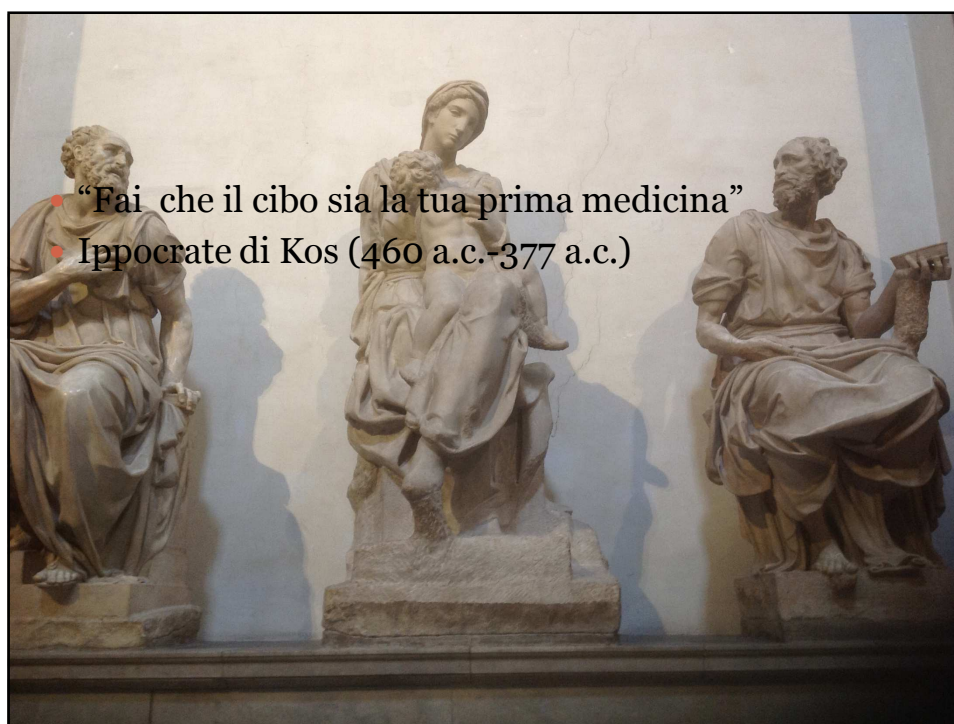


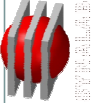
Dr. Curina Giuseppe

A photograph of a white plate filled with a pasta dish. The pasta appears to be a short, tubular variety, possibly farfalle or similar, coated in a vibrant green sauce. Several dark-shelled mussels are scattered throughout the pasta. The plate is set against a light background.

GLI ALIMENTI E I NUTRIENTI IN UNA DIETA SALUTISTICA



- “Fai che il cibo sia la tua prima medicina”
- Ippocrate di Kos (460 a.c.-377 a.c.)



QUALI SONO LE DIFFICOLTA' ?

Nella vita ciò che piace e gratifica di più

- O fa male
- O è proibita
- O è immorale
- O fa ingrassare
-o costa troppo

Oscar Wilde



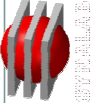
IO PER LA MIA SALUTE FAREI QUALUNQUE COSA TRANNE LA DIETA, IL MOTO E SMETTERE DI BERE.



ALIMENTAZIONE v.s NUTRIZIONE

ALIMENTAZIONE:
Comprende tutti i passaggi che vanno dall'introduzione alla digestione degli alimenti.

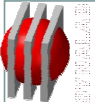
NUTRIZIONE:
Riguarda l'assorbimento, la distribuzione e quindi l'utilizzo dei nutrienti



ALIMENTAZIONE v.s DIZIONE



MANUEL URIBE:
Nonostante pesasse oltre 570 kg è stato trovato in condizioni di malnutrizione



NUTRIENTI

SI SUDDIVIDONO IN:

MACROELEMENTI:

- Glucidi
- Protidi
- Lipidi

MICROELEMENTI:

- Vitamine
- Minerali



MACROELEMENTI

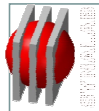
GLUCIDI O CARBOIDRATI

COSTITUISCONO: dal 40 al 60 % del F.E.G.

FORNISCONO: 4 kcal/g

RICHIEDONO: 0,24 kcal/g (per digestione / assorbimento)

FUNZIONI ➤ Energetica
:
➤ Metabolica
➤ Plastico/strutturale



MACROELEMENTI

PROTIDI O PROTEINE

COSTITUISCONO: dal 15 al 30 % del F.E.G.

FORNISCONO: 4 kcal/g

RICHIEDONO: 1,2 kcal/g (per digestione / assorbimento)

FUNZIONI ➤ Plastico/struttura
:
➤ Metabolica
➤ Immunitaria





MACROELEMENTI

LIPIDI O GRASSI

COSTITUISCONO: dal 25 al 30 % del F.E.G.

FORNISCONO: 9 kcal/g

RICHIEDONO: 0,36 kcal/g (per digestione / assorbimento)

FUNZIONI

- Metabolica
- Energetica
- Plastico/strutturale



MICROELEMENTI

VITAMINE

LIPOSOLUBILI: A – E – D – K

IDROSOLUBILI: B (gruppo) – C – PP – H

➤ **Coenzimi**



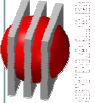
Bioregolatori



Antiossidanti



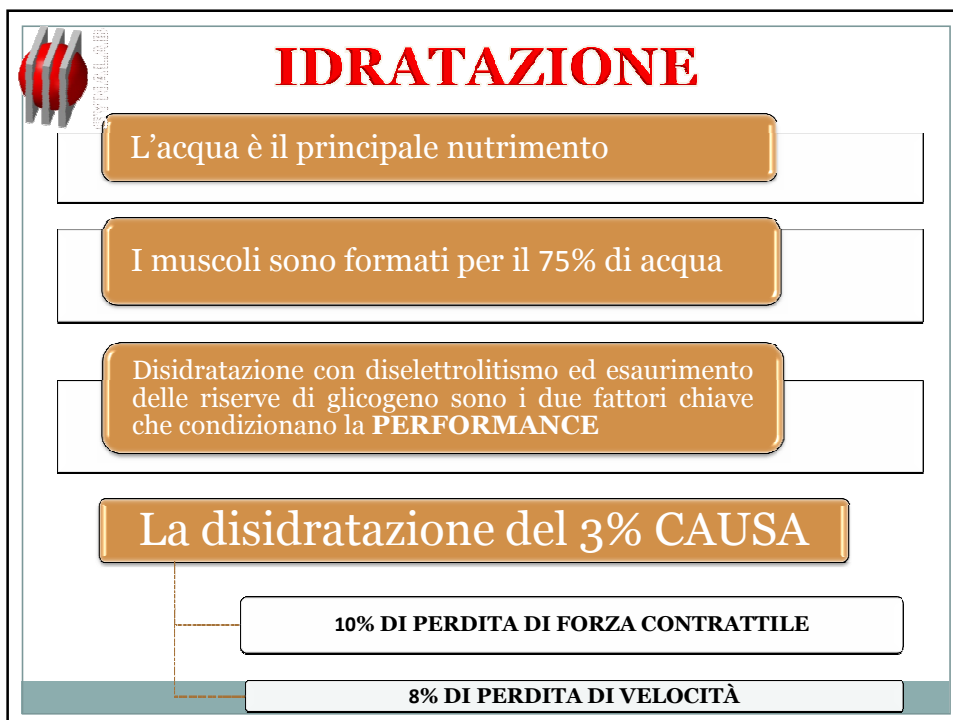
*Sono sostanze
essenziali !*



MICROELEMENTI

MINERALI		
MACROELEMENTI I	OLIGOELEMENTI (TRACCIA)	OLIGOELEMENTI I (ULTRATRACCIA)
CALCIO	FERRO	LITIO
FOSFORO	ZINCO	NICKEL
ZOLFO	RAME	ARSENICO
CLORO	COBALTO	VANADIO
SODIO	IODIO	SILICIO
POTASSIO	CROMO	PIOMBO
MAGNESIO	MANGANESE	BORO
➤ Coenzimi	MOLIBDENO	
➤ Bioregolatori	SELENIO	
	FLUORO	

Sono sostanze essenziali nel lungo periodo !





IDRATAZIONE

Conseguenze di una carenza di liquidi

- Affaticamento muscolare
- Cefalea
- Nausea
- Tremori muscolari
- Crampi
- Calo della pressione arteriosa
- Difficoltà dello smaltimento del calore (colpo di calore)
- Collasso cardiocircolatorio



Il fabbisogno di acqua per adulti e anziani è approssimativamente di **1-1,2 ml di acqua per ogni kcal alimentare introdotta nel corso della giornata (1.5 ml/kcal/giorno PER I BAMBINI)**

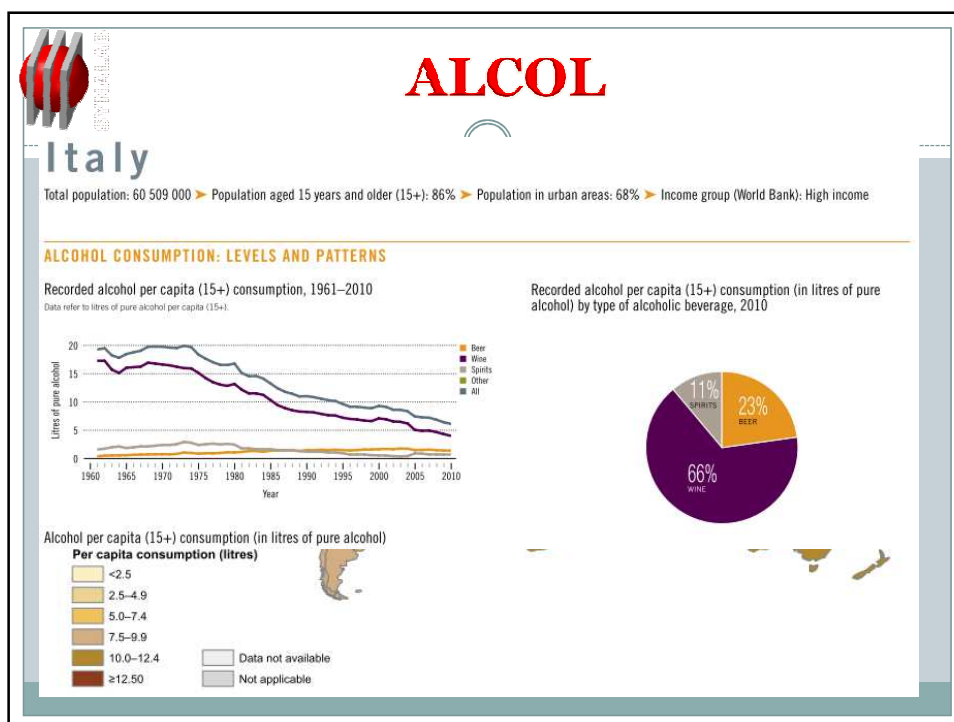
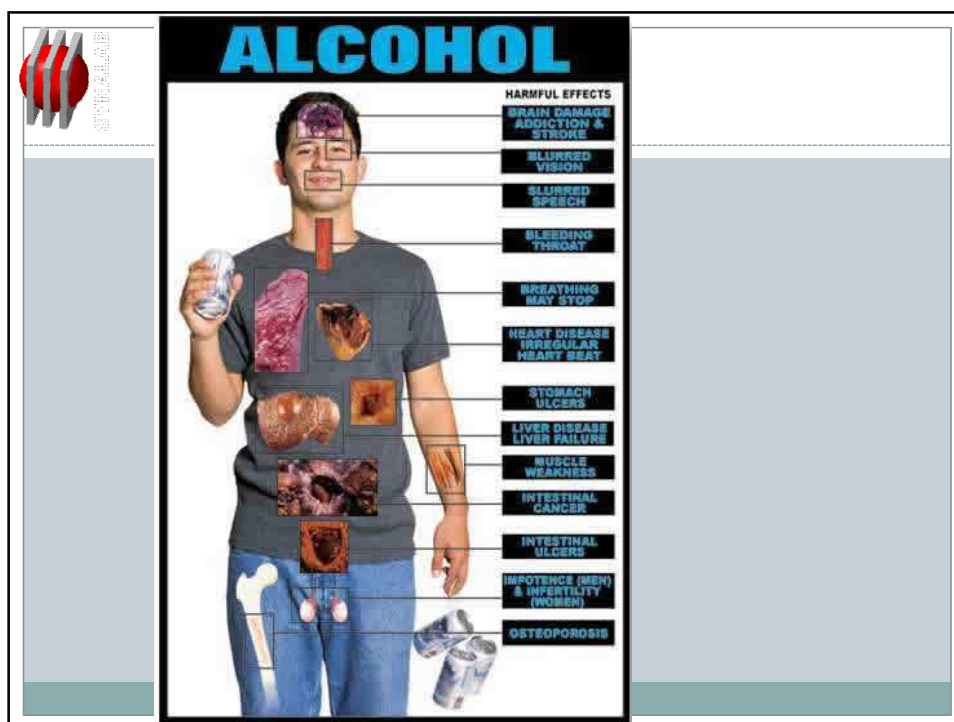
In condizioni normali le perdite giornaliere di acqua nell'individuo adulto si aggirano intorno al **3-4% del peso corporeo (2-2.5 litri)**.



ALCOL

7 Kcal/g

☐	Deidrogenasi alcolica	☐
☐	Riduzione del piruvato in lattato	☐
☐	Liposintetico	☐
☐	Azione depressiva sul SNC	☐
☐	Formazione di aldeidi e radicali liberi	☐
☐	Irritazione della mucosa gastrica	☐
☐	Affaticamento epatico	☐
☐	Termodispersione	☐
☐	Disidratazione	☐
☐	No A.D.S. (calorie "vuote")	☐



ALCOL

Birra 5°
bicchiere 330 ml
Vino 12°
bicchiere 125 ml
Aperitivo 18°
bicchiere 80 ml
Superalcolico 36°
bicchiere 40 ml

1
Unità alcolica
(circa 12 grammi di alcol)

1 BICCHIERE = 1 UNITÀ = 12 GRAMMI DI ALCOL

ALCOL

LE EVIDENZE SCIENTIFICHE 2013
PER LE NUOVE LINEE GUIDA SUL CONSUMO DI ALCOL

Unità Alcoliche equivalenti (contenenti 12 g di alcol)

birra 5°
bicchiere 330 ml
 oppure
 vino 12°
bicchiere 125 ml
 oppure
 aperitivo 18°
bicchiere 80 ml
 oppure
 cocktail alcolico 36°
bicchiere 40 ml

Sei a rischio per la salute
se il consumo giornaliero è superiore a :

0 Unità fino ai 16 anni
1 Unità Tra 16 e 20 anni ed oltre i 65 anni
1-2 Unità per le donne
2-3 Unità per gli uomini

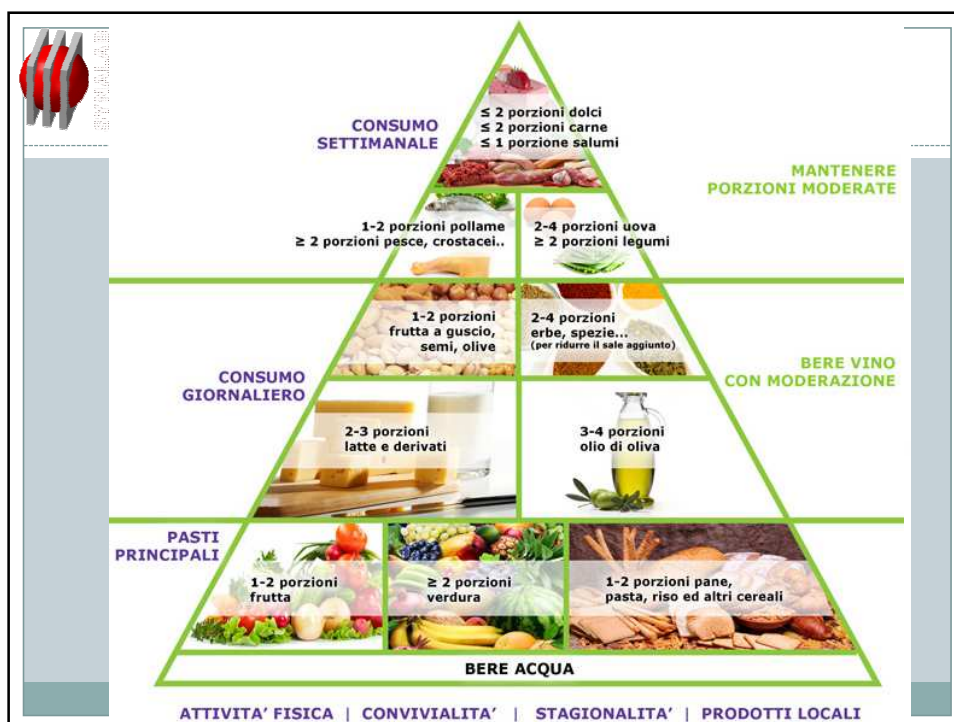
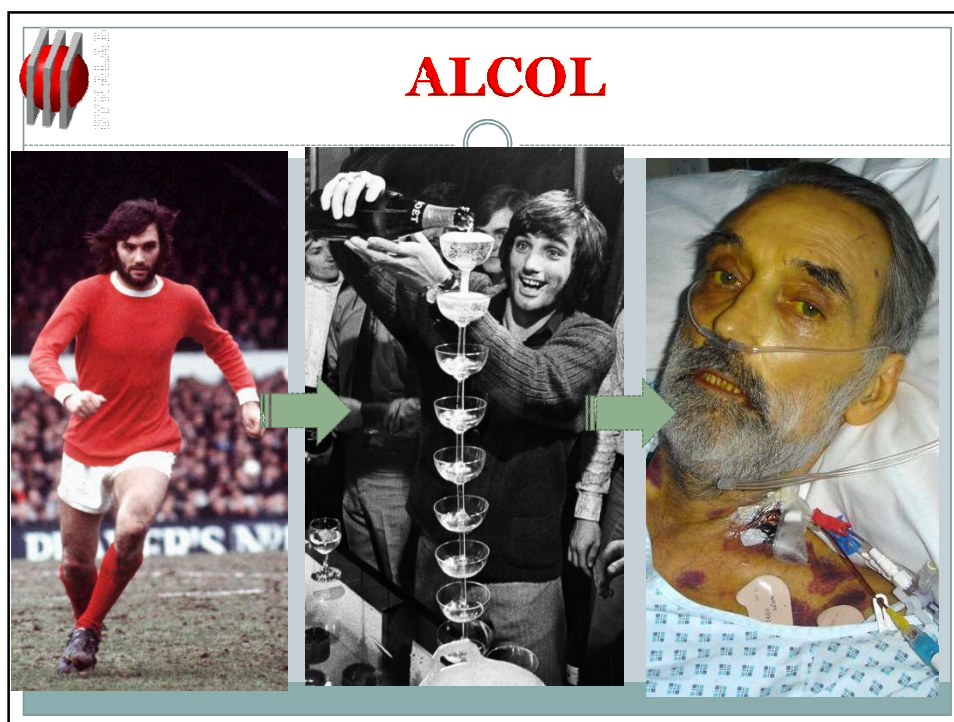
0-18 anni 0 Unità
18-20 e 65+ 1 Unità
Donne 1 Unità
Uomini 2 Unità

sono inoltre considerati comportamenti a rischio

- Il **Binge drinking**, cioè il consumo in un'unica occasione di 6 o più UA
- Il consumo di alcolici **per le donne in gravidanza e in allattamento**
- Il consumo di qualsiasi bevanda alcolica **per gli alcolisti in trattamento e gli ex alcolisti**

EMANUELE SCAFFATO 25/10/2012

Osservatorio Nazionale Alcol - World Health Organization Collaborating Centre for
 RESEARCH and HEALTH PROMOTION on ALCOHOL and ALCOHOL-RELATED HEALTH PROBLEMS



PIRAI **SE VUOI ESSERE UN CAMPIONE...** **ARE**

E' IMPORTANTE MANGIARE LE COSE GIUSTE, NEL MOMENTO GIUSTO E NELLA GIUSTA QUANTITA'

FRUTTA E VERDURA	5 porzioni
CEREALI	3 porzioni di pane 1 porzione di pasta o riso (meglio se integrali)
LATTE E YOGURT	3 porzioni
CARNE	2-3 volte
PESCE	2-3 volte
LEGUMI	3 volte
UOVA	2 volte
FORMAGGIO	2 volte
CONDIMENTI	3 cucchiaini di olio extravergine di oliva al giorno
DOLCI	1-2 volte la settimana

OGNI GIORNO

OGNI SETTIMANA

...SALTA LA CORDA NON LA COLAZIONE!

VIVI IN MOVIMENTO, GUADAGNA SALUTE!

guadagnare salute

Come garantire il giusto apporto di tutti i principi nutritivi?

IL PIATTO SANO

OLI VEGETALI

Per cucinare e condire usate oli vegetali (in particolare olio e.v. di oliva). Limitate il burro ed evitate i grassi trans

ACQUA

Bevete acqua, the o caffè (con poco zucchero o senza)

VERDURE E ORTAGGI

Mangiate molta verdura e ortaggi, variando frequentemente la qualità

CEREALI INTEGRALI

Limitate il consumo di latte e derivati (1-2 porzioni al giorno) e di succhi di frutta. Evitate le bibite gassate

FRUTTA

Mangiate molta frutta variandone i colori

PROTEINE "SALUTARI"

Mangiate cereali integrali (pasta, riso e pane). Evitate i cereali raffinati (riso bianco e pane)

Preferite il pesce, le carni bianche, i legumi e la frutta a guscio. Limitate le carni rosse. Evitate gli affettati e la carne trasformate

Mantenetevi attivi

© Harvard University

Harvard School of Public Health
The Nutrition Source
www.hsph.harvard.edu/nutritionsource

Harvard Medical School
Harvard Health Publications
www.health.harvard.edu



Attenzione alle carenze

SOPRATTUTTO:

- Ferro
- Calcio
- Potassio
- Magnesio
- Acidi grassi mono e polinsaturi

Troppo spesso dimenticate



Ma allora quale è il pasto principale??

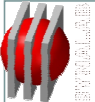


LA PRIMA COLAZIONE

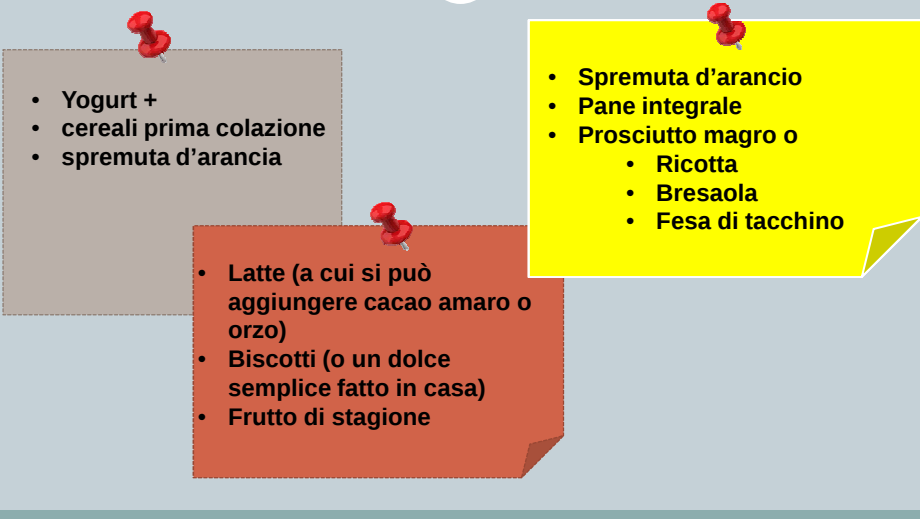
La colazione: il giusto carburante per partire con sprint

Per affrontare la giornata abbiamo bisogno di una buona dose di energia, chi avvia la giornata con una **prima colazione equilibrata** trae vantaggio anche a livello cognitivo: **maggiore attenzione, maggiore concentrazione, memoria più attiva.**





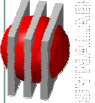
QUALCHE IDEA...



- Yogurt +
- cereali prima colazione
- spremuta d'arancia

- Latte (a cui si può aggiungere cacao amaro o orzo)
- Biscotti (o un dolce semplice fatto in casa)
- Frutto di stagione

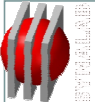
- Spremuta d'arancio
- Pane integrale
- Prosciutto magro o
 - Ricotta
 - Bresaola
 - Fesa di tacchino



INTEGRAZIONE

INTEGRAZIONE:

**“FUNZIONALE
COMPLETAMENTO
MEDIANTE
AGGIUNTA O ADDIZIONE”**

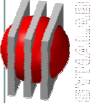


INTEGRAZIONE

INTEGRARE $\neq$ SOSTITUIRE

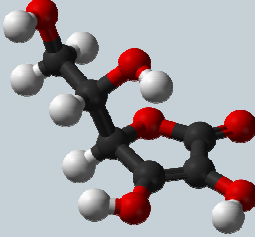
**NON È AMMISSIBILE PENSARE DI
SOSTITUIRE UNA CORRETTA
ALIMENTAZIONE CON UN
PROGRAMMA DI INTEGRAZIONE
ALIMENTARE**

**L'INTEGRATORE COMPLETA, NON SOSTITUISCE
LA CORRETTA ALIMENTAZIONE**



INTEGRAZIONE

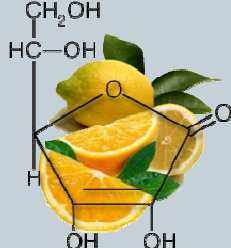
MOLECOLE



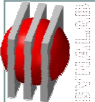
V.S.

V.S.

COMPLESSI



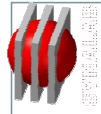
IL POTERE NUTRITIVO DEI COMPLESSI DI SOSTANZE
 PRESENTI IN NATURA NON SEMPRE E'
 RIPRODUCIBILE CON I MEZZI ATTUALI:
VALUTARE CASO PER CASO



SUPPLEMENTAZIONE

SUPPLEMENTAZIONE

**“DISPONIBILITA’ DI
 NUTRIENTI E SOSTANZE DI
 REGOLAZIONE PER LA
 MASSIMA EFFICIENZA DEI
 PROCESSI FISIologici”**

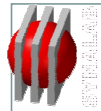


ALIMENTAZIONE NATURALE ?

CHE COS'E' NATURALE ?

NATURALE: Che riguarda la natura, che deriva dalla natura o che è conforme ai suoi principi:

Se un fenomeno si realizza sia biochimicamente all'interno di un organismo vivente o chimicamente in un laboratorio è perché avviene nel rispetto delle LEGGI NATURALI DELLA FISICA che stabiliscono a cascata il funzionamento di tutti gli altri fenomeni



ALIMENTAZIONE NATURALE ?

CHE COS'E' NATURALE ?

SE UNA SOSTANZA FUNZIONA E' PERCHE' HA UN EFFETTO FISIOLOGICO O FARMACOLOGICO BEN PRECISO !

PER CORRETTEZZA DOBBIAMO PARLARE QUINDI DI SOSTANZE:

- **XENOBIOTICHE – BIOTICHE**
- **PARTE DEL PATRIMONIO ALIMENTARE DI UN ORGANISMO O NO**

N.B.: ALCUNI TRA I PIU' POTENTI VELENI E TOSSINE CONOSCIUTI SONO NATURALISSIMI!!!



COME PROCEDERE?

LA PIANIFICAZIONE NUTRIZIONALE RAZIONALE RICHIEDE **CONOSCENZA**:

- Aspetti metabolici correlati all'attività praticata
- Carico di lavoro
- Volume di lavoro
- Dosaggio dei nutrienti
 - Es: in g/kg di peso corporeo per proteine , carboidrati ecc
- Cinetica e dinamica degli alimenti e dei nutraceutici utilizzati

MERCATO

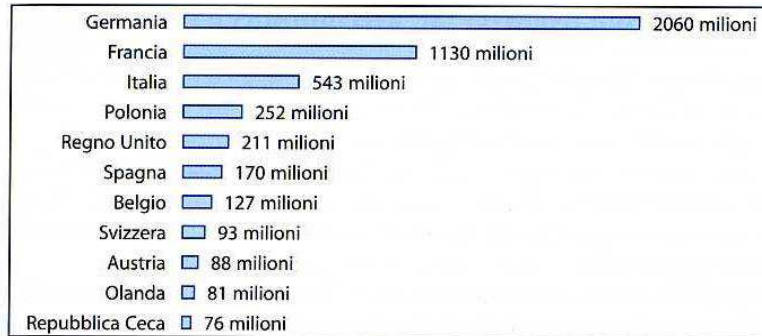


Fig. 3.2 Vendita dei rimedi erboristici (in dollari USA) in alcuni paesi europei [Da: De Smet (2005) N Eng J Med 352:1176-1178]

NUTRACEUTICA DEFINIZIONI

NUTRACEUTICA : neologismo sincratico da "**nutrizione**" e "**farmaceutica**", si riferisce allo studio di alimenti che hanno una funzione benefica sulla salute umana. Viene definita

NUTRACEUTICA una singola sostanza con proprietà medicamentose presente in un alimento

ALIMENTO FUNZIONALE : o

"farmalimento" termine con il quale viene identificato un alimento che presenta proprietà benefiche nella sua interezza.

NUTRACEUTICA DEFINIZIONI

INTEGRATORI ALIMENTARE: prodotti alimentari destinati ad integrare la comune dieta e che costituiscono una fonte concentrata di sostanze nutritive, quali le vitamine e i minerali, o di altre sostanze aventi un effetto nutritivo o fisiologico, in particolare, ma non in via esclusiva aminoacidi, acidi grassi essenziali, fibre ed estratti di origine vegetale, sia monocomposti che pluricomposti, in forme predosate.

D.L. 21 maggio 2004 n.169 "Attuazione della direttiva 2002/46/CE relativa agli integratori alimentari" ART. 2

ALLA LUCE DI QUESTE DEFINIZIONI UN
NUTRACEUTICO RIENTRA A PIENO TITOLO NELLA
CATEGORIA DEGLI **INTEGRATORI ALIMENTARI**

IN PRATICA.... COME FUNZIONA?

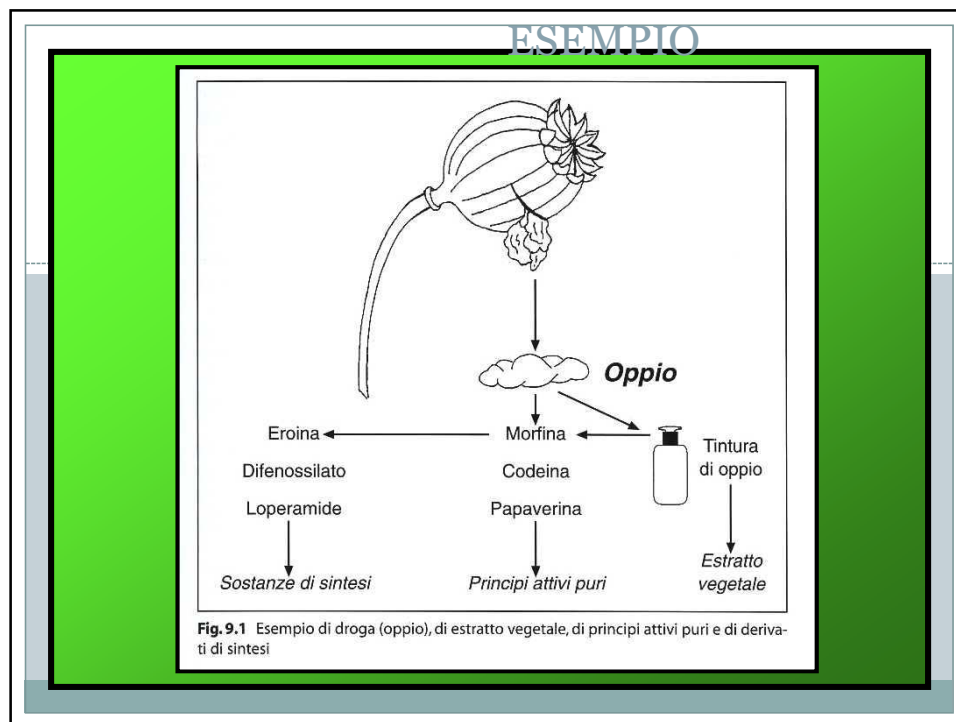
DROGA VEGETALE
(FOGLIE, FIORI, GEMME, RADICE, RIZOMA...)



ESTRAZIONE MOLECOLA O COMPLESSO
MOLECOLARE
(RELATIVAMENTE AL MECCANISMO D'AZIONE)



FORMULAZIONE CON OPPORTUNA TECNICA
FARMACEUTICA
(OTTIMIZZARE E FAVORIRE MECCANISMO D'AZIONE)



ATTENZIONE... **IL PARADOSSO DELLA FITOTERAPIA...**

**CONCENTRARE NELL'ORGANISMO DERIVATI
MOLECOLARI CHE SONO STATI LA PRINCIPALE
SPINTA EVOLUTIVA ALLA GENESI DEI SISTEMI
DI DETOSSIFICAZIONE:**

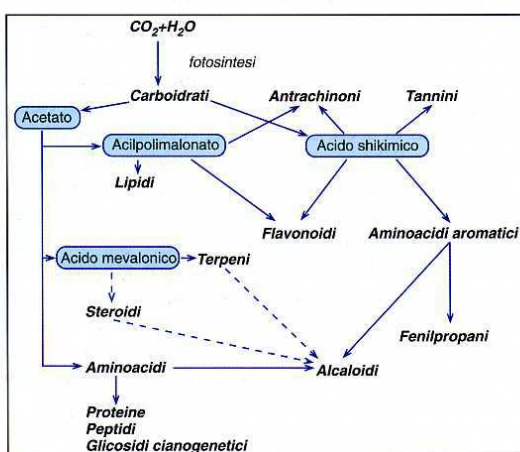
- **citocromi (P450)**
- **proteine ABC (gp-P, MDR, etc.)**

Tabella 11.1 Principi attivi

Classe	Caratteristiche	Commento
Alcaloidi	Amine basiche	Sono circa 12.000. Sono molto attivi ed anche molto tossici; alcuni sono narcotici
Essenze	Contengono terpeni e/o fenoli	Noti anche come oli essenziali o volatili sono usati in profumeria ed in medicina come antibatterici e mucolitici
Flavonoidi	Pigmenti delle piante	Sono circa 4.000 ma solo per pochi l'attività biologica è ben documentata
Glicosidi	Contengono zuccheri	Sono circa 3.000 e si comportano da profarmaci
Resine	Prodotti di ossidazione dei terpeni	Possono contenere oli essenziali (oleoresine)
Saponine	Glicosidi di natura steroidea o terpenica	Sono tensioattivi e causano emolisi
Tannini	Polifenoli, molti contenenti l'acido gallico	Legano le proteine. Riducono la diarrea ed agiscono da emostatici
Gomme e mucillagini	Polisaccaridi eterogenei; derivanti dall'acido uronico	Agenti igroscopici usati come eccipienti, protettivi delle mucose e come blandi lassativi

Fig. 11.1. Schema biosintetico dei principali metaboliti secondari.

I **carboidrati**, comunemente chiamati "zuccheri", sono tra i primi prodotti che derivano dalla fotosintesi a partire dall'anidride carbonica e dall'acqua. I **flavonoidi** sono sintetizzati attraverso una combinazione di due vie biosintetiche: acilpolimalonato ed acido shikimico. Gli

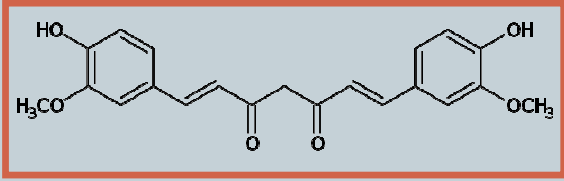


antrachinoni possono essere sintetizzati sia dall'acilpolimalonato (*Polygonaceae*, *Ramnaceae*) che dall'acido shikimico (*Rubiaceae*, *Gesneriaceae*). Gli **alcaloidi** si formano a partire dagli aminoacidi; comunque terpeni o steroidi spesso vengono inglobati nello scheletro terminale di un alcaloide

CURCUMINA

CURCUMA LONGA

LA CURCUMINA: è un **fenolo (diferuloilmetano)** estratto da *Curcuma longa* che ha riscosso l'interesse della comunità scientifica per una variegata gamma di effetti biologici



CURCUMINA



CURCUMINA

CURCUMA LONGA

LA CURCUMINA: è un **fenolo (diferuloilmetano)** estratto da *Curcuma longa* che ha riscosso l'interesse della comunità scientifica per una variegata gamma di effetti biologici

NCBI Resources How To

PubMed.gov US National Library of Medicine National Institutes of Health

PubMed curcumin RSS Save search Advanced

Show additional filters

Text availability: Abstract available, Free full text available, Full text available

Publication dates: 5 years, 10 years, Custom range...

Display Settings: ☒ Summary, 20 per page, Sorted by Recently Added

Send to: ☒

Results: 1 to 20 of 5117

1. [Comparative evaluation of the efficacy of turmeric and curcumin as a local drug delivery system: A clinicomicrobiological study.](#)
 Kudva P, Tabasum ST, Gupta S.
 Gen Dent. 2012 Sep;60(5):e283-7.
 PMID: 23032234 [PubMed - in process]
[Related citations](#)

CURCUMINA CURCUMA LONGA

- **EFFETTO ANTIOSSIDANTE**
- **EFFETTO ANTINFIAMMATORIO**
 - 1) INIBIZIONE CICLOSSIGENASI 2 (COX-2)
 - 2) INIBIZIONE OSSIDO NITRICO INDUCIBILE (I-NOS)
 - 3) INIBIZIONE LIPO OSSIGENASI 1 (LOX-1)
 - 3) RIDUZIONE RILASCIO METALLOPROTEINASI DI MATRICE (MPP)
 - 4) MODULAZIONE PEROXISOME PROLIFERATOR-ACTIVATED RECEPTOR GAMMA (PPAR-)
 - 5) MODULAZIONE NUCLEAR FACTOR KINASI BETA (NFK- β)
 - 6) MODULAZIONE ACTIVATOR PROTEIN 1 (AP-1)

EFFETTO ANTINFIAMMATORIO A 360°

CURCUMINA CURCUMA LONGA

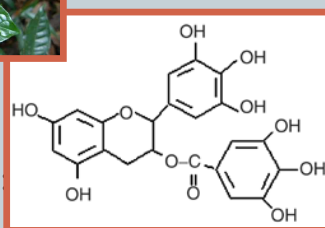
BIODISPONIBILITA' E PERFORMANCE:

- **LA BIODISPONIBILITA' ORALE DELLA CURCUMINA RISULTA SCARSA E LA SUA EMIVITA BREVE PER L'INTERVENTO DEL CITOCROMO P450**
- **QUESTA PROBLEMATICHA PUO' ESSERE RISOLTA CON UN DOPPIO APPROCCIO:**
 - COMPLESSARE CURCUMINA CON UN FOSFOLIPIDE (FITOSOMA, LIPOSOMA, NISOSOMA)
 - INIBIZIONE ATTIVITA' CITOCROMO P-450 CON PIPERINA (SUFFICIENTE IN RAPPORTO 1:100)

EGCG**CAMELIA SINENSIS****EGCG****CAMELIA SINENSIS**

L'EPIGALLOCATECHIN-3-GALLATO: è una **catechina**, può essere considerata la molecola principalmente responsabile degli effetti benefici attribuiti al Te' Verde, che comunque si rivela essere una miniera di sostanze ad azione farmacologica come:

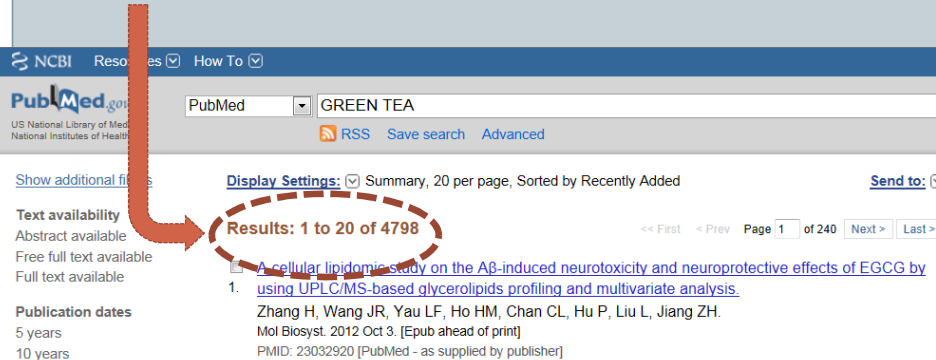
- CATECHINE
- FLAVONOIDI
- ACIDI FENOLICI
- TANNINI
- METILXANTINE
- VITAMINE
- MINERALI
- L-TEANINA (5-N-etilglutamina)



EGCG

CAMELIA SINENSIS

L'EPIGALLOCATECHIN-3-GALLATO: è una **catechina**, può essere considerata la molecola principalmente responsabile degli effetti benefici attribuiti al Te' Verde,



NCBI Resources How To

PubMed GREEN TEA

US National Library of Medicine
National Institutes of Health

RSS Save search Advanced

Show additional filters

Display Settings: Summary, 20 per page, Sorted by Recently Added

Send to:

Text availability
Abstract available
Free full text available
Full text available

Publication dates
5 years
10 years
Custom range...

Results: 1 to 20 of 4798

1. [A cellular lipidomic study on the Aβ-induced neurotoxicity and neuroprotective effects of EGCG by using UPLC/MS-based glycerolipids profiling and multivariate analysis.](#)
Zhang H, Wang JR, Yau LF, Ho HM, Chan CL, Hu P, Liu L, Jiang ZH.
Mol Biosyst. 2012 Oct 3. [Epub ahead of print]
PMID: 23032920 [PubMed - as supplied by publisher]
[Related citations](#)

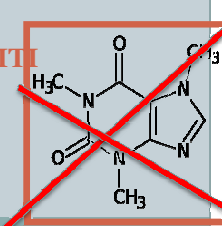
EGCG

CAMELIA SINENSIS

- **EFFETTO ANTIOSSIDANTE**
- **STIMOLAZIONE METABOLISMO BASALE (4% c.a.)**
 - 1) INIBIZIONE CATECOL-O-METIL-TRANSFERASI (COMT)
 - 2) STIMOLAZIONE SINTESI ENZIMI METABOLISMO LIPIDICO
 - 3) INIBIZIONE DIFFERENZIAZIONE ADIPOCITI

QUESTI EFFETTI SI OTTENFONO ANCHE PRIVANDO L'ESTRATTO DELLA CAFFEINA !

CAFFEINA



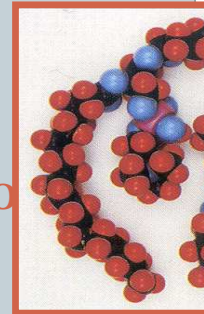
EGCG

CAMELLIA SINENSIS

BIODISPONIBILITA' E PERFORMANCE:

- LA BIODISPONIBILITA' ORALE DELL'EGCG RISULTA SCARSA A CAGIONE DELLA NATURA CHIMICA DELLA MOLECOLA
- QUESTA PROBLEMATICHA PUO' ESSERE RISOLTA COMPLESSANDO EPGC CON UN FOSFOLIPIDE (FITOSOMA)

FITOSOMA



ACIDO CARNOSICO

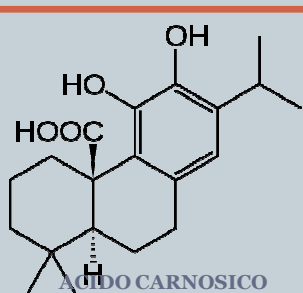
ROSMARINUS OFFICINALIS



ACIDO CARNOSICO

ROSMARINUS OFFICINALIS

L'ACIDO CARNOSICO: è un **terpenoide**, contenuto in buone quantità nel rosmarino e nella salvia che mostra effetti particolarmente interessanti dal punto di vista della digestione e dell'assorbimento



ACIDO CARNOSICO



ACIDO CARNOSICO

ROSMARINUS OFFICINALIS

L'ACIDO CARNOSICO: è un **terpenoide**, contenuto in buone quantità nel rosmarino e nella salvia che mostra effetti particolarmente interessanti dal punto di vista della digestione e dell'assorbimento

NCBI Resources How To

PubMed.gov
US National Library of Medicine
National Institutes of Health

PubMed [RSS](#) [Save search](#) [Advanced](#)

Show additional filters [Display Settings:](#) ☒ Summary, 20 per page, Sorted by Recently Added [Send to:](#) ☒

Text availability
Abstract available
Free full text available
Full text available

Publication dates
5 years
10 years
Custom range

<< First < Prev Page 1 of 20 Next > Last >>

Results: 1 to 20 of 400

1. [Formulation and evaluation of carnosic acid nanoparticulate system for upregulation of neurotrophins in the brain upon intranasal administration.](#)
Vaka SR, Shivakumar HN, Repka MA, Murthy SN.
J Drug Target. 2012 Oct 1. [Epub ahead of print]
PMID: 23020597 [PubMed - as supplied by publisher]
[Related citations](#)

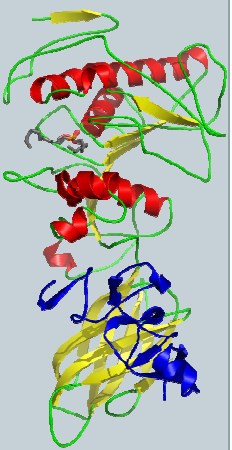
ACIDO CARNOSICO

ROSMARINUS OFFICINALIS

- **EFFETTO ANTIOSSIDANTE**
- **INIBIZIONE DELLE LIPASI**
 - 1) RIDUZIONE DEL PESO 4,8 %
(600 mg PRIMA DEL PASTO x 12 settimane)
 - 2) RIDUZIONE DEI TRIGLICERIDI 30%
(600 mg PRIMA DEL PASTO x 12 settimane)



LIPASI

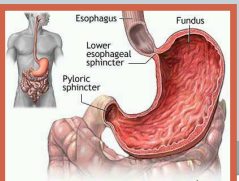
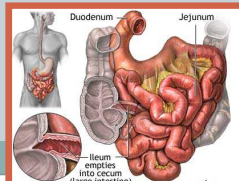


ACIDO CARNOSICO

ROSMARINUS OFFICINALIS

BIODISPONIBILITA' E PERFORMANCE:

- **LA PERFORMANCE DELL'ACIDO CARNOSICO PUO' ESSERE NOTEVOLEMENTE INCREMENTATA FORMULANDOLO IN MANIERA SPECIFICA PER I SUOI SITI D'AZIONE**
- **DOPPIA FORMULAZIONE**
 - **RILASCIO GASTICO (LIPASI GASTRICA)**
 - **RILASCIO DUODENALE (LIPASI PANCREATICA)**

FASEOLAMMINA

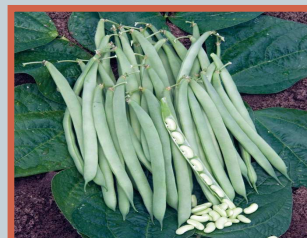
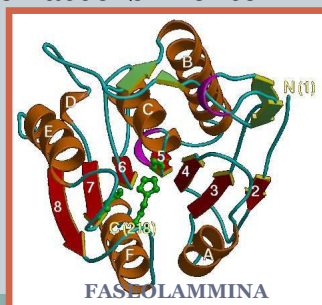
FASEOLUS VULGARIS



FASEOLAMMINA

FASEOLUS VULGARIS

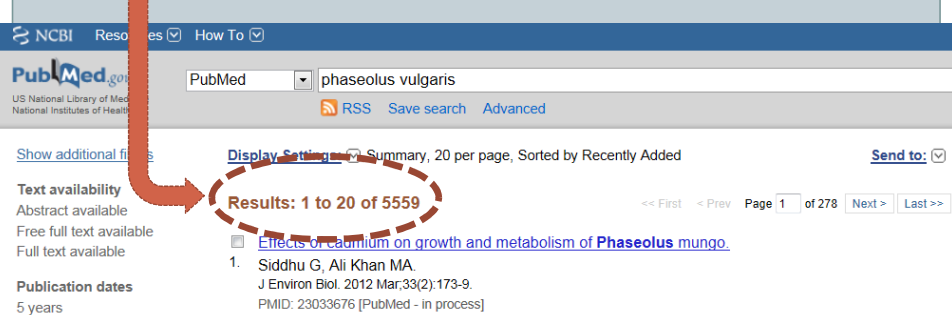
LA FASEOLAMMINA: è una **glicoproteina** contenuta in buone quantità nel baccello del comune fagiolo che mostra effetti particolarmente interessanti dal punto di vista della digestione e dell'assorbimento



FASEOLAMMINA

FASEOLUS VULGARIS

LA FASEOLAMMINA: è una **glicoproteina** contenuta in buone quantità nel baccello del comune fagiolo che mostra effetti particolarmente interessanti dal punto di vista della digestione e dell'assorbimento



NCBI Resources How To

PubMed phaseolus vulgaris

RSS Save search Advanced

Show additional filters Display Settings Summary, 20 per page, Sorted by Recently Added Send to: ✓

Text availability
Abstract available
Free full text available
Full text available

Publication dates
5 years
10 years

Results: 1 to 20 of 5559

1. [Effects of cadmium on growth and metabolism of *Phaseolus mungo*.](#)
Siddhu G, Ali Khan MA.
J Environ Biol. 2012 Mar;33(2):173-9.
PMID: 23033676 [PubMed - in process]
[Related citations](#)

FASEOLAMMINA

FASEOLUS VULGARIS

- **INIBIZIONE DELLE α -AMILASI**
 - **1) RIDUZIONE DEL PESO 9%**
(18 mg FASEOLAMMINA GASTROPROTETTA 90 gg)
 - **2) RIDUZIONE DELLA CIRCONFERENZA ADDOMINALE 11%**
(18 mg FASEOLAMMINA GASTROPROTETTA 90 gg)

ATTENZIONE!: LA FASEOLAMMINA PRESENTA PERO' EFFETTI GASOGENICI PER LA FERMENTAZIONE DEL MATERIALE INDIGERITO

FASEOLAMMINA FAEOLUS VULGARIS

BIODISPONIBILITA' E PERFORMANCE:

- **ESSENDO UNA GLICOPROTEINA LA FASEOLAMMINA SUBISCE DENATURAZIONE E LISI A LIVELLO GASTRICO, PER AUMENTARE LA PERFORMANCE NECESSITA DI GASTROPROTEZIONE**
- **LA GASOGENICITA' PUO' ESSERE RIDOTTA CON :**
 - CARBONE VEGETALE (FUNZIONE ASSORBENTE)
 - POLIPLASDONE (FUNZIONE ANTIFERMENTATIVA)

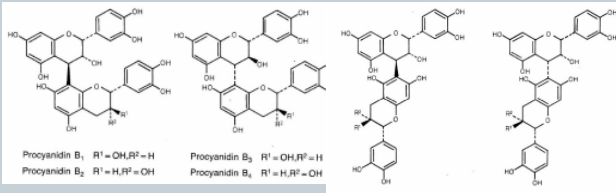
LEUCOCIANIDINE VITIS VINIFERA



LEUCOCIANIDINE

VITIS VINIFERA

LE LEUCOCIANIDINE: sono **polimeri di catechine ed epicatechine** estratti da *Vitis vinifera* (cuticola di rivestimento del seme) con notevoli potenzialità flebotrope, capillarotrope, anticollagenasiche, antiglicossidasiche, antiossidanti. **PROTEZIONE TOTALE DEGLI ENDOTELI VASCOLARI**



Procyanidin B₁ R¹=OH, R²=H
Procyanidin B₂ R¹=H, R²=OH
Procyanidin B₃ R¹=OH, R²=H
Procyanidin B₄ R¹=H, R²=OH



LEUCOCIANIDINE

LEUCOCIANIDINE

VITIS VINIFERA

LE LEUCOCIANIDINE: sono **polimeri di catechine ed epicatechine** estratti da *Vitis vinifera* (cuticola di rivestimento del seme) con notevoli potenzialità flebotrope, capillarotrope, anticollagenasiche, antiglicossidasiche, antiossidanti. **PROTEZIONE TOTALE DEGLI ENDOTELI VASCOLARI**

NCBI Resources How To

PubMed Vitis vinifera

US National Library of Medicine
National Institutes of Health

RSS Save Search Advanced

Show additional filters Display Settings Summary, 20 per page, Sorted by Recently Added Send to: ✓

Text availability
Abstract available
Free full text available
Full text available

Results: 1 to 20 of 1428

<< First < Prev Page 1 of 72 Next > Last >>

☐ Antimicrobial activity and composition profile of grape (*Vitis vinifera*) pomace extracts obtained by

LEUCOCIANIDINE

VITIS VINIFERA

- **FLEBOTROPO - CAPILLAROTROPO:**
PROTEZIONE ANTIOSSIDANTE, INIBIZIONE DELLA PEROSSIDAZIONE LIPIDICA E DELL'ATEROGENESI
- **ANTICOLLAGENASICO -**
ANTIGLICOSSIDASICO: RIDUCE L'ATTIVITA' DI ENZIMI LITICI COME COLLAGENASI, IALURONIDASI E GLICOSIDASI, PRINCIPALI COMPONENTI STRUTTURALI DELLA MATRICE EXTRAVASCOLARE

LEUCOCIANIDINE

VITIS VINIFERA

BIODISPONIBILITA' E PERFORMANCE:

- **BIODISPONIBILITA' ORALE SCARSA A**
CAGIONE DELLA NATURA CHIMICA
DELLE MOLECOLE, AUMENTABILE CON
LA TECNOLOGIA DEL FITOSOMA
- **ASSOCIAZIONI**
PARTICOLARMENTE INTERESSANTI
PER IL NOTEVOLE EFFETTO
SINERGICO POSSONO ESSERE
FATTE CON
MELILOTUS OFFICINALIS E
GINKO BILOBA

FITOSOMA



LICOPENE

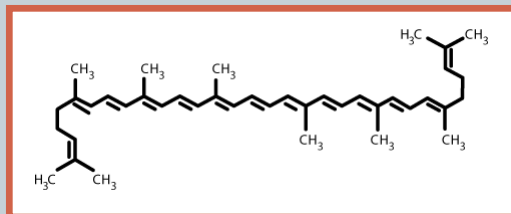
SOLANUM LICOPERSICUM



LICOPENE

SOLANUM LICOPERSICUM

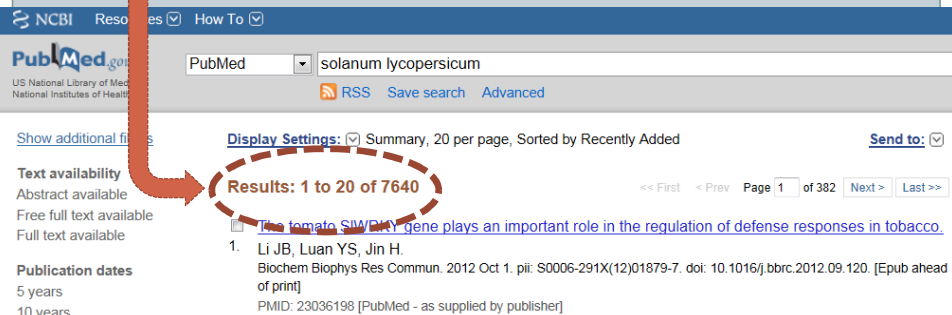
IL LICOPENE: è un **Carotenoide** estratto da *Solanum lycopersicum* largamente utilizzato in virtù della sua fortissima capacità antiossidante, la sua natura lipofila consente un'ottima distribuzione tissutale



LICOPENE

SOLANUM LYCOPERSICUM

IL LICOPENE: è un **Carotenoide** estratto da *Solanum lycopersicum* largamente utilizzato in virtù della sua fortissima capacità antiossidante, la sua natura lipofila consente un'ottima distribuzione tissutale



NCBI Resources How To

PubMed solanum lycopersicum

RSS Save search Advanced

Show additional filters

Display Settings: Summary, 20 per page, Sorted by Recently Added

Send to:

Text availability

Abstract available

Free full text available

Full text available

Publication dates

5 years

10 years

Custom range...

Results: 1 to 20 of 7640

1. [The tomato SIRT6 gene plays an important role in the regulation of defense responses in tobacco.](#)

Li JB, Luan YS, Jin H.

Biochem Biophys Res Commun. 2012 Oct 1; pii: S0006-291X(12)01879-7. doi: 10.1016/j.bbrc.2012.09.120. [Epub ahead of print]

PMID: 23036198 [PubMed - as supplied by publisher]

[Related citations](#)

LICOPENE

SOLANUM LYCOPERSICUM

- ANTIOSSIDANTE LIPOFILO:**
PARTICOLARMENTE EFFICACE NELLA RIDUZIONE DELLE FORME REATTIVE DELL'OSSIGENO E DELL'AZOTO, OTTIMA DISTRIBUZIONE A LIVELLO TISSUTALE (RENI, PROSTATA, ECC...)




LICOPENE

SOLANUM LICOPERSICUM

BIODISPONIBILITA' E PERFORMANCE:

- BIODISPONIBILITA' ORALE BUONA
- LA FORMA BIOLOGICAMENTE ATTIVA' E QUELLA CYS, OTTENUTA DA LAVORAZIONE A CALDO
- LA PERFORMANCE PUO' ESSERE OTTIMIZZATA FORMULANDO UN RILASCIO SLOW (DISSOLUZIONE COMPLETA A 8-12 ORE) PROLUNGANDO GLI EFFETTI
- L'ESTRAZIONE E LA LAVORAZIONE DEVONO AVVENIRE IN ATMOSFERA CONTROLLATA PER MANTENERNE INTATTE LE CAPACITA' ANTIOSSIDANTI

