicerina USP

Omega-3 Vegetal Formula è un integratore alimentare di olio di semi di lino ottenuto da spremitura meccanica a freddo e filtrazione.

I semi di lino sono una fonte eccezionale di lignani, potenti anticancerogeni e costituiscono la più ricca fonte conosciuta di un acido grasso essenziale della famiglia degli omega-3, l'acido alfa-linolenico.

Generalmente si ritiene che gli abitanti dei paesi industrializzati non abbiano bisogno di preoccuparsi di assumere abbastanza grassi di qualunque tipo, ma come le ricerche degli ultimi anni sembrano rivelare, esiste un grosso errore in questa convinzione. Non tutti i grassi sono dannosi per la salute. Alcuni sono protettivi e due in particolare sono indispensabili per la vita e vengono, infatti, denominati essenziali. Essi sono i due acidi grassi essenziali (EFA): l'acido linoleico (omega-6) e l'acido alfa-linolenico (omega-3).

Le nostre abitudini dietetiche attuali forniscono quantità eccessive di acidi grassi omega-6 rispetto alle quantità di omega-3; inoltre, la tendenza verso l'adozione di diete vegetariane a bassissimo contenuto di grassi (10% o meno delle calorie totali derivanti dai grassi) potrebbe compromettere ulteriormente l'assunzione di acidi grassi essenziali.

Gli acidi grassi essenziali sono necessari per la formazione di membrane cellulari, per il corretto sviluppo e funzionamento del cervello e del sistema nervoso e per la produzione di sostanze simili ad ormoni chiamate eicosanoidi (tromboxani, leucotrieni, prostaglandine).

Queste sostanze regolano numerose funzioni organiche, tra cui la pressione sanguigna, la viscosità ematica, la vasocostrizione, le risposte immunitarie e infiammatorie. Gli esseri umani hanno la possibilità di convertire l'acido linoleico e alfa-linolenico in acidi grassi a catena più lunga che costituiscono i precursori degli eicosanoidi.

Gli eicosanoidi che derivano dall'acido arachidonico (AA) hanno la capacità di aumentare la pressione sanguigna, le reazioni infiammatorie, l'aggregazione piastrinica, la trombogenesi, il vasospasmo, le reazioni allergiche e la proliferazione cellulare. Quelli formati dall'acido eicosapentaenoico (EPA), della famiglia degli omega-3, hanno effetti opposti. Gli acidi grassi omega-6 e omega-3 non sono interscambiabili; dobbiamo consumarli entrambi.

Le ricerche attuali suggeriscono che i livelli di acidi grassi essenziali e l'equilibrio tra essi possa giocare un ruolo fondamentale non solo nella crescita e nello sviluppo, ma anche nella prevenzione e nel trattamento di patologie croniche quali patologie coronariche, ipertensione, diabete mellito di tipo II, artrite e altri disordini immunitari ed infiammatori.

Ci sono due considerazioni fondamentali nella valutazione dell'adeguatezza di questi acidi grassi essenziali nella dieta: quantità e rapporto reciproco. L'Organizzazione Mondiale della Sanità (WHO) raccomanda che i grassi poliinsaturi costituiscano fino al 3-7% delle calorie totali nella dieta.

Gli esperti oggi consigliano che i bambini e tutti coloro che non consumano abbastanza alimenti contenenti EPA e DHA dovrebbero ottenere almeno l'1% della loro energia dagli omega-3. Questa situazione riguarda soprattutto i vegetariani e coloro che non mangiano pesce.

I vegetariani e i vegani non hanno fonti dirette di acido eicosapentaenoico (EPA) e docosoesanoico (DHA) (acidi grassi a lunga catena della famiglia degli omega-3) nella dieta e quindi devono convertire l'acido alfa-linolenico in EPA e DHA nell'organismo. Studi scientifici suggeriscono che sebbene la conversione sia lenta e incompleta e sebbene i vegetariani tendano ad avere livelli ematici più bassi di acidi grassi omega-3 a lunga catena, la conversione stessa sarebbe sufficiente per soddisfare il fabbisogno della maggior parte delle persone.

Per ottenere quantità sufficienti di omega-3 in una dieta vegetariana devono essere inserite nell'alimentazione di tutti i giorni delle buone fonti vegetali di questo nutriente. La fonte più ricca di acido alfa-linolenico è l'olio di lino (57% omega-3, 15% omega-6).

Gli acidi grassi omega-3, abbondanti in Omega-3 Vegetal Formula, rafforzano il sistema immunitario, migliorando, di conseguenza, anche la capacità di neutralizzare le tossine; ottimo anche il contenuto di sali minerali, proteine (20-25%) e lipidi (30-40%). Questi ultimi sono ricchi di trigliceridi, costituiti da: acido alfa-linolenico capostipite degli omega-3 (50%), acido linoleico capostipite degli omega-6 (25%), acido oleico monoinsaturo.

Informazioni Nutrizionali	x 100 g	x 3 perle	%RDA
Valore energetico	759,15 kcal	16,11 kcal	
	3173,27 kj	67,59 kj	
Proteine	19,30 g	0,42 g	
Carboidrati	8,87 g	0,18 g	
Grassi	71,83 g	1,53 g	
Omega-3	48,13 g	1,02 g	
Omega-6	12,93 g	0,27 g	
Acido oleico	33,40 g	0,33 g	
Vitamina E naturale	5,88 g	30 mg	300%

Merl Oil Recovery Formula

Confezione da 30 perle

Si consiglia l'assunzione di 1 perla al giorno a stomaco pieno

INGREDIENTI

L-leucina, L-isoleucina, L-valina, Sucrestere monopalmitato, Base aromatizzante, Dolcificante.

Olio di fegato di merluzzo, Vitamina A palmitato, Vitamina D3, D alfa tocoferolo, Gelatina alimentare, Glicerina USP

Merl Oil Recovery Formula è un integratore di olio di fegato di merluzzo ricavato da merluzzi della specie *Gadus callarias* L. pescato nei Mari del Nord, raffinato e chiarificato attraverso filtrazione alla temperatura di 0°C. esso contiene naturalmente non meno di 600 unità di Vitamina A per grammo e non meno di 85 unità di Vitamina D per grammo. La Vitamina A è benefica per l'accrescimento corporeo, la vista, svolge un'azione preventiva sull'invecchiamento cellulare e sui danni da radicali liberi.

Merl Oil Recovery Formula è un integratore che rimanda a rimedi lontani, come quando in tempo di guerra veniva dato ai bambini - che ne odiavano il sapore - per aiutarli a stare in salute, grazie all'alto contenuto vitaminico. L'azione antirachitica dell'olio di fegato di merluzzo, unitamente all'effetto della luce solare, migliora l'assorbimento intestinale di calcio e fosforo e ne aumenta il deposito nei denti e nelle ossa, rendendole meno inclini alle fratture. Per questo motivo è considerato un valido complemento alimentare nel trattamento dell'osteoporosi e dell'osteomalacia.

L'olio di fegato di merluzzo torna ogni anno alla ribalta all'inizio della brutta stagione, grazie al suo elevato tenore di vitamine A e D naturali.

La prima, infatti, rinforza le mucose respiratorie indebolite dal freddo, mentre la seconda completa la produzione interna ridotta durante i mesi con poco sole.

Sarebbe tuttavia un peccato limitare l'uso di questo integratore nutrizionale all'autunno e all'inverno. I fabbisogni di vitamina A aumentano in caso

di affaticamento oculare dovuto alla professione o all'ambiente, come l'esposizione prolungata a una luce intensa, sia in riva al mare che sulla neve. Presente in modesta quantità nel cibo, la vitamina delle ossa, la D, dovrebbe essere somministrata, indipendentemente dalla stagione, in cure periodiche quale supplemento ai bambini e agli adolescenti in piena crescita e, senza interruzione, alle donne in menopausa e agli anziani di ambo i sessi. D'altronde, le persone che fanno una dieta povera di "colesterolo buono" rischiano una carenza di vitamina A in ogni periodo dell'anno, mentre chi fa cure dimagranti, dato il loro basso tenore di grassi, rischia di mancare delle vitamine liposolubili a cui appartengono la A e la D.

La vitamina A ha rilevanti effetti benefici sull'accrescimento corporeo, sui meccanismi della visione, sull'invecchiamento e sui danni da radiazioni e radicali liberi; la vitamina D, invece, interviene nei processi della crescita contribuendo al rinnovamento delle cellule e mantenendo sani capelli, unghie, pelle, ossa. È molto apprezzato per la soluzione delle infezioni polmonari. È un buon integratore di fosforo, iodio, sodio e vanadio, zolfo, vitamina K, vitamina D ed A in un rapporto ottimale, tale da rendere il prodotto insostituibile per i bambini e gli anziani.

Da una ricerca britannica, condotta da medici ricercatori dell'Università di Cardiff, l'olio di fegato di

merluzzo risulta efficace anche contro l'osteoartrite. A 31 pazienti sofferenti di osteoartriti, e in attesa di essere operati al ginocchio, sono state somministrate per quasi tre mesi particolari compresse. Per una metà del campione si trattava di due capsule al giorno di 1.000 mg di olio di fegato di merluzzo. Agli altri malati viceversa è stato dato un semplice placebo. La sperimentazione ha dimostrato che l'86% dei pazienti curati con l'olio, al termine del trattamento, era quasi completamente privo dell'enzima responsabile del danneggiamento della cartilagine. Viceversa, solo nel 26% di chi aveva preso il placebo sono stati rilevati miglioramenti. "I dati suggeriscono che l'olio di fegato di merluzzo ha un duplice effetto: da una parte rallenta la degenerazione della cartilagine nelle osteoartriti, dall'altra riduce i processi infiammatori che provocano dolore", ha spiegato il professor B. Caterson, coordinatore della ricerca.

	I BENEFICI DELL'OLIO DI FEGATO DI MERLUZZO
Vitamina A	Azione epitelio protettiva a livello degli occhi, della cute, delle mucose e del sistema immunitario. Maggiore resistenza alle infezioni delle vie respiratorie; buona azione antiossidante.
Vitamina D	Aumentato assorbimento del calcio a livello intestinale, con ripercussioni positive sulla formazione delle ossa e sulla crescita.
Vitamina E	E' un antiossidante molto importante, che contribuisce a proteggere dai danni causati dal fumo e dall'inquinamento.
Iodio	Essenziale per il corretto funzionamento della tiroide; gli ormoni che produce a partire dallo iodio sono essenziali per la crescita e per lo sviluppo cerebrale del bambino.
Omega tre	Sviluppo e funzionalità del cervello, della retina e del tessuto nervoso in generale; hanno azione ipotrigliceridemizzante, antitrombotica ed antinfiammatoria; sono quindi particolarmente utili per i cardiopatici (preservano l'elasticità e la salute delle pareti arteriose) e migliorano l'efficacia del sistema immunitario.

Informazioni Nutrizionali	x 100 g	x 1 perla	%RDA
Valore energetico	734 kcal	8 kcal	
	3069 kj	36 kj	
Proteine	20,51 g	240 mg	
Carboidrati	6,54 g	40 mg	
Grassi	69,57 g	410 mg	
Omega-3 totali	34 g	138,99 mg	
di cui: EPA	16 g	65,41 mg	
DHA	18 g	73,58 mg	
Acido oleico	21 g	85,85 mg	
Acido linoleico	3 g	12,26 mg	
Acido a-linoleico	2 g	8,18 mg	
Vitamina A palmitato	606,80 mg	2,50 mg	
di cui: Vitamina A	182 mg	750 mcg	93,75%
D alfa tocoferolo 67%	121,36 mg	0,50 mg	
Vitamina D3	48,54 mg	0,20 mg	
di cui: Vitamina D	1,21 mg	5 mcg	100%

Omega Complete 369

Integratore di acidi grassi della serie Omega Complete 3-6-9

Confezione da 90 perle

Avvertenze:
non somministrare in caso di emofilia e di assunzione di anticoagulanti.

Si consiglia l'assunzione di 2 perle al giorno con acqua preferibilmente ai pasti principali.

INGREDIENTI

Olio di Pesce standardizzato in Omega-3 titolato al 35% in acido eicosapentaenoico (EPA) e al 25% in acido docosaesaenoico (DHA), Olio di Enotera (*Oenothera biennis* L.), Olio di Oliva (*Olea Europaea*) prima estrazione, Olio di Lino (*Linum usitatissimum*), Vitamina E acetato.
Perle di gelatina: Gelatina 150 Bloom, Glicerolo USP

Omega Complete 369 è un integratore alimentare di acidi grassi polinsaturi a catena lunga della serie omega 3-6-9 formulato in una combinazione completa e bilanciata per garantire il giusto apporto quotidiano di tali nutrienti che concorrono al miglioramento di numerosi disturbi infiammatori.

Numerosi ed approfonditi studi negli ultimi decenni si sono occupati dell'apporto lipidico nella dieta; oggi tutti sono concordi che la supplementazione con alcuni grassi è essenziale per il mantenimento del benessere, per la prevenzione e la cura di svariate patologie.

Gli acidi grassi sono i componenti comuni e fondamentali dei lipidi; chimicamente, i più diffusi in natura sono costituiti da un gruppo carbossile preceduto da una catena di atomi di carbonio lineare legata ad atomi di idrogeno. L'organismo umano può sintetizzare tutti gli acidi grassi polinsaturi tranne i 2 precursori: l'acido alfa-linolenico (C18:3, w3) della famiglia degli omega 3, e l'acido linoleico (C18:2 w6), della famiglia degli omega 6.

Da questi grassi, comunemente indicati come EFA (Essential Fatty Acid), l'uomo è in grado di sintetizzare tutti gli altri polinsaturi, tramite enzimi che consentono di allungare la catena carboniosa (elongasi) e di aumentare il numero di doppi legami (desaturasi), ottenendo due serie di composti: gli acidi grassi polinsaturi della famiglia degli omega-6 e quelli della famiglia degli omega-3.

Gli acidi grassi essenziali, componenti fondamentali delle membrane cellulari, hanno mostrato un gran numero di attività benefiche per la salute umana, in Omega Complete sono stati raggruppati in modo completo e bilanciato per offrire uno strumento adeguato e di facile assunzione per il controllo del quadro lipidico dell'organismo. Infatti, tra gli acidi grassi della famiglia omega-3 e quelli della famiglia omega-6 esiste una competizione nei confronti degli enzimi desaturasi ed elongasi quindi, se non perfettamente bilanciati, portano alla prevalenza di un gruppo sull'altro, impedendo la metabolizzazione e l'uso di uno o dell'altro gruppo.

Attività ed effetti benefici

Gli olii vegetali non sono solo importanti fonti di energia, ma svolgono, per il loro contenuto di acidi grassi polinsaturi e di vitamine liposolubili (A, D, E), notevoli funzioni di tipo plastico, metabolico e regolatore.

Queste molecole rivestono un'importanza fondamentale per la salute dell'organismo, in quanto svolgono importanti funzioni per:

- la crescita;
- la produzione di energia;
- la salute della membrana cellulare in quanto costituenti dei fosfolipidi e di quella dei mitocondri;
- la sintesi dell'emoglobina;
- la funzione sessuale e la riproduzione;
- alcune patologie della pelle;
- una miglior tolleranza dei carboidrati nei diabetici;
- una riduzione di colesterolo totale e di quello dannoso (LDL);

- come precursore degli eicosanoidi, i mediatori chimici a livello cellulare.

È chiaro quindi che è estremamente importante garantire le quantità minime di grassi essenziali nell'alimentazione e soprattutto nella supplementazione, anche perché non è scontata una loro assunzione ottimale (qualitativamente e quantitativamente) nella dieta di tutti i giorni.

Gli acidi grassi essenziali, come già accennato, sono i precursori degli eicosanoidi, sostanze che regolano i sistemi ormonali, infatti sono anche chiamati superormoni. Isolati per la prima volta nel 1930, lo studio degli eicosanoidi è solo agli inizi, ed è uno dei settori più affascinanti della biochimica dei grassi; infatti, queste sostanze vengono prodotte dall'ossidazione regolata da enzimi dei grassi polinsaturi, in particolare dai derivati degli acidi grassi essenziali.

Gli eicosanoidi più studiati sono senz'altro le prostaglandine; ne esistono più di 30 tipi, suddivise in 3 famiglie: le famiglie PG1 e PG2 derivanti dai grassi omega-6 (il cui capostipite è l'acido linoleico), la famiglia PG3 dai grassi omega-3 (il cui capostipite è l'acido linolenico).

Le prostaglandine con i maggiori effetti sulla salute sono le PG1 e le PG2. Le prime (soprattutto la PGE1) svolgono le seguenti funzioni:

abbassano la pressione sanguigna favorendo la rimozione del sodio e combattendo la ritenzione idrica;
inibiscono l'aggregazione piastrinica, prevenendo l'insorgenza di trombi e infarti;
inibiscono la risposta infiammatoria;
migliorano il funzionamento dell'insulina e mantengono la glicemia costante;
regolano il metabolismo del calcio;
migliorano il funzionamento del sistema nervoso;
migliorano il funzionamento del sistema immunitario.

Azioni biologiche degli acidi grassi omega 3

Il DHA ha prevalentemente una funzione strutturale; infatti, è maggiormente presente nei fosfolipidi dei sinaptosomi cerebrali, nella retina e nei fosfolipidi dei canali intramembrana del sodio. Esso ha, quindi, un ruolo importante nello sviluppo e nella maturazione cerebrale, dell'apparato riproduttivo e del tessuto retinico. L'EPA è il principale precursore delle prostaglandine della serie 3, le quali posseggono una importante attività antiaggregante piastrinica.

L'attività biologica degli acidi grassi omega-3 (antiaterogena, antinfiammatoria, antitrombotica) dipende dal prevalere dei fattori protettivi su quelli inducenti rischio. L'assunzione di acidi grassi omega-3 incrementa: la formazione di prostaglandine PG13; la produzione di leucotrieni B5 (molto meno infiammatori rispetto ai leucotrieni B4), di interleuchina 2, dell'EDRF (Endothelial Derived Relaxing Factor); l'attività fibrinolitica; l'aumento delle HDL.

Una diminuzione o assenza di acidi grassi omega-3 comporta una maggiore produzione di acido arachidonico, un aumento dell'aggregazione piastrinica e la formazione di trombociti, un aumento dell'attività dei macrofagi, una aumentata formazione di interleuchina 1, di leucotrieni 4, del PAF (Platelet Activating Factor) e del PDGF (Platelet Derived Growth Factor), un incremento delle LDL, delle VLDL, dei trigliceridi e della viscosità ematica.

Azioni biologiche degli acidi grassi omega 6

Gli acidi grassi più importanti della serie omega-6 sono l'acido linoleico (18:2 w-6), l'acido w-linolenico (18:3 w-6), l'acido diomo-w-linolenico (20:3 w-6), l'acido arachidonico (20:4 w-6). Il più diffuso è l'acido linoleico che è presente negli oli di semi; l'acido arachidonico è tipico del mondo animale essendo un prodotto di conversione dell'acido linoleico.

Gli acidi grassi polinsaturi a lunga catena omega-6 hanno, anch'essi, un ruolo strutturale e funzionale: l'acido arachidonico è presente nei fosfolipidi di membrana ed è importante, opportunamente bilanciato con il DHA, nello sviluppo embrionale e nell'accrescimento del bambino, produce le prostaglandine della serie 2 (attraverso la via ciclossigenasica) dando luogo alla formazione di intermedi metabolici ad attività pro-infiammatoria e aggregante piastrinica (trombociti A2). Dall'acido arachidonico tramite la via lipossigenasica si formano i leucotrieni, che hanno una azione broncocostrittiva (ruolo importante nell'anafilassi insieme alle SRSA – Slow Reacting Substance of Anaphylaxis).

Azioni biologiche degli acidi grassi omega 9

Il principale acido grasso della serie Omega 9 è l'acido oleico, il grasso principale dell'olio di oliva. Nell'olio extravergine d'oliva i componenti benefici per la salute sono sostanzialmente due: i polifenoli, composti chimici fortemente antiossidanti (quindi in grado di contrastare i radicali liberi) che favoriscono la riduzione del colesterolo cattivo (LDL); gli acidi grassi insaturi, in particolare l'acido oleico,

Omega-9 monoinsaturo, che costituisce il 70% dell'olio.

Molti studi clinici sono stati condotti per valutare i benefici effetti dell'olio di oliva sul nostro organismo; infatti, ne viene promosso l'utilizzo quotidiano nell'alimentazione, anche in quei paesi che per tradizione ne fanno un uso limitato o nullo. La Food and Drug Administration (FDA) statunitense ha autorizzato sulle etichette dell'olio di oliva extravergine una dicitura che invita i consumatori ad assumere due cucchiaini al giorno per ridurre il rischio di danni coronarici dovuti ai grassi saturi, oramai estremamente presenti nell'alimentazione quotidiana fatta di cibi confezionati.

Sono stati valutati gli effetti benefici dell'olio di oliva sul metabolismo dei lipidi: diversi studi hanno provato che i livelli di colesterolo nel sangue e l'incidenza di malattie cardiovascolari sono molto più bassi nei paesi mediterranei che in altre nazioni. Il consumo di olio d'oliva aumenta l'assunzione di acidi grassi monoinsaturi senza elevare gli acidi grassi saturi e assicura un'assunzione appropriata di acidi grassi polinsaturi.

Omega Complete 369 contiene solo oli di primissima qualità, gli oli vegetali (lino, enotera e oliva) sono tutti prodotti per compressione meccanica a freddo e microfiltrazione, senza l'aggiunta di antiossidanti esterni. Questo consente di ottenere degli oli vergini che conservano invariate tutte le loro proprietà organolettiche.

L'olio di pesce è estratto per distillazione molecolare solo da pesci pelagici selvatici (acciughe, sardine e sgombri) pescati in prossimità delle coste cilene (Pacifico meridionale). Questo olio è concentrato in EPA (35%) e DHA (25%), il processo di distillazione per ottenere questo concentrato impedisce la denaturazione dell'Omega-3, conservando tutte le qualità nutrizionali di questi acidi grassi ma eliminando allo stesso tempo il cattivo odore tipico dell'olio di pesce.

Informazioni Nutrizionali	x 4 perle
Valore energetico	42,48 kcal
	177,56 kj
Proteine	1,04 g
Carboidrati	0,48 g
Grassi	4,04 g
Omega-3 totali	1,25 g
di cui: EPA	440 mg
DHA	310 mg
Omega-6 totali	1,26 g
di cui: acido gamma-linoleico (GLA)	120 mg
acido linoleico	912 mg
acido oleico	120 mg
Omega-9 totali	1,13 g
di cui: acido oleico	856 mg
acido linoleico	304 mg
acido linolenico	9,6 mg

Linea
Wellness
& Beauty

Kitè C

Confezione da 30
e da 60 perle

Avvertenze:
il chitosano non può
essere assunto da
soggetti con allergia ai
crostacei o nel periodo
della gravidanza e
dell'allattamento,
un uso prolungato
può determinare
una riduzione
dell'assorbimento di
minerali, acidi grassi
essenziali e vitamine
liposolubili.

INGREDIENTI

PEG 600, chitosano ad
alta densità
(95%), vitamina C,
estratto di tè verde,
aerosil
200, cloruro di cromo,
gelatina alimentare,
polisorb. Coloranti:
biossido di titanio, FDC6

Kitè-C è un integratore che sfrutta l'azione sinergica di Chitosano, Tè verde e Vitamina C, limitando l'assorbimento dei grassi che si introducono con l'alimentazione.

Il CHITOSANO è una fibra alimentare ottenuta dalla chitina, sostanza che costituisce lo scheletro esterno dei crostacei. Questa fibra è in grado, grazie alla sua carica ionica, di attrarre gli acidi grassi liberi, che hanno carica negativa, nell'intestino e di renderli inassorbibili. Il chitosano agisce sui grassi attraverso la gelificazione, ne trasforma le molecole in gelatina, e non le rende digeribili, quindi attaccabili da stomaco ed intestino. In questo modo i grassi vengono direttamente eliminati senza essere assorbiti dall'organismo.

Il chitosano è in grado di assorbire da quattro a sei volte il suo peso in grassi e la sua efficienza aumenta se assunto in abbinamento alla Vitamina C.

La sperimentazione pratica ha confermato questa possibilità, ed ha messo in rilievo anche un'altra azione positiva: il chitosano tende a sequestrare anche i sali biliari, e il fegato ricorre, per riformarli, all'utilizzo del colesterolo LDL, ovvero al colesterolo "cattivo", che va abbassato a favore del colesterolo HDL, che è invece quello "buono", che tende a "tener pulite" le arterie.

Il TÈ VERDE, ottenuto dalla *Camelia sinensis* lavorata attraverso un rapido riscaldamento delle foglie che ne disattivano l'ossidasi, ha proprietà antiossidanti altamente biodisponibili al nostro organismo. I polifenoli del tè verde inibiscono l'attività dell'amilasi dell'87%; gli estratti di tè verde riducono quindi il normale aumento di glucosio e di insulina nei casi in cui si ingeriscono 50 grammi di amidi.

Il tè verde ha, inoltre, una funzione di regolazione del metabolismo ed effetti ipoglicemizzanti, riduce, cioè, l'assorbimento degli zuccheri ed induce un'attività lipolitica che favorisce l'eliminazione dei grassi dagli adipociti per stimolazione enzimatica.

Per ottenere un risultato ottimale è bene assumere 2 perle di Kitè-C 15-20 minuti prima del pasto con 2 bicchieri d'acqua in modo da favorire la sua massima diffusione nell'organismo.

Informazioni Nutrizionali	x 100 g	x perla
Valore energetico	401 kcal	5 kcal
	1691 kj	20 kj
Proteine	28,2 g	0,33 g
Carboidrati	49,9 g	0,58 g
Grassi	9,8 g	0,11 g

Antioxydant Formula

L'importanza di vitamine e minerali contro il trascorrere del tempo

Confezione da 30 perle

Si consiglia l'assunzione di 1 perla al mattino per un ciclo di almeno 3 mesi

INGREDIENTI

Idrossicarbonato di magnesio, Vitamina C, Grassi di soia idrogenati, Grassi di soia parzialmente idrogenati, Selenito sodico secco, Tocoferoli naturali, Betacarotene 30% (Vitamina A), Pantotenato calcico (Vitamina B5), Piridossina cloridrato (Vitamina B6), Riboflavina, Gelatina alimentare, Glicerina USP
Coloranti:
E150, Cerestar caramello
15745

Antioxydant Formula è un integratore alimentare antiossidante a base di vitamine e minerali che aiuta a combattere lo stress ossidativo causato dai radicali liberi.

Il dottor Denham Harman, dell'Università del Nebraska, ha avanzato per primo nel 1956 la teoria dei radicali liberi, secondo la quale con il passare degli anni questi frammenti di molecola si accumulerebbero e svolgerebbero una potente azione ossidante, dannosa per quasi tutti i costituenti dell'organismo.

I radicali liberi alterano la membrana cellulare provocando, quindi, una morte lenta della cellula; danneggiano l'ADN e l'ARN, necessari per la sintesi delle proteine e degli enzimi e infine degradano direttamente le proteine mediante un meccanismo denominato «cross linkage». Il deterioramento del collagene e dell'elastina, le proteine della pelle, si manifesta con la perdita di elasticità e con l'avvicinamento di quest'ultima. L'azione dei radicali liberi sui lipidi cutanei provoca inoltre la formazione della lipofusina, il pigmento delle macchie da invecchiamento.

Ciò che si osserva a livello cutaneo è il riflesso di quanto avviene all'interno dell'organismo, i radicali liberi favoriscono pure il manifestarsi di numerosissime malattie degenerative.

In condizioni fisiologiche normali vi è uno stato di equilibrio tra la produzione endogena di radicali liberi e la loro neutralizzazione da parte dei meccanismi antiossidanti dell'organismo. Quando invece prevale la produzione di radicali, si viene a determinare un danno che a lungo andare procura una progressiva usura di corpo e mente. Numerosi studi sperimentali hanno dimostrato una correlazione tra produzione di radicali liberi e durata della vita.

È ormai certo che molte malattie comuni e dovute all'invecchiamento, quali arteriosclerosi, cataratta, morbo di Alzheimer, morbo di Parkinson, si associano ad una prevalenza dei sistemi ossidativi su quelli antiossidanti di difesa.

Tra le altre proprietà degli antiossidanti: stimolano il sistema immunitario, fluidificano il sangue, riducono la pressione sanguigna, sono antibatterici e anti virali.

Se i radicali liberi non vengono inattivati possono aggravare molti processi, tra cui quello della calvizie androgenetica.

I radicali liberi entrano in gioco costantemente, quando ad esempio camminiamo. Nell'attività fisica intensa aumentano addirittura di circa 50 volte!

Essi vengono tamponati efficacemente quando si è giovani ma con in tempo l'azione di eliminazione dei radicali liberi si fa meno efficace. Quando prevale la produzione di radicali si viene a determinare un danno, definito stress ossidativo.

Una delle cause dell'invecchiamento è proprio lo stress ossidativo. Quindi, un organismo "stressato" non riesce a neutralizzare l'eccessivo livello di radicali liberi endogeni ed è così intossicato da queste sostanze che causano un enorme danno a diversi settori del corpo. Così, queste sostanze altamente reattive sono libere di attaccare e danneggiare irreversibilmente le nostre cellule.

Lo stress ossidativo viene favorito da numerosi fattori.

Tra i più comuni:

FATTORI CHIMICI: tutti i farmaci di sintesi chimica, le droghe, il fumo, l'alcool e tutte le sostanze inquinanti

FATTORI FISICI: radiazioni da bassa frequenza, rumore, radiazioni ultraviolette e ionizzanti, campi elettromagnetici, radio frequenze, microonde

FATTORI BIOLOGICI: vaccini, parassitosi, malattie infettive

FATTORI MENTALI: depressione, attacchi di panico, ansia, stress continuo

FATTORI NUTRIZIONALI: disturbi alimentari, errata alimentazione.

In caso di stress ossidativo si possono osservare precocemente: riduzione della memoria, riduzione della concentrazione, disturbi del sonno, diminuite capacità sessuali, capelli bianchi, calvizie, comparsa di rughe e macchie sulla pelle, diminuzione della massa muscolare ed aumento della massa grassa, riduzione della difesa immunitaria, aumento del rischio cardio vascolare, diminuzione di energia, stress con ansia e depressione.

Antioxydant Formula ha una particolare formulazione in perle oleose, forma galenica che permette di proteggere i principi attivi contenuti all'interno da ossidazione e luce. Le perle migliorano la biodisponibilità e la bioequivalenza di prodotti altrimenti poco solubili in acqua e di difficile assorbimento da parte di stomaco ed intestino. Una volta ingerita la capsula, la copertura si disfa immediatamente liberando la sospensione o la soluzione che contiene; questo permette il suo rapido assorbimento nel tratto gastro-intestinale e, quindi, il suo passaggio nel sistema sanguigno, accelerando l'effetto terapeutico che si persegue.

Antioxydant Formula è un integratore che agisce grazie alla sinergia di più elementi:

OLIO DI BORRAGINE (GLA 20%) una tra le rare fonti naturali di GLA: l'utilità di introdurre supplementi dietetici a base di acido gamma-linolenico deriva dal calo di attività dell'enzima Delta-6 desaturasi (coinvolto nella conversione dell'acido linoleico in GLA) durante l'invecchiamento, nel corso di svariate malattie (come il diabete) e in presenza di una dieta ricca di acidi grassi saturi o idrogenati, ma povera di vitamine. Le virtù dell'olio di Borragine sono legate al ruolo del GLA nell'organismo umano. Questo

acido grasso, convertendosi in acido diomogamma-linolenico (DGLA), favorisce la produzione delle prostaglandine della serie 1 (PGE1), dotate di attività antiaggregante piastrinica, cardioprotettiva, antiaterogena, vasodilatatrice ed antinfiammatoria. Antagonizza inoltre la prostaciclina e le PGE2 (che hanno effetti opposti alle PGE1) ed è dotato di proprietà eudermiche ed immunostimolanti. Su questi presupposti metabolici si basano molte proprietà terapeutiche ascritte all'olio di borragine (riduzione del rischio cardiovascolare, miglioramento della salute di pelle ed unghie, riduzione dei sintomi associati all'artrite reumatoide, alla sindrome premenstruale, agli eczemi e alla psoriasi, oltre ad una certa utilità nel controllo di ipertensione e colesterolo alto).

SELENIO: minerale, potente antiossidante contenuto nella glutationoperossidasi, l'enzima più importante dell'organismo nella difesa dai radicali liberi. Fa produrre linfociti come i T-killer e l'interleucina per aggredire i virus appena si presentano, elimina i dannosissimi metalli pesanti (piombo, mercurio, platino, cadmio, alluminio e arsenico); mantiene i tessuti elastici, rallenta l'invecchiamento, stimola le difese dell'organismo contro le infezioni, specie quelle virali e fungine. Aiuta la funzione sessuale. Una forte carenza di selenio porta a una grave forma di cardiopatia dilatativa, nota come malattia di Keshan. I pazienti con carenza di selenio hanno spiccata tendenza alla aggregazione piastrinica. Può prevenire la cataratta.

"La VITAMINA C - acido ascorbico, sodio ascorbato o calcio ascorbato - è coinvolta in un gran numero di reazioni biochimiche nel corpo umano. Due delle sue maggiori interazioni sono il potenziamento del sistema immunitario e la sintesi del collagene, una sostanza molto importante che tiene unito il corpo umano. Il collagene rinforza i vasi sanguigni, la pelle, i muscoli e le ossa. L'uomo non può creare collagene senza la vitamina C". È considerato, a ragione, il più importante elemento nutritivo per la nostra salute, bisogna assumerlo con l'alimentazione, perché l'organismo non riesce a produrlo. Se il collagene scarseggia, le ossa diventano fragili (= osteoporosi), le articolazioni si indeboliscono (= artrosi) i vasi sanguigni perdono elasticità (= ipertensione sanguigna) e subiscono lesioni di vario tipo (= arteriosclerosi, infarto, ictus), la pelle diventa vecchia e rugosa, ecc... La vitamina C ha un ruolo rilevante nella rimarginazione delle ferite e delle ustioni perché facilita la formazione del tessuto connettivo della cicatrice. Contrasta gli effetti tossici del fumo di tabacco, dei gas di scarico degli autoveicoli; è

una vitamina estremamente labile, e viene distrutta rapidamente dalla cottura, dall'esposizione all'aria e alla luce. La conservazione di cibi che la contengono ne riduce molto il contenuto.

BETACAROTENE precursore della vitamina A, ovvero la sostanza di origine vegetale che, quando l'organismo lo richiede, si trasforma in vitamina A. Indipendentemente da questa sua capacità di trasformazione, il betacarotene si è conquistato autonomamente un posto di primo piano tra le sostanze con virtù preventive: contrasta i danni dei radicali liberi (molecole che danneggiano l'organismo), protegge l'apparato cardiovascolare, è antinfiammatorio, antinvecchiamento, favorisce l'abbronzatura omogenea e senza danni, proteggendo la pelle dai raggi solari, è un antiossidante dalle indiscusse proprietà, rinforza il sistema immunitario in sinergia con gli altri carotenoidi contenuti nei vegetali. Tutto questo senza essersi ancora trasformato in vitamina A, poiché bisogna ricordare che il corpo trasforma il betacarotene in vitamina A solo in caso di effettivo bisogno, perché il suo eccesso può essere dannoso.

VITAMINA B2 o Riboflavina. E' essenziale per innumerevoli reazioni metaboliche, soprattutto nei tessuti. Indispensabile alla vita della cellula, i suoi peggiori nemici sono le radiazioni ultraviolette. La carenza può causare anche perdita dei capelli e calo di peso. La riboflavina è la miglior alleata dello sportivo, perché viene immagazzinata nei muscoli e utilizzata al momento dell'attività fisica. E' necessaria per il mantenimento di una buona vista, pelle, unghie e capelli. Uno degli aspetti più interessanti della riboflavina, è il suo ruolo protettivo, insieme ad un enzima chiamato glutatione reduttasi, nei confronti dei radicali liberi. La vitamina B2 lavora anche come antiossidante che cattura e distrugge le cellule anormali o danneggiate nel corpo. Necessaria al metabolismo di grassi, proteine e carboidrati, favorisce l'ossigenazione delle cellule; importante nelle malattie e disturbi degli occhi (previene la cataratta); nei casi di depressione, mancanza di memoria e altri problemi mentali. Per la salute in generale, dato che entra nella produzione di globuli rossi e anticorpi. La riboflavina, vitamina idrosolubile, non viene immagazzinata nel corpo, e deve quindi essere assunta quotidianamente.

VITAMINA B5 o Acido Pantotenico o calcio pantotenato. E' praticamente indispensabile all'organismo umano, quale precursore del coenzima A (vit. B5+ATP+cisteina), utilizzato da tutte le cellule dell'organismo per la sintesi di acidi grassi, per il meccanismo respiratorio, per la sintesi ormonale, del colesterolo. Viene utilizzata per il rallentamento dei processi di invecchiamento, quali ad esempio le macchie scure sulla pelle. Prolunga la vita media delle cellule, è la vitamina antistress per eccellenza, di cui hanno particolare bisogno le ghiandole surrenali per funzionare normalmente. Esteriormente ripara i danni causati da trattamenti chimici e meccanici. Riduce del 30-40% la formazione delle doppie punte e riduce l'aggravamento dei capelli.

VITAMINA B6 innanzitutto riduce l'omocisteina (sorgente di radicali liberi), è coinvolta nella sintesi di neurotrasmettitori, viene attivata in presenza del magnesio, importante nella sintesi della emoglobina, nel collagene, per la sintesi della cistina per le unghie ed i capelli, per

l'attivazione degli enzimi, metabolismo dei carboidrati e dei grassi e delle proteine, la produzione di ormoni come la adrenalina e l'insulina, sintesi dell'RNA e del DNA, produzione degli anticorpi. Nell'organismo si converte nella forma biologicamente attiva, il coenzima piridossalfosfato, che ha un ruolo chiave nel metabolismo degli amminoacidi. Agisce nel metabolismo proteico dei vari tessuti organici ed in modo particolare in quelli nervosi. Ha effetto benefico sul sistema nervoso, favorendo la coordinazione psicomotoria e sulla cute.

VITAMINA E non è un'unica molecola ben definita, sette sostanze simili, dette tocoferoli, presenti in Antioxydant Formula, esplicano la stessa funzione nel nostro corpo. La vitamina E è caratterizzata da una forte attività antiossidante e, soprattutto, mantiene efficienti le reazioni di ossidoriduzione che inattivano i radicali liberi. Dopo l'acido ascorbico, è certamente la vitamina più importante per la nostra salute. Dobbiamo assumerla col cibo, poiché le nostre cellule non possono sintetizzarla. Agisce nell'apparato cardiovascolare, impedendo indesiderate coagulazioni del sangue e regolando il metabolismo dei grassi (= prevenzione di ictus, infarti, arteriosclerosi); favorisce l'ossigenazione di sangue e tessuti (= maggiore resistenza alla fatica e migliori prestazioni fisiche e sportive, anche in alta

montagna); aiuta a ripulire il sangue dalle tossine; promuove il buon funzionamento dell'apparato riproduttivo, favorisce quindi una normale attività sessuale e protegge questi organi da sterilità e malattie. È utile anche nel diabete e nelle disfunzioni tiroidee; ma, favorendo la salute in generale, è difficile trovare una funzione o una malattia che non possa trovare giovamento da generose dosi di questa vitamina.

MAGNESIO ha un ruolo fondamentale nel metabolismo del corpo umano: è il coenzima di ben 350 enzimi. Svolge un ruolo primario nel metabolismo dei lipidi, dei glucidi e delle proteine; è di importanza basilare nella regolazione della attività neuro-muscolare, nella produzione e nel trasporto di energia, riduce la secrezione di adrenalina e le conseguenze che provoca a livello del cervello, del cuore, dell'apparato digerente. Si oppone alla penetrazione delle sostanze tossiche in particolare dei metalli pesanti, facilita la fissazione del sangue nelle ossa. Indispensabile per la attività di numerosi enzimi e processi metabolici, regola la attività del cuore, dei muscoli e dei nervi. Coopera alla crescita ossea, rinforza lo smalto dentale, svolge azione calmante, antidepressiva e predispone al sonno. Aiuta, inoltre, ad utilizzare le vitamine del complesso B e le vitamine C ed E.

Informazioni Nutrizionali	x 100 g	x perla	%RDA*
Valore energetico	590,46 kcal	4,21 kcal	
	2468,13 kj	17,62 kj	
Proteine	16,54 g	118 mg	
Carboidrati	8,55 g	61 mg	
Grassi	54,55 g	389 mg	
Olio di borragine	62,21 g	325,60 mg	
di cui: acido linoleico	2,61 g	136,75 mg	
acido gamma linolenico	12,44 g	65,12 mg	
acido oleico	12,44 g	65,12 mg	
Magnesio	6,5 g	34,02 mg	11,34%
Vitamina C	5,23 g	27,40 mg	45,66%
Selenio	7,45 mg	39 mcg	78%
Betacarotene 30%	1,15 g	6 mg	80%
di cui: Vitamina A	57,31 mg	0,30 mg	37,50%
Pantotenato calcico (Vit. B5)	0,76 g	4 mg	61,33%
Piridossina cloridrato (Vit. B6)	0,38 g	2 mg	82%
Riboflavina (Vit. B2)	0,36 g	1,90 mg	118,75%

Glycosnell

Dal siero del latte una piccola molecola che aiuta a dimagrire controllando il senso di fame

Confezione da 60 perle

Si consiglia l'assunzione di 2 perle 2 volte al giorno, lontano dai pasti principali e con un'abbondante bicchiere d'acqua.

INGREDIENTI

Olio di girasole, Lacprodan CGMP-10, geleol, Gelatina alimentare, Glicerina USP, Biossido di titanio, Ossido di ferro, Propilparabene sodico, Etilparabene sodico

Glycosnell è un integratore naturale, utile nei regimi alimentari di controllo del peso, che utilizza le proprietà della caseinoglicomacropetide (CGMP) o lacprodan CGMP-10.

L'efficacia di una normale dieta ipocalorica aumenta del 40% grazie a una piccola molecola contenuta nel siero del latte. Questo, in sintesi, il risultato dello studio clinico condotto dal Dipartimento di Scienze Fisiologiche e Farmacologiche dell'Università degli Studi di Pavia sugli effetti della Caseinoglicomacropetide (CGMP), una sostanza che si forma durante la lavorazione del formaggio, quando la caseina del latte viene a contatto con l'enzima chimosina che la idrolizza con la formazione di due diversi frammenti, uno più lungo chiamato para-x-caseina che sedimenta con la cagliata, e uno più corto, il glicomacropetide, che rimane nel siero, e riesce a modulare naturalmente il meccanismo della fame.

È ormai acquisito che il latte ed il suo siero contengono elementi nutrizionali dotati di specifiche proprietà biologiche: tra questi un ruolo importante è riservato alla caseina ed ai suoi derivati, in particolare al Glicomacropetide (GMP).

La molecola è termostabile ed è caratterizzata da un gruppo fosforico e da vari residui zuccherini tra cui il più importante è l'acido Sialico. Una volta ingerito, il glicomacropetide viene attaccato dalla pepsina che lo scinde in due diversi frammenti, entrambi dotati di attività ed in più resistenti agli attacchi enzimatici di pepsina, tripsina e chimotripsina.

Il glicomacropetide è dotato di varie proprietà biologiche essendosi dimostrato in grado di legare e neutralizzare le tossine, inibire l'adesione di batteri e virus, modulare la risposta immunitaria, promuovere la crescita dei Bifidobatteri, ma soprattutto regolare la funzionalità gastrica e modulare l'appetito.

Vari studi sperimentali in vivo hanno dimostrato che l'assunzione di CGMP in piccole quantità è in grado di inibire la secrezione gastrica di sostanze acide e di rallentare le contrazioni dello stomaco e del duodeno. Studi successivi hanno inoltre dimostrato che il glicomacropetide stimola la liberazione dell'ormone intestinale colecistochinina, il quale oltre a regolare le funzioni gastro-intestinali, va anche ad interferire con i meccanismi che controllano l'appetito provocando una sensazione di sazietà.

Cervello, stomaco, intestino sono fatti in stretta comunicazione tra loro; un colloquio continuo mediato da sostanze particolari che, agendo da messaggeri, aiutano il cervello a regolare la quantità di cibo da assumere giornalmente attivando o inibendo il centro della fame ed il centro della sazietà. Nell'ipotalamo, le cellule nervose responsabili del senso di sazietà vengono attivate principalmente appunto dalla colecistochinina, questo piccolo peptide prodotto dalle cellule del tratto gastrointestinale in seguito all'ingestione di cibo.

Attraverso l'interazione con recettori specifici situati a livello della mucosa intestinale, lo stimolo indotto dalla colecistochinina riduce la durata dei pasti e limita la quantità di cibo ingerito. In più la colecistochinina

rallenta lo svuotamento dello stomaco e ciò induce le terminazioni nervose della mucosa gastrica ad informare il cervello, attraverso il nervo vago, sullo stato di riempimento dell'organo e sulla necessità di eliminare ogni sensazione di fame.

Esistono quindi due diversi sistemi di regolazione, uno neuro-ormonale ed uno meccanico; il glicomacropetide, liberando colecistochinina e inibendo l'attività gastrica, interviene in parallelo su entrambi i sistemi.

Insieme al Lacprodan, l'olio di girasole, ricco di acidi grassi polinsaturi essenziali del tipo omega-6 e soprattutto di vitamina E, facilmente assimilabile, previene i processi di ossidazione dei radicali liberi, ha un ruolo fondamentale per il buon funzionamento della circolazione ed un'efficace azione nella gestione del colesterolo.

Glycosnell è l'unico integratore sul mercato italiano, a contenere una così alta percentuale di CGMP; il Prof. Fulvio Marzatico, professore di Farmacologia ed Alimentazione e Dietetica presso l'Università di Pavia e direttore del Laboratorio di Farmacobiocimica Dipartimento di Scienze Fisiologiche e Farmacologiche dell'ateneo pavese, in uno studio ha evidenziato come la combinazione fra dieta moderatamente ipocalorica ed interventi di integrazione alimentare mirata di tipo fitoterapico e con modulatori fisiologici dell'appetito può essere una strategia migliorativa rispetto alla sola dieta ipocalorica.

La strategia combinata consente di intervenire meno drasticamente sulla decurtazione calorica giornaliera nelle prime fasi di regimi alimentari restrittivi, permettendo un migliore approccio psicologico alla dieta.

Questo avvicinarsi dolce al controllo calorico - conclude il prof. Marzatico - consente di aumentare il numero di soggetti che perseguono un regime alimentare controllato per tempi più lunghi rispetto a quanti sono costretti a modulare severamente l'introduzione calorica giornaliera per ottenere dei risultati significativi.

Informazioni Nutrizionali	x 100 g	x 2 perle
Valore energetico	633,19 kcal	4,42kcal
	2646,73 kj	18,48 kj
Proteine	37,24 g	0,26 g
Carboidrati	11,46 g	0,08 g
Grassi	48,71 g	0,34 g

Hair Nails Complex

Confezione da 30 perle

Si consiglia l'assunzione di 1 perla al mattino a cicli di 3 mesi

INGREDIENTI

Olio di pesce TG 18% EPA 12% DHA, Olio di borragine, Ascorbato calcico 82,64% di purezza, L-cistina, Magnesio solfato, Grassi di soia idrogenati, Solfato ferroso, Lecitina di soia 56% I.P., Nicotinammide 100% purezza, Cera d'api, Vitamina E acetato, Calcio pantotenato 92% purezza, Ossido di zinco, Vitamina B6, Vitamina B2, Vitamina B1, Vitamina B12 0,1% gelatina, Acido folico, Biotina, Gelatina alimentare, Glicerina USP Coloranti: E124, Ossido di ferro

Hair Nail Complex è un integratore naturale ad azione antiossidante, specifico per il nutrimento e il benessere di capelli e unghie.

Hair Nails complex sfruttando l'azione sinergica di Omega-3, Omega-6, Vitamina C, Vitamine del gruppo B, Vitamina E naturale, minerali e L-cistina, nella formulazione in perle oleose consente di ottenere i benefici più alti per il trofismo di capelli e unghie.

Certamente condizionata da influssi ormonali, la crescita del capello avviene secondo un ritmo ciclico (il "ritmo del pelo"), che subisce influenze stagionali e presenta notevoli variazioni individuali di impronta genetica. Questo ciclo ha tre fasi, in cui si alternano periodi di attività ad altri di quiescenza produttiva, così definite:

- stadio anagen, o della crescita, in cui le cellule della matrice subiscono suddivisioni mitotiche praticamente ogni 12 ore, differenziandosi ed accumulando al loro interno la cheratina; grazie a questa loro moltiplicazione, le cellule della matrice arrivano a ricoprire la papilla, costituendo un nuovo bulbo: così il capello neoformato è in grado di crescere e quello vecchio viene espulso ed eliminato (durata 3 anni);
- stadio catagen, o dell'involutione, in cui le divisioni mitotiche cessano bruscamente, il bulbo si atrofizza e si stacca dalla papilla, iniziando a risalire il follicolo fino alla sua apertura esterna (durata 2 settimane);
- stadio telogen, o del riposo, in cui tutto il capello appare cheratinizzato e pronto per venire eliminato (durata 4 mesi)

Non diversamente da tutte le altre strutture tegumentarie cutanee, anche il capello è normalmente soggetto alle aggressioni da parte dell'ambiente esterno (calore, umidità, secchezza eccessiva) ed anche come conseguenza di un'igiene scorretta (lavaggi troppo frequenti con prodotti inadatti, lavaggi eccessivamente distanziati fra di loro), o per uso di cosmetici impropri (tinture, gel, fissatori di scadente qualità); da ultimo non vanno trascurate talune affezioni particolari che costituiscono una vera e propria patologia del cuoio capelluto (che riconosce nella seborrea la manifestazione più frequente e clamorosa), e l'abitudine prolungata all'uso di particolari farmaci, come gli anticoncezionali orali, i cui effetti lesivi a lungo andare sono stati chiaramente documentati. La reazione del capello di fronte a queste varie aggressioni può manifestarsi con tre diversi gradi di intensità:

- una minima, in cui la suddivisione mitotica delle cellule germinative bulbari si arresta per qualche tempo, per poi ristabilirsi regolarmente;
- una decisamente più importante, in cui il ciclo trifasico fisiologico si arresta bruscamente, con accelerazione della comparsa della fase catagen e soprattutto di quella telogen (si assiste allora ad una marcata caduta di capelli - il cosiddetto "effluvio telogen" - che si sviluppa, mediamente, nell'arco di tre anni);
- una massimale, nel corso della quale risultano lesi sia il bulbo che la radice: il capello diventa distrofico e si spezza.

Hair Nails Complex è un integratore essenziale in ogni fase della vita dei capelli: ne contrasta la caduta e ne migliora la crescita, ne incrementa vitalità ed elasticità.

L'OMEGA-3 è essenziale per la salute delle membrane cellulari, in quanto costituenti dei fosfolipidi e di quella dei mitocondri, quindi è basilare per una migliore crescita e maggiore forza di tutti i tessuti, compresi capelli, unghie e pelle

L'OLIO DI BORRAGINE è una tra le rare fonti naturali di GLA, un acido grasso, che favorisce la produzione delle prostaglandine della serie 1 (PGE1), dotate di attività vasodilatatrice ed antinfiammatoria, ma soprattutto ha ottime proprietà eudermiche. Su questi presupposti metabolici si basano molte proprietà terapeutiche ascritte all'olio di borragine come il miglioramento della salute di capelli ed unghie.

La L-CISTINA è indispensabile per la formazione della cheratina, principale costituente di capelli e unghie, contribuisce al miglioramento della loro qualità, struttura e crescita

La VITAMINA C interviene nelle fasi della crescita e ne favorisce uno sviluppo vigoroso, combattendo i radicali liberi

Le VITAMINE DEL GRUPPO B sono utili per la sintesi delle proteine del capello e del cuoio capelluto,

prevengono depigmentazione ed alopecia. In particolare: la VITAMINA B2 partecipa alla sintesi della melanina (il pigmento della cute e dei capelli); la VITAMINA B5 (pantotenato calcico) migliora l'idratazione dei capelli, donando lucentezza e volume; la VITAMINA B1 combatte eventuali squilibri metabolici che potrebbero ripercuotersi sulla salute di unghie e capelli. Molte vitamine del gruppo B sono interdipendenti tra loro, di conseguenza la mancanza o la carenza di una di esse può compromettere poi la funzionalità di altre.

Per questo motivo devono essere assunte contemporaneamente, garantendo così numerose attività benefiche.

L'ACIDO FOLICO è necessario

per la crescita di tutte le cellule dell'organismo.

La VITAMINA E NATURALE (tocoferoli) è un potente antiossidante che mantiene efficienti le reazioni di ossidoriduzione che inattivano i radicali liberi, favorisce inoltre l'ossigenazione di sangue e tessuti.

Il SOLFATO DI FERRO è importante per il trofismo dei tessuti, soprattutto nella donna.

Il MAGNESIO ha un ruolo fondamentale nel metabolismo del corpo umano: si oppone alla penetrazione delle sostanze tossiche in particolare dei metalli pesanti. Aiuta, inoltre, ad utilizzare le vitamine del complesso B e le vitamine C ed E.

Informazioni Nutrizionali	x 100 g	x 1 perla	%RDA
Valore energetico	519,19 kcal	4,04 kcal	
	2170,20 kj	16,89 kj	
Proteine	19,36 g	0,15 g	
Carboidrati	9,11 g	0,07 g	
Grassi totali	45,04 g	0,35 g	
Acido linoleico	4,43 g	25,2 mg	
Olio di pesce	40,42	230 mg	
Omega-3 totali:	12,13 g	69 mg	
di cui EPA	7,27 g	41,4 mg	
DHA	4,85 g	27,6 mg	
L-cistina	8,79 g	50 mg	
Nicotinammide (Vit. B3)	3,16 g	18 mg	100%
Vitamina E acetato	11,77 g	6,7 mg	67%
Pantotenato calcico (Vit. B5)	0,97 g	5,52 mg	92%
Piridossina cloridrato (Vit. B6)	0,26 g	1,48 mg	74%
Riboflavina (Vit. B2)	0,30 g	1,70 mg	106,25%
Tiamina (Vit. B1)	0,22 g	1,28 mg	91,87%
Vitamina B12	17,5 mg	0,1 mg	100%
Acido folico	26,36 mg	0,15 mg	75%
Biotina (Vit. B8)	11,60 mg	0,066 mg	44%

Confezione da 30
e da 60 perle

Si consiglia l'assunzione
di 2 perle al giorno per
un periodo di almeno 3
mesi

INGREDIENTI

Olio di girasole, Panax
ginseng e.s. 12%
ginsenosidi, Pappa reale
liofilizzata 3:1, Grassi
parzialmente idrogenati di
soia, Lecitina di soia 56%
I.P., Gelatina, Glicerina
USP, Ossidi di ferro

Royal Panax è un integratore di ginseng e pappa reale ad azione energizzante utile in periodi di lavoro intenso, stress e nei casi di affaticamento psicofisico.

Il Panax Ginseng è nativo della Cina e coltivato estensivamente in Cina, Korea, Giappone e Russia; è la qualità più pregiata tra le 50 specie che compongono questa famiglia di radici.

Il Ginseng non ha bisogno di presentazioni, perché è la sostanza energizzante probabilmente più conosciuta e più usata che si trovi in natura. Ha un alto contenuto di principi attivi tonificanti: i ginsenosidi, le saponine con struttura triterpenica, tutte le vitamine del gruppo B (tra cui si trova una percentuale - dallo 0,01 allo 0,1 - di colina, una sostanza già presente nell'organismo e che partecipa al controllo della pressione sanguigna, abbassandola e regolarizzandola), la vitamina C, le vitamine A, E e K, l'acido folico, peptidi, pollini, saponosidi, tutti gli aminoacidi essenziali, minerali ed oligoelementi (sodio, potassio, magnesio, zolfo, fosforo, ferro, zinco, cobalto, manganese - un potentissimo antiastenico - antifatica, alluminio, rame, germanio, silicio, vanadio e diverse terre rare), enzimi (amilasi, glicolasi, fenolasi), acidi grassi polinsaturi (oleico, fitosterolico, senterpenico, stiroleico, oleanolico); i fitosteroli. Sostanze ormonosimili di tipo estrogeno e androgeno: Estriolo, Estrone, beta-estradiolo. Di recente, una sostanza antiossidante denominata "Maltol", è stata scoperta da ricercatori Coreani; e le ricerche continuano, per svelare i segreti di una radice che pare non voglia smettere di essere considerata veramente misteriosa.

Il suo nome botanico latino suggerisce una abilità da panacea (rimedio che guarisce ogni malattia), il suo uso principale è come tonico. La sua unica combinazione di componenti e principi attivi agisce su una vasta gamma di funzioni come l'assorbimento del glucosio, la funzione cerebrale, la respirazione e le ghiandole endocrine.

La radice è usata come tonico per rinvigorire e combattere la fatica, la ridotta capacità sul lavoro, la concentrazione, e nei periodi di convalescenza.

Il Ginseng aiuta a ripristinare la normale funzione ghiandola dopo la contraccizione o la terapia ormonale (di sintesi). Al ginseng, la moderna farmacologia riconosce una azione tonica e corroborante, confermando l'esperienza millenaria orientale.

La pappa reale è considerata il prodotto più pregiato dell'alveare. È la secrezione delle ghiandole ipofaringee e mascellari delle api operaie. Simile ad una crema biancastra, dall'odore e dal sapore molto acido, la pappa reale, distribuita dalle api operaie a tutte le giovani larve fino a due giorni d'età, si trova in massima quantità nelle celle reali. Si tratta del principale nutrimento dell'ape regina durante la sua esistenza. Grazie alla pappa reale, una larva invece di diventare ape operaia in 21 giorni con una vita di 40 giorni, diventa ape regina in 16 giorni, con una vita anche di cinque anni.

La pappa reale possiede quindi importanti effetti stimolanti per lo stato generale dell'organismo (ideale per sportivi, anziani e convalescenti), facilita il metabolismo cellulare, rafforza le difese dell'organismo, aumenta la resistenza agli sforzi e facilita il riacquisto del peso corporeo; è considerata adattogena, aumentando la risposta adattiva

dell'organismo alle difficoltà d'origine interna ed esterna, ottima quindi anche contro stress fisico e mentale, depressione, astenia ed inappetenza.

Royal Panax grazie all'uso sinergico di questi 2 eccezionali ingredienti utilizzato per periodi di 3 mesi e ad intervalli regolari (ad esempio primavera ed autunno), ha proprietà:

ADATTOGENE - agisce sui sistemi immunitario, endocrino e nervoso grazie alla sua abilità di aumentare la capacità dell'organismo di adattarsi allo stress interno ed esterno

TONICHE - agisce su tutti i sistemi grazie alla sua abilità di rinvigorire e rafforzare. Il ginseng e la pappa reale sono particolarmente utili nei pazienti in convalescenza da gravi incidenti, operazioni chirurgiche o malattie debilitanti legate all'età. Sono efficaci nel sostegno delle malattie a lungo termine, delle debolezze respiratorie, della debolezza sistematica, della funzione cerebrale, per e per tutte le situazioni da deficienza.

STIMOLANTI - agisce su tutti i sistemi grazie alla sua abilità di aumentarne temporaneamente la funzione e l'attività in modo rapido

ANTIASTENICHE E ANTIFATICA - agisce sul sistema endocrino e la funzione ormonale grazie alla capacità del ginseng di prevenire e/o alleviare la fatica, dovuta alla presenza di Manganese che è un potente antifatica

ANTISTRESS - dà resistenza al freddo, al caldo, alle intossicazioni chimiche, alla fatica, ecc.

STIMOLANTI - favorisce i processi costruttivi dell'organismo (crescita muscolare) e il sistema immunitario

MIGLIORA I RIFLESSI - la colina presente nel ginseng agisce sul sistema cardiovascolare con regolazione della pressione arteriosa, abbassandola e regolarizzandola

ANTIOSSIDANTI - i ginsenosidi sono potenti spazzini (scavenger) dei radicali liberi. Royal Panax quindi protegge dalle radiazioni (per es. quelle dei telefoni cellulari) rimuovendo i grassi ossidati della membrana cellulare

ANTIDEPRESSIVA E TONICA PER IL SISTEMA CEREBRALE - il Panax ginseng ha dimostrato di migliorare il tono dell'umore, la capacità mnemonica e l'attività. Secondo la medicina Ayurvedica, il Panax ginseng è una delle piante maggiormente toniche e ringiovanenti, rivitalizza il corpo e la mente. E' indicata in modo particolare per correggere i disturbi degli anziani.

Informazioni Nutrizionali	x 100 g	x 2 perle
Valore energetico	520,08 kcal	7,1 kcal
	2173,94 kj	29,7 kj
Proteine	25,92 g	360 mg
Carboidrati	22,12 g	300 mg
Grassi	36,43 g	500 mg
Ginseng	34 g	333,20 mg
Pappa reale	28,98 g	140 mg

Integro beta +

Confezione da 60 perle

Si consiglia l'assunzione
di 1 perla al mattino e 1
il pomeriggio per almeno
3 mesi

INGREDIENTI

Olio di carota (0,2%
beta-carotene), Dunaliella
salina (20% beta-
carotene), Lecitina di
soia 56% I.P., Vitamina
E acetato, Vitamina C,
Gelatina, Glicerina USP,
Colorante:
Beta-carotene 30%

Integro eta + è un integratore di beta carotene ottenuto dall'olio di carota e dalla dunaliella salina.

L'alga unicellulare Dunaliella salina è una fonte naturale ricchissima di carotenoidi e beta-carotene (oltre cento volte superiore che in qualunque altra risorsa naturale). Molte diete sono quasi prive di questi importanti nutrienti; in effetti la frutta e la verdura più ricche di carotenoidi e cioè meloni, broccoli, spinaci, cavoli, carote e patate americane, sono spesso consumate in quantitativi modesti.

Il betacarotene è il precursore della vitamina A, ovvero la sostanza di origine vegetale che, quando l'organismo lo richiede, si trasforma in vitamina A.

Indipendentemente da questa sua capacità di trasformazione, il betacarotene si è conquistato autonomamente un posto di primo piano tra le sostanze con virtù preventive:

- contrasta i danni dei radicali liberi (molecole che danneggiano l'organismo),
- protegge l'apparato cardiovascolare,
- è antinfiammatorio,
- antinvecchiamento,
- favorisce l'abbronzatura omogenea e senza danni, proteggendo la pelle dai raggi solari,
- è un antiossidante dalle indiscusse proprietà,
- rinforza il sistema immunitario in sinergia con gli altri carotenoidi contenuti nei vegetali

Tutto questo senza essersi ancora trasformato in vitamina A, poiché bisogna ricordare che il corpo trasforma il betacarotene in vitamina A solo in caso di effettivo bisogno, perché il suo eccesso può essere dannoso. "Troppo" betacarotene nell'organismo, invece, non è pericoloso: dà un colorito giallo-arancio alla pelle, che sparisce appena se ne riducono le dosi.

Integro eta +, grazie ai suoi ingredienti puri, è necessario, inoltre, per la corretta crescita e riparazione dei tessuti corporei; aiuta a mantenere pelle liscia, morbida e sana; aiuta a proteggere le mucose della bocca, del naso, della gola e dei polmoni, riducendo così la suscettibilità alle infezioni; protegge contro gli agenti inquinanti; contrasta la cecità notturna e la vista debole, ed è quindi fondamentale per una buona vista; aiuta nella formazione di ossa e denti.

Non bisogna dimenticare che il betacarotene stimola la produzione di melanina, efficace sempre: sia prima, sia durante, sia dopo il periodo d'esposizione al sole. Inizialmente, infatti, prepara la pelle ai raggi ultravioletti. Poi, rallenta la perdita di colore. E contrasta gli effetti di invecchiamento precoce provocati dal sole perchè previene i danni causati dai radicali liberi. Assunto come integratore tende a depositarsi in parte nel tessuto adiposo conferendo alla pelle un caratteristico colore arancio-dorato.

Integro eta + è consigliato:

a chi ha la pelle molto chiara, in associazione a filtri ad alta protezione per ridurre il rischio di eritemi e scottature

a chi è esposto tutto il giorno al sole o agli agenti atmosferici

ad anziani oltre i 60 anni perchè aiuta a prevenire la maculopatia senile
ai grandi bevitori perchè l'alcol distrugge le riserve epatiche di vitamina A

Informazioni Nutrizionali	x 100 g	x 2 perle	%RDA
Valore energetico	694 kcal	9,62 kcal	
	2899 kj	40,20 kj	
Proteine	20 g	280 mg	
Carboidrati	7,14 g	100 mg	
Grassi	65 g	900 mg	
Olio di carota	84,22 g	838 mg	
Dunaliella salina	4 g	20 mg	
Vitamina E acetato	1 g	10 mg	100%
Vitamina C	0,006 mg	60 mg	100%
Beta-carotene totale	3,96 g	5,54 mg	75%

Gas Block

Si consiglia l'assunzione di 2 perle prima o dopo i pasti principali.

Avvertenze: il carbone vegetale attivo non deve essere assunto per periodi prolungati perché può diminuire l'assorbimento di vitamine e sostanze nutritive nel tratto intestinale. Distanziare di almeno due ore l'assunzione di altri farmaci perché ne limiterebbe gli effetti.

INGREDIENTI

Olio di girasole, Carbone attivo, Essenza di anice, Essenza di menta piperita, Lecitina di soia, Olio di soia, Cera d'api, Gelatina alimentare, Glicerina USP

Il CARBONE VEGETALE ATTIVO si ottiene per distillazione secca dal legno di Betula alba e da altri legni appartenenti ai generi Salix, Populus e Tilia. Dopo un opportuno lavaggio, si ottiene l'estratto che si presenta sotto forma di polvere di colore nero, fine ed inodore dalle molteplici proprietà poiché possiede un alto potere adsorbente, ha cioè una superficie capace di produrre legami con le diverse sostanze. Il carbone vegetale attivo è, infatti, l'unico adsorbente attualmente riconosciuto dal gruppo di esperti dell'FDA (Food and Drug Administration) per il trattamento di soggetti che abbiano ingerito sostanze tossiche, poiché possiede la capacità di trattenere gran parte dei veleni formando un complesso che viene eliminato dal tubo digerente senza essere assorbito.

Il meteorismo è un sintomo molto diffuso, che insieme al dolore addominale e a disturbi dell'alvo (diarrea e soprattutto stitichezza) colpisce più del dieci per cento degli Italiani.

Le proprietà adsorbenti nei confronti di liquidi, idrogenioni e gas, rendono il carbone vegetale un integratore particolarmente utilizzato in presenza di aerofagia, diarrea, meteorismo e flatulenza, grazie anche al blando effetto disinfettante a livello intestinale.

La MENTA PIPERITA, antica e famosa pianta officinale, possiede, in rapporto agli altri tipi di menta, un più alto contenuto di mentolo ed è ancora oggi una delle piante più usate in fitoterapia. La menta piperita stimola la produzione di succhi gastrici e per questo risulta essere un valido rimedio in caso di problemi digestivi. Grazie alle sue proprietà antinfiammatorie e calmanti sullo stomaco è in grado di lenire i gonfiori ed è utile anche contro la dissenteria.

Le proprietà culinarie e salutistiche dell'ANICE VERDE erano già conosciute nell'antichità: Carlo Magno lo coltivava nel suo orto, poiché era convinto che non si potesse vivere senza. La consideravano la panacea di tutti i mali anche i cerusici egiziani e babilonesi, nonché Ippocrate, Dioscoride, Celso e Pitagora. Le virtù dell'anice accontentavano un po' tutti: i peccatori di gola trovavano sollievo nelle sue qualità digestive, gli assetati nella capacità di spegnere l'arsura e, per tutti un giovamento generale con il miglioramento dell'alito, la diminuzione della ventosità intestinale e l'aumento della diuresi.

La parte della pianta utilizzata come droga sono i frutti, comunemente chiamati semi, ricchi di olio essenziale; il principio chimico responsabile dell'odore e del sapore di questo olio essenziale è il trans-anetolo, che rappresenta l'80-90% dell'essenza. L'anice è un buon carminativo, stomachico ed antispasmodico.

Gas Block, proprio grazie alla sinergia dei suoi componenti, è un coadiuvante nei casi di: aerofagia, coliti, fermentazioni intestinali e gastriti. Le sue minuscole particelle trattengono tra di loro l'aria che si sviluppa a livello gastrico e a livello intestinale, causata da fermentazioni anomale dei cibi. In tal modo, viene eliminato il gonfiore e la tensione delle pareti addominali e le infiammazioni. Donando, anche dopo alcune ore, una piacevole sensazione di alito fresco.

Gas Block ha la peculiarità di assorbire sia i gas del tratto

gastroenterico che l'eccesso di acidità gastrica; stimola la digestione grazie ad un'alta percentuale di sali minerali basici in esso contenuti ed all'azione sinergica dell'anice e della menta piperita. Infatti, da sempre la fitoterapia associa il carbone attivo all'anice e alla menta piperita, piante dalle proprietà carminative, antifermentative, disinfettanti intestinali ed antispasmodiche del tubo gastroenterico.

Gas Block è utile anche nella "chelazione" (eliminazione) di minerali e metalli tossici immagazzinati nelle cellule, nei tessuti e negli organi.

Informazioni Nutrizionali	x 100 g	x perla
Valore energetico	472,44 kcal	3,83 kcal
	1974,82 kj	16 kj
Proteine	16,91 g	0,14 g
Carboidrati	7,98 g	0,06 g
Grassi	41,43 g	3,83 g

Betudraine

Confezione da 150 ml

Per un'attività drenante e anticellulite si consiglia di diluire in 1,5 lt di acqua da bere nell'arco della giornata, per un periodo di circa 3 settimane da ripetersi ciclicamente

INGREDIENTI

Betulla linfa m.g., Acqua, Alcol 30% vol., Glicerina.

Betudraine è un integratore alimentare di LINFA DI BETULLA in macerato gliceroalcolico.

La linfa di betulla è una risorsa naturale in forma liquida che in primavera fluisce dalle radici verso la cima degli alberi; contiene tutti i nutrienti necessari per la crescita degli alberi e per rivitalizzare la pianta dopo i rigori invernali.

Essa viene utilizzata da centinaia di anni nei paesi nordici per le sue proprietà drenanti e depurative; infatti contiene due eterossidi: il betulossido ed il monotropidossido che liberano, per idrolisi enzimatica, il salicilato di metile dalle proprietà analgesiche, antiinfiammatorie e diuretiche.

La linfa di Betulla è utile nel trattamento dell'iperuricemia: la sua assunzione regolare per 2-3 mesi può ridurla anche del 20-30%.

Per l'aumentata attività diuretica che determina, può essere utilizzata anche nel trattamento della litiasi urinaria .

Si deve a Conrad de Meigenber (Ratisbona, 1350) la prima menzione della linfa di Betulla della quale Mattioli, due secoli più tardi, dirà che "ha grandi proprietà e virtù di rompere i sassi tanto ai reni che alla vescica, se si continua ad usare"; la linfa, i germogli e le foglie di betulla non hanno diuretici rivali nel dissolvere concrezioni calcinose delle vie urinarie aumentando la diuresi e favorendo l'eliminazione degli acidi urici, dei cloruri e dell'urea, per tale motivo la Betulla si è vista concedere il titolo di "albero nefritico d'Europa".

Nel 1937 M. Leclerc ne dimostrò gli effetti sulla cellulite, della quale favorirebbe la dissoluzione con scomparsa dei noduli fibro-connettivali. La Betulla stimola la maggior parte degli organi dei metabolismi, possiede un'importante attività sul sistema reticolo endoteliale stimolando i macrofagi (cellule del kuppfer, macrofagi splenici), alcune cellule della milza, del pancreas, dei reni e delle ossa (osteoblasti). Agisce inoltre sul metabolismo proteico aumentando l'albumina e abbassando l'iperalfa uno globulinemia; sul metabolismo lipidico abbassando il colesterolo; sul metabolismo generale abbassando l'acido urico, la creatininemia e l'albuminuria.

L'indicazione maggiore della linfa di Betulla è comunque quella riguardante il trattamento della CELLULITE, ne riduce nettamente l'impastamento e la componente algica oltre a contrastare, grazie all'aumento della diuresi, la ritenzione idrica quasi sempre presente insieme ai fastidiosi cuscinetti a buccia d'arancia.

Per queste sue peculiarità e per l'attività ipocolesterolemizzante che la caratterizza, rientra negli schemi di integrazione nel trattamento del sovrappeso.

La linfa di betulla viene raccolta seguendo una tecnica particolare: all'inizio del mese di marzo, con luna crescente, si praticano nelle betulle adulte, che crescono in zone boschive, e di preferenza sulla parte del tronco esposta a sud, alcuni fori a circa un metro da terra, profondi da due a cinque centimetri, leggermente obliqui verso l'alto, nei quali si introduce un tubicino da cui la linfa defluisce nei recipienti posti a terra.

Un tronco di 50 cm di diametro fornisce in quattro giorni una media di 3-4 litri di linfa. La raccolta risulta più proficua quando le betulle sono di media grandezza, crescono in luoghi elevati e quando l'inverno è stato rigido.