

AL FEMMINILE

FITO•News

periodico di informazione sui fitoderivati



FITOMEDICAL

8 marzo tutto l'Anno

Mandano avanti il mondo, siano colf o ministre, ostetriche che accolgono ogni vita al suo inizio, o badanti che la accompagnano al commiato. Le donne si occupano di faccende quotidiane, come di affari internazionali, eppure il riconoscimento del loro valore e la parità di diritti sono principi non ancora intimamente

acquisiti, come comprovano le ricerche sociologiche, nonché la cronaca nera.

L'emancipazione femminile si è spesso incagliata nell'omologazione di modelli maschili, originando frustranti contraddizioni personali e cortocircuiti sociali: dai dolorosi compromessi per conciliare professione e famiglia, agli estremismi inquietanti di soldate kamikaze o boss mafiose. A ciò si contrappongono i successi di scienziate, sportive, astronave, imprenditrici, artiste... esempi che confermano che, per quanto la condizione femminile sia complessa e disomogenea, racchiude uno straordinario potenziale, pronto a rivelarsi come risorsa sociale quando trova canali d'espressione.

Lo sguardo delle donne sul mondo coglie aspetti inediti per il pensiero razionale e unilaterale maschile, lo arricchisce di una comprensione più globale della realtà, fornisce un apporto prezioso, soprattutto in una fase di cambiamenti epocali disorientanti. Nel clima generale di crescente incertezza, quando sembra rassicurante preservare la consuetudine dei canoni patriarcali, anche a costo di subirne - donne e uomini - i limiti, pare una scommessa l'impegno di promuovere un'integrazione feconda tra le diverse valenze di genere, senza tradirne la specificità. È un proposito coerente con la visione della Nutraceutica Funzionale Bioregolativa®, attenta a focalizzare le caratteristiche uniche d'ogni individuo per valorizzarne le potenzialità di benessere, nella consapevolezza dei positivi risvolti salutogenetici impliciti sul piano sociale. Attingendo a tali premesse, Fitomedical affronta il tema della salute femminile, suggerendo metodi e strumenti per tutelarla.



S o m m a r i o

Parliamo di Lei...

p a g i n a

<i>Non chiamatelo Sesso debole</i>	2
<i>Declinazioni di Genere</i>	4
<i>Erbe di TerradiLei</i>	7
<i>Proprio adatti a Lei</i>	8
<i>Lancette dell'Orologio interno</i>	10
<i>Giorni di Luna nera</i>	14
<i>Circolo femminile</i>	16
<i>Rapporti di buon Vicinato</i>	18
<i>Pulito con Garbo</i>	20
Herbae volant	13
Aromaterapia	
<i>Profumi da Gineceo</i>	22

di Lina Suglia
Erborista, Fitopreparatore,
Consulente Scientifico

Non chiamatelo Sesso debole

UN'ESTREMA PLASTICITÀ

CONTRADDISTINGUE

L'ORGANISMO FEMMINILE

Comprendere il genere femminile, un'impresa difficile a detta di molti uomini, presuppone di abbandonare stereotipi limitanti per le relazioni interpersonali e per il progresso sociale. Buoni spunti di riflessione in proposito sono offerti dall'orientamento scientifico salutogenetico cui s'ispira la Nutraceutica Funzionale Bioregolativa® che, attualizzando le concezioni e il sapere delle antiche culture, adotta una visione d'insieme capace di abbracciare la complessità.

È una modalità d'approccio estremamente confacente al modello di pensiero femminile che, integrato con quello maschile, unico egemone finora, può imprimere una spinta propositiva all'evoluzione delle conoscenze.

Come Natura fa

Nell'organismo della donna la complessità è di casa. I meccanismi fisiologici comuni a ogni forma vivente qui paiono seguire una dinamica amplificata e un ritmo incalzante, per esprimersi in età fertile con manifestazioni caratteristiche, facilmente riconoscibili e di grande valenza simbolica, come il ciclo mestruale e la gravidanza.

Questi eventi racchiudono l'enigma del principio femminile, che trae dall'avvicinarsi di sviluppo e declino la condizione della vita ed è in grado di generarla.

L'assonanza con le scansioni temporali dei fenomeni naturali e con la loro alternanza di crescita e regressione, percepibile nel succedersi delle stagioni, delle fasi lunari, dei flussi delle maree, è solo un aspetto che suggerisce quanto siano intimamente vincolanti, rispetto all'altro sesso, le influenze che l'ambiente esercita sul corpo e la mente femminili.

Variazioni a Tema

Alla ciclicità degli avvenimenti esterni fanno da specchio le fluttuazioni endocrine, in particolare estrogeniche, che cadenzano le periodiche modificazioni di ovaie, utero, vagina e mammella. Ma le differenze di genere non si misurano unicamente su quanto concerne gli organi dell'apparato riproduttivo e i loro annessi: le variazioni in questi distretti sono solo una porzione degli effetti indotti dal ritmico fluire dell'informazione ormonale.

Questa si propaga lungo la rete sistemica che interessa l'intera fisiologia femminile, inducendo in ambito neuroendocrino, immunitario e psichico ciclici cambiamenti concomitanti, che convergono nella sincronia di un processo unitario.

Indole da Equilibriste

Il presupposto di questa coordinazione funzionale, che consente all'organismo della donna di sostenere all'unisono periodiche e dinamiche oscillazioni dei propri parametri fisiologici, mantenendo costante l'equilibrio omeostatico, è nell'estrema plasticità di questo sistema complesso adattativo, un'ulteriore prerogativa femminile.

Un fattore decisivo per la regia di questa orchestrazione è la regolarità cadenzata della secrezione di estrogeni, ormoni prodotti prevalentemente dalle ovaie, ma non solo, che interagiscono su diversi piani con effetti sistemici. Svolgono in particolare un ruolo determinante in ambiti omeostatici strategici, condizionando ad esempio la funzionalità del sistema nervoso, quella metabolica, l'assetto delle microflorie, la regolazione dei fluidi corporei. Rappresentano inoltre un significativo elemento di protezione per le cellule nervose, i vasi sanguigni, la cute e le mucose interne ed esterne, le strutture osteoarticolari.

Esposte ai quattro Venti

Nel confronto con la controparte maschile, la donna beneficia dunque di un importante vantaggio biologico, almeno finché dura l'età fertile e con essa la copertura estrogenica; per contro, è maggiore l'incidenza delle sollecitazioni cui è esposta, da quelle endocrine interne a quelle del mondo circostante: ambientali, culturali, sociali.

Proprio "l'apertura" e l'implicita sensibilità verso l'esterno che la connota possono tradursi in una potenziale vulnerabilità psicofisica, che a volte si presenta con incrinature nella coerenza dei ritmi fisiologici (es. sbalzi umorali, spasmi viscerali, alterazioni circolatorie, mestruali, ecc.), spesso associate a disbiosi.

Le piante adattogene e le formulazioni omeostat® Fitomedical, orientate a distretti che costituiscono centri nodali per l'equilibrio dell'organismo, permettono di focalizzare l'attenzione sulle fragilità individuali di ogni donna e di valorizzare le risorse salutogenetiche di cui dispone per affrontare il lungo percorso dal menarca alla senescenza e le tante trasformazioni fisiologiche che esso comporta a livello somatico e psichico.



Incontriamoci navigando sul web

L'indirizzo del nostro sito è **www.fitomedical.com**
È una vetrina on-line, progettata per mantenere
una relazione dinamica con Operatori e Consumatori
e per creare nuovi contatti.

Strutturato con un'architettura
facilmente fruibile, permette
all'utente d'incontrare l'Azienda,
seguirne l'attività, conoscerne le
proposte e accedere al materiale
informativo disponibile.

Dal sito è possibile
collegarsi alla nostra
pagina Facebook





di Lina Suglia

Declinazioni di Genere

OGNI DONNA È DIVERSA DALLE ALTRE

E CAMBIA NEL CORSO DELLA VITA

Ogni donna è unica, non solo agli occhi di chi le riconosce un ruolo insostituibile nella propria esistenza, ma anche sotto il profilo biologico: reagisce alle sollecitazioni interne ed esterne secondo un personale schema fisiologico e comportamentale, un modello reattivo, frutto dell'impronta lasciata sul corredo genetico dalle esperienze

progressivamente acquisite. Comprendere queste caratteristiche soggettive, che determinano le attuali condizioni di salute e ne influenzano la prospettiva futura, è la premessa di ogni intervento inteso a favorire il benessere psicofisico.

Vantaggi e Limiti

Per cogliere la singolarità di ogni donna, può essere utile orientarsi in base ad alcune tipologie generali di modelli reattivi, declinandoli al femminile. Ognuno descrive uno "stile di risposta" biologica, caratterizzata da una qualità peculiare: si definisce *iperergica*, *ipoergica*, *disergica*, *anergica*, in relazione all'energia che connota i meccanismi attivati per mantenere l'equilibrio omeostatico e alla loro espressione sul piano psicocomportamentale, neuroendocrino e immunitario. Da questi profili emergono punti di forza e fragilità insiti in ogni quadro, chiarendo gli obiettivi da perseguire caso per caso per ottimizzare l'efficienza della risposta adattativa e prevenire il rischio che il consolidarsi e sommarsi di vulnerabilità comprometta pericolosamente l'equilibrio del sistema.

Energia da vendere

Le modalità adattative del modello reattivo femminile iperergico e di quello ipoergico sono diametralmente opposte: simultanee, intense, vivaci fino all'eccesso nel primo caso, rallentate e incerte nell'altro. Il modello iperergico disegna il profilo di una donna capace di affrontare con disinvoltura e quasi con aggressività la quotidianità e i cambiamenti, sostenendo fisicamente e psichicamente eventi impegnativi o ritmi accelerati, che le sono consoni, con un comportamento dissipativo, che nel tempo tende a logorare il vigore intrinseco. La sua vulnerabilità si manifesta con episodi anche acuti, a volte parossistici, ma almeno inizialmente di rapida soluzione, cui spesso sottende una tensione ansiosa (es. emicranie, anche in relazione alla sindrome premestruale, intolleranze e allergie, artriti).

Piano e lontano

Per il modello reattivo muliebre ipoergico, la riorganizzazione funzionale della rete sistemica di fronte alle sollecitazioni è un po' esitante ed esige i propri tempi, a volte leggermente differiti, in linea con la lentezza dei ritmi fisiologici e il comportamento biologico conservativo. L'equilibrio di questa donna è subordinato a condizioni metodiche: sottoposta a stimoli incalzanti, esprime la propria vulnerabilità con il disagio di una crescente stanchezza psicofisica. L'accompagnano spesso disbiosi, che potrebbero favorire episodi infettivi (es. cistiti) o infiammazioni con propensione cronica, e penalizzare ulteriormente il tono.

Che Pasticcio!

Il disordine sovverte il network di comunicazioni del modello reattivo disergico: i messaggi risultano irregolari e incoerenti, eccedenti o inadeguati, i ritmi biologici sono scoordinati e disarmonici e riverberano in spasmi viscerali. Sia questo solo un passaggio fisiologico, come l'adolescenza o il climaterio, o il risultato di un sovraccarico di stress, rappresenta un momento davvero critico per l'evoluzione del quadro. In questa condizione destabilizzante tanto sul piano fisico che psicologico, in cui i parametri neuroendocrini giocano un ruolo determinante, le vulnerabilità individuali si presentano amplificate, con insistenza frequente e tendenza lesionale (es. disturbi nervosi, dismetabolie, infiammazioni croniche articolari, vascolari, ecc.).

Fino a Esaurimento Scorte

La condizione anergica è il risultato di una rete sistemica frammentata, dove la comunicazione, che va esaurendosi, scorre con un'intensità sommessata e inefficace, tendendo a diventare silente, disturbata da interruzioni di connessione tra circuiti. Ne conseguono ritmi biologici bloccati o sospesi.

Nella donna questa situazione subentra in modo fisiologico nel post-menopausa (vedi pag. 10), quando progressivamente la carenza estrogenica pregiudica l'efficienza funzionale di tutti gli organi e compromette la struttura dei tessuti, con implicazioni psicologiche, neuroendocrine e immunitarie tipiche della senescenza, che consolidano gli elementi di vulnerabilità soggettive.

Più critico è il caso in cui questa condizione sia l'esito di stress intensi e prolungati, che hanno invalidato i processi

est

per chi bada alla sostanza

Estratti vegetali in tavolette
pratiche, efficaci,
di uso flessibile e modulabile



linea ampliata con nuove referenze!



www.fitomedical.com
info@fitomedical.com

FITOMEDICAL
star bene è naturale



perluigi bruno visual design

allostatici di ripristino dell'equilibrio omeostatico, poiché i disordini che ne derivano possono compromettere seriamente la qualità della vita, aprendo la strada a evoluzioni patogenetiche.

La Ricetta giusta

La Nutraceutica Funzionale Bioregolativa® offre strumenti di sostegno, singole piante o formulazioni, per le diverse tipologie femminili descritte, migliorando sia la sicurezza nelle proprie capacità di fronteggiare le contrarietà (coping), sia l'abilità nel sostenerle e recuperare le energie impiegate (resilienza).

Il ricorso a specie adattogene è prioritario: alcune hanno connotazioni muliebri più evidenti (vedi pag. 8), ma tutte mostrano un profilo peculiare, che include specifiche vulnerabilità. Una loro scelta oculata permette di armonizzare il flusso della comunicazione nella rete sistemica secondo le esigenze di quel modello reattivo: contenendone le eccessive risonanze o stimolandone l'intensità, regolando le discordanze e le dispersioni, compensandone i limiti o riattivandolo con un'energica tonificazione.

A 360 Gradi

Opportuni adattogeni o altri integratori agevolano l'efficienza della risposta immunitaria: sono immunostimolanti che la rendono più incisiva, o immunomodulanti che arginano eventuali processi allergici, autoimmuni, o l'evolvere di flogosi croniche a bassa intensità. Un aspetto non trascurabile assume anche la regolazione del microbiota, in particolare a livello intestinale, un punto nevralgico per l'equilibrio femminile (vedi pag. 18), che svolge un ruolo decisivo nell'improntare l'organizzazione delle difese e regolare l'attività, oltre alle importanti implicazioni metaboliche e nervose. Tono, umore e sfera cognitiva, molto condizionati dall'assetto endocrino, sono modulabili dall'azione diretta o indiretta di rimedi con proprietà neuroregolative, neurotoniche e nootrope.

Infine, garantire l'omeostasi dell'ambiente cellulare con drenanti e depurativi, è un elemento irrinunciabile per affrontare ogni quadro, poiché rappresenta la condizione essenziale di una fluente comunicazione nel sistema complesso adattativo.

FitoNews Gratis!



FitoNews è distribuito gratuitamente

puoi riceverlo:



In formato PDF via e-mail

(scelta preferenziale)

collegandoti al sito

www.fitomedical.com

e compilando il form online

Riceverai il nuovo numero e i seguenti molto prima della consegna postale e potrai archivarlo elettronicamente senza spesa e senza ingombro. Risparmiare carta è un gesto di responsabilità che giova a tutti.



In formato cartaceo via posta ordinaria

compilando il coupon a lato e spedendolo a Fitomedical

Via Copernico, 5/7 - 20082 Binasco (MI),
oppure inviando un fax al n. 0290781996

Nome

Cognome

Eventuale nome dell'attività

Professione

Indirizzo

CAP Città

Provincia Nazione

Telefono Fax

E-mail

Data:



Firma:



Ai sensi dell'art. 13 del D.Lgs. n. 196 del 30.06.03 "Codice in materia di protezione di dati personali", informiamo i lettori che i loro dati saranno conservati nel nostro archivio informatico e saranno utilizzati da questa redazione e da enti e società esterne collegati solo per l'invio della rivista «FitoNews» e di materiale promozionale relativo alle attività di Fitomedical. Informiamo inoltre che gli interessati hanno diritto di conoscere, aggiornare, rettificare i propri dati e, in caso di trattamento in violazione di legge, richiederne la trasformazione in forma anonima o il blocco e di opporsi all'utilizzo degli stessi, compresi quelli di cui non è necessaria la conservazione in relazione agli scopi per i quali i dati sono stati raccolti o successivamente trattati, mediante comunicazione scritta al titolare del trattamento e cioè a:
Fitomedical snc di Moretti G. & C. Via Copernico, 5/7 - 20082 Binasco (MI)

Erbe di TerradiLei

Rassegna dei principali fitoderivati segnalati nelle pagine seguenti, utili per sostenere l'omeostasi femminile, con le specifiche indicazioni muliebri descritte in letteratura.

Ciclo Estratto Integrato Sinergico (con Levistico, Cardiaca, Peonia, Angelica cinese e olio essenziale di Salvia sclarea)	Allevia i sintomi delle sindromi premestruali. Migliora la dinamica circolatoria e favorisce l'equilibrato svolgersi delle normali fasi del ciclo. <i>Dismenorrea, Sindrome premestruale.</i>
drena&depura omeostat® (con Ribes, Karkadé, Mango, Verga d'oro, Schisandra e Fumaria)	Sollecita il drenaggio e la detossificazione dei tessuti, creando le condizioni ideali per la comunicazione coordinata nella rete sistemica. L'azione interessa anche il fegato, implicato nel metabolismo degli ormoni steroidei. <i>Disturbi del ciclo con congestione pelvica e degli arti inferiori; sindrome premestruale; climaterio e menopausa; disturbi circolatori, reumatici, dismetaboliche, ecc.</i>
Cistoshield omeostat® (con Karkadé, Cranberry, Mirtillo rosso e Astragalo)	Aiuta a prevenire l'insediamento e il proliferare in vescica di agenti infettivi. <i>Cistiti, infezioni genitourinarie.</i>
Eleutero+ omeostat® (con Eleuterococco, Codonopsis, Tulsi, Aronia, Olivello spinoso)	Sostiene la naturale risposta adattativa femminile, favorendo l'equilibrio omeostatico ed eludendo le vulnerabilità individuali. <i>Difficoltà di adattamento psicofisico a condizioni avverse o a profondi cambiamenti fisiologici (es. menopausa).</i>
Intimoshield omeostat® (con Cranberry, Lamio bianco, Crespino, olio di Tamanu e oli essenziali di Menta a foglie rotonde, Tea Tree e Lavanda)	Tutela l'equilibrio delle microflora nella zona prossima alle mucose genitourinarie. <i>Detergente per igiene intima quotidiana.</i>
Menopausa Estratto Integrato Sinergico (con Cardiaca, Ballota, Rusco, Verbena, Withania, Cimicifuga e oli essenziali di Salvia sclarea e Anice)	Aiuta a regolare i parametri neuroendocrini nel graduale passaggio alla menopausa. <i>Sudorazioni, vampate, alterazioni d'umore, tachicardie e altri sintomi neuroendocrini menopausali.</i>
Enteroshield omeostat® (con Baobab, Agrimonia, Triphala, zinco e carnosina)	Preserva lo stato della barriera e la corretta permeabilità delle pareti intestinali. <i>Stitichezza, "colite", intolleranze alimentari, diverticolosi, cistiti, stasi venose con emorroidi, ecc.</i>
Shatavari EST <i>Asparagus racemosus</i> Willd. radici	Adattogeno, regolatore endocrino prevalentemente femminile, stimolante libidico, galattogogo, neuro e gastroprotettivo, immunomodulante. <i>Stress con prevalenti alterazioni endocrine: sindrome premestruale, dismenorrea, alterazioni mestruali, disturbi della menopausa, disidratazione e secchezza delle mucose e dei connettivi, ritenzione idrica.</i>
VegeVen omeostat® capsule (con Salvia cinese, Rusco e Centella)	Preserva l'equilibrio d'insieme della circolazione. <i>Stasi venose, flebopatie, emorroidi, congestioni pelviche, "cellulite", fragilità capillare, couperose, geloni, ecc.</i>
VegeVen omeostat® cremagel (con Salvia cinese, Rusco, Ippocastano, oli essenziali di Cipresso, Elicriso e Geranio, olio di Tamanu)	Applicata localmente agisce efficacemente sulla circolazione di cute e derma, favorendo un'irrorazione scorrevole, alleviando stasi e sensazioni di pesantezza. <i>Stasi venose, emorroidi, "cellulite", couperose, ecc.</i>

LEGENDA >>>

EF = Estratti Fluidi

EST = Estratti Secchi in Tavolette

MG = Macerati Glicerinati, o Gemmoderivati, o Meristemoderivati

OE = Oli Essenziali

TM = Tinture Madri (Macerati di pianta fresca)

B&H = Botanicals&Honey



di Lina Suglia

Proprio adatti a Lei

PANORAMICA DI ADATTOGENI

A POLARITÀ FEMMINILE

Tutti conoscono Venere, dea dell'amore che, tra i tanti archetipi muliebri, rappresenta gli aspetti passivi del principio femminile, l'ascolto disponibile, che riceve e accoglie le istanze del mondo: come il rame, il suo metallo per analogia, molto duttile e ideale per costruire recipienti domestici.

Benché pentole e paioli si usino meno, anche nel nostro tempo la donna conserva una recettività fisica e psichica all'ambiente molto ampia. In situazioni stridenti o momenti particolari della sua vita, questo percepire quanto la circonda con una singolare sensibilità può dar adito a vulnerabilità, proprie di una rete sistemica in cui il predominio delle componenti emozionali induce incoerenze nella regolazione funzionale.

Mantenere il Baricentro

Tra le tante specie adattogene che rendono più efficaci le capacità di coping e resilienza, alcune, per il marcato tropismo di regolazione psichica e endocrina, hanno un profilo particolarmente calzante a potenziare le risorse salutogenetiche femminili. Sono presentate di seguito per i loro tratti muliebri salienti, specificando comunque che ciò non deve condizionare la scelta dell'adattogeno più indicato, basata esclusivamente sulla valutazione delle specifiche caratteristiche individuali (vedi Fitonews n.3-4/2014). Per focalizzare ambiti particolarmente sensibili del modello reattivo, si può inoltre prevedere l'associazione di rimedi collaterali, come le formulazioni omeostat[®], che annoverano spesso adattogeni tra i propri componenti, un aspetto che suggerisce convenienti sinergie.

In alcuni casi, è utile anche l'abbinamento a Eleutero+ (con Eleuterococco, Codonopsis, Tulsi, Aronia e Olivello spinoso) come supporto, per l'azione polivalente, nel mantenere l'omeostasi in condizioni di sovraccarico.

Colpite sotto la Cintura

Nel gruppo degli adattogeni Shatavari è la più connotata "al femminile". In Ayurveda è vantata come tonico generale, con effetti ringiovanenti sulle funzioni degli organi della riproduzione soprattutto, ma non esclusivamente, in ambito ginecologico. Le indicazioni tradizionali, oggi confermate dalla ricerca, pongono in primo piano il riequilibrio

neuroendocrino, in un contesto riconducibile a un modello reattivo disergico, con tendenza a evoluzioni anergiche. È consigliata a donne di ogni età (vedi anche pag. 10),

per correggere le irregolarità mestruali,

la dismenorrea e i disturbi della sindrome premestruale, come galattogogo, per le annessiti, la diminuzione della libido, l'infertilità, fino ai sintomi della menopausa. Non meno interessanti sono le attività secondarie di regolazione immunitaria (infezioni e problematiche autoimmuni o degenerative), di protezione delle mucose e dei tessuti disidratati (es. digerente, respiratorio e urinario), drenanti e neuroprotettive.



Sull'Orlo di una Crisi di Nervi

L'attività di Withania e Rodiola è incentrata sulla neuroregolazione. Nella prima si evidenziano le caratteristiche di un modello reattivo disergico: è una donna che, benché affaticata, risponde alle sollecitazioni in modo spropositato e inefficace, in particolare sul piano psichico, neurovegetativo e immunitario. Ansia, irritabilità, insonnia, spasmi viscerali sono l'espressione di una tensione emotiva che la esaspera e amplifica la percezione del dolore, incluso quello articolare, alimentato da infiammazioni reumatiche anche autoimmuni. Rodiola corrisponde a un profilo femminile dove il sovraccarico mentale e le deboli risorse psicofisiche inducono una sensazione di inadeguatezza e scoraggiamento. Le sue risposte biologiche e comportamentali conducono a un modello reattivo disergico, orientato a evolvere verso l'anergia, e molto sensibile sul piano umorale, cognitivo e cardiaco. Questo adattogeno riattiva il tono, contiene le tendenze depressive e contrasta con un'azione antiossidante e antiradicalica processi di senescenza cerebrale e cardiaca.

Se manca il Fiato

Nel quadro di Tulsi lo stress femminile si ripercuote sulla funzionalità digerente e respiratoria, con una generale tendenza all'iper-reattività (emicrania, dispepsia, crampi gastroenterici), anche immunitaria.

Forme allergiche respiratorie e intestinali si alternano a episodi infettivi (catarro e tosse, enteriti con dissenteria) e un generale stato intossicatorio potrebbe essere aggravato dal sommarsi di un'eventuale vulnerabilità metabolica (dislipidemia e iperglicemia). Con le sue proprietà di spasmolitico sistemico, antisettico e immunomodulante, Tulsi armonizza questa condizione iperergica, già orientata alla disergia.



Nel segno della vitalità!

Risposte su misura allo stress

Eleutero+

OME⁺STAT

La formulazione per ogni tipo di stress

est

estratti secchi in tavolette

12 piante toniche per scegliere la soluzione più adatta

info@fitomedical.com
www.fitomedical.com

FITOMEDICAL
star bene è naturale



di Lina Suglia

Lancette dell'Orologio interno

PER UN FLUENTE EQUILIBRIO ORMONALE

DALLA PUBERTÀ ALL'ETÀ SENILE

Nelle donne l'assetto endocrino, in particolare per quanto riguarda la quantità e il tipo di estrogeni in circolo, è un fattore decisivo nel garantire l'omeostasi della rete sistemica in ogni età, dalla pubertà al susseguirsi dei cicli mestruali e di eventuali gravidanze, fino alla menopausa e ancora dopo. Per contenere in ambiti fisiologici le fluttuazioni ormonali e gli impliciti cambiamenti psicofisici che determinano nelle varie fasi della vita, coinvolgendo aspetti delicati come il tono, l'umore, la sessualità, nonché il trofismo e la funzionalità di organi e apparati, possono essere d'aiuto alcuni fitoderivati.

Ci vuole Ritmo

In età fertile ogni donna si assesta su un proprio ritmo mestruale che, se leggermente inferiore o superiore ai 28 giorni, è considerato fisiologico e proprio del fenotipo. Segno di un'iniziale vulnerabilità sono invece le modificazioni rispetto alla "norma" individuale, che suggeriscono innanzitutto di escludere con opportuni accertamenti la presenza di lesioni organiche. Tutte le alterazioni funzionali nella frequenza e modalità del flusso trovano un valido aiuto in Lampono MG che, per la sua azione di riequilibrio nelle comunicazioni tra ipotalamo, ipofisi e ovaie (e relativi feed-back), è indicato già dall'esordio puberale per i ritardi del menarca. Sullo stesso asse interviene Salice amenti MG, più mirato a stimolare la produzione di estrogeni e attivarne i recettori in periferia. È utilizzato nelle situazioni caratterizzate da un incerto fluire dei messaggi, come ipomenorrea (mestruazioni scarse con frequenza regolare) e oligomenorrea (scarsa frequenza).

Comunicazioni interrotte

La debolezza nel network endocrino può anche comportare stasi nel flusso con dolore e congestione, che sono alleviate da piante uterotoniche adatte a sollecitare la sensibilità del miometrio, la tonaca muscolare uterina: ad esempio Angelica cinese EST, o l'Estratto Integrato Sinergico Ciclo, utili anche nella sindrome premestruale (vedi pag. 14).

AVVERTENZA >>>

Questo fascicolo è fornito esclusivamente a scopo informativo e non è assolutamente inteso come sostitutivo dell'atto medico. Pertanto, le informazioni ricevute non devono essere utilizzate per diagnosticare o curare un disturbo o una malattia. Il Lettore è invitato ad interpellare il medico curante per domande relative al proprio stato di salute.

Più complessa è l'amenorrea, l'assenza di flusso che denuncia una crisi del ritmo biologico, generalmente in relazione a un sovraccarico di stress. Oltre agli MG di Lampone e Salice amenti e alcuni fitoestrogeni (vedi oltre), si consiglia il ricorso a piante adattogene come Shatavari, specifica di vulnerabilità focalizzate in ambito ginecologico, o Ginseng in situazioni più estese o drammatiche, come shock, lutti, drastiche perdite di peso, in un contesto di esaurimento psico-fisico che pregiudica seriamente la salute.

Il Troppo stropia

In condizioni opposte di tendenze iperestrogeniche, come menorragie, (flusso regolare ma abbondante) e metrorragie (aumentata frequenza), o il sommarsi delle due situazioni nelle menometrorragie, sempre dopo aver escluso lesioni (es. fibromi), è utile Agnocasto TM. Agendo a monte sull'ipofisi, dove stimola la produzione di LH, corregge il rapporto tra estrogeni e progestinici a favore di questi ultimi. La sua attività, interessante anche nel trattamento della sindrome premestruale, puntualizza quella di Lampone MG, indicato in associazione.

Per arginare il flusso si utilizzano piante antiemorragiche che migliorano la sintomatologia frenando le emorragie e alleviando la congestione del piccolo bacino, ad esempio Pepe d'acqua TM indicato anche per complicanze venose ed emorroidi, o Borsa del pastore TM, che attenua i crampi uterini e normalizza la consistenza del flusso.

Cambio di Marcia

Attorno ai cinquant'anni, o anche prima, secondo la familiarità e l'evoluzione del fenotipo, le modificazioni del ciclo sono spesso il segnale di un iniziale cambiamento che porterà per fasi graduali alla menopausa, un momento delicato, non solo per il simbolismo evocato. Da ora s'impone di sostenere preventivamente i meccanismi omeostatici per garantire che l'adattamento della rete proceda in modo fluente nel passaggio alla senescenza, senza dar adito a vulnerabilità che compromettano le risorse salutogenetiche del futuro, la cui prospettiva si allunga a ogni generazione.

Per una serena progressione, a Lampone MG si affianca inizialmente Salice amenti MG, che poi lo sostituisce;

Soluzioni di benessere

La salute è preziosa. Scegli Estratti Integrali Sinergici, soluzioni naturali per effetti fisiologici rapidi e duraturi.

ansia
articolazioni
ciclo
circolazione
colon

difese
digestione
drenaggio
fegato

grassi
ipersensibilità
memoria
menopausa

pelle
peso
pressione
prostata

respirazione
serenità
sonno
stomaco
testa
zuccheri



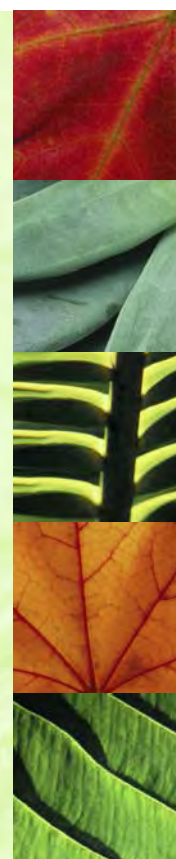
Estratti Integrali Sinergici



FITOMEDICAL
star bene è naturale

www.fitomedical.com

info@fitomedical.com





FILO DIRETTO

Orientare nella scelta dei prodotti naturali

Associare Fitoderivati, Oli essenziali e Oligoelementi

SERVIZIO RISERVATO AGLI OPERATORI PROFESSIONALI

Per avere una consulenza qualificata basta telefonare al n° 02 90781542

Ogni mercoledì, dalle ore 9,30 alle 12,30 presso la Fitomedical, un esperto risponde alle vostre domande.

Oppure in qualunque momento potete inviare un fax al n° 02 90781996



FITOMEDICAL



Periodico trimestrale sui fitoderivati
Anno 24 n°3-4 Aut.del Trib.di Milano
n°398 del 04.06.90

Direzione, redazione e amministrazione: Fitomedical snc Via Copernico, 5/7 20082 Binasco (MI)
Editrice: Fitomedical snc
Direttore responsabile: Marco Angarano
Direttore scientifico: Dr. Massimo Rossi
Redazione: Lina Suglia
Ufficio pubblicità: Tel. 02 90781996

Art direction: Pierluigi Bruno visual design
www.pierluigibruno.com

Elaborazione immagini: Pierluigi Bruno
Fotolito: F.G.V. group Cernusco S.N. (MI)
Stampa: Vela web Binasco (MI)

FITO•News

l'Estratto Integrato Sinergico Menopausa (con Cardiacca, Ballota, Rusco, Verbena, Withania, Cimicifuga e oli essenziali di Salvia sclarea e Anice) contiene i sintomi più disagiati, come vampate di calore e sudorazioni, alterazioni del tono e dell'emotività e prepara al nuovo equilibrio.

Mimetismi di Natura

In menopausa sono prevalentemente le surrenali ad assumersi il compito della secrezione di estrogeni, ma la struttura di questi ormoni porta un'informazione biologica più debole rispetto a quella ovarica, di conseguenza i messaggi possono essere recepiti malamente o addirittura in modo distorto. Una compensazione può essere costituita dai fitoestrogeni presenti in alcune piante, sostanze di natura chimica diversa, che per la loro conformazione sono riconosciuti come estrogeni da enzimi e recettori, con i quali interagiscono favorendo o inibendo processi biologici. La loro azione di modulazione sul flusso delle comunicazioni in rete supporta l'omeostasi femminile in questo momento critico, sostenendo in modo sistemico l'architettura di cellule e tessuti e la loro funzionalità.

Ad esempio, Soya EST è indicata per tutelare le condizioni di ossa, articolazioni e cervello, il metabolismo di grassi e zuccheri, e per prevenire il rischio neoplastico (seno, utero), proteggendo i tessuti dall'iperstimolazione ormonale di messaggi sconsiderati; Cimicifuga EST si distingue per l'azione di contenimento degli aspetti infiammatori (disturbi reumatici) e spasmofili, vulnerabilità che tendono ad accentuarsi in questa fase.

Fare Ordine

Tra i diversi rimedi adatti a contenere aspetti di vulnerabilità soggettivi, si distinguono i fitoderivati d'Avena, con un'articolata azione psichica, neuroendocrina e immunitaria, calzante a donne in condizioni disergiche complesse: la TM è incentrata in prima battuta sugli aspetti poliendocrini, il macerato glicerinato su quelli nervosi. Caratterizzano il quadro spossatezza, tendenze depressive, comportamenti compulsivi e disturbi alimentari, irrequietezza fino ad angoscia, tachicardie e alterazioni del sonno, difficoltà di concentrazione e un potenziale rischio di disordini tiroidei (ipo e iper) e immunitari (herpes, micosi, disbiosi intestinali). Infine, le proprietà fitoestrogeniche di Pueraria EST la rendono preziosa per la protezione ossea, cerebrale, epatica e cardiovascolare, evitando che tendenze ipertensive e dismetaboliche lipidiche e glucidiche convergano nella sindrome metabolica.

Herbae volant

NOTIZIE AL VOLO

DALLA LETTERATURA SCIENTIFICA

Antisettica a tutto Tondo

Mentha suaveolens è una specie di Menta caratterizzata dalle foglie ovali-tondeggianti ed è diffusa in Europa e nel bacino Mediterraneo, dove sono presenti anche diverse sottospecie. È utilizzata in cucina e nella medicina popolare dell'area mediterranea come rimedio in caso di problemi digestivi e respiratori, raffreddore, nausea, reumatismi e irritazione della pelle. Alcuni studi condotti in Italia hanno identificato i composti presenti nell'olio essenziale, tra i quali un'alta percentuale è rappresentata da piperitone ossido e alcol terpenici, e ne hanno verificato l'attività antimicrobica. In particolare i ricercatori italiani hanno osservato una spiccata azione nei confronti di *Candida albicans*, la quale si manifesta con un'alterazione morfologica delle membrane e della parete cellulare di questo fungo che ne causa la morte, insieme a un'azione specifica verso il virus HSV-1 (*Herpes simplex virus*) di cui inibisce il ciclo di replicazione virale.

Fitoestrogeni orientali

Asparagus racemosus è una pianta indiana conosciuta come Shatavari, che in sanscrito significa “colei che possiede cento mariti”, indicativo della sua declinazione decisamente femminile. Molto studiata in India proprio per le sue attività biologiche in ambito ginecologico, la ricerca scientifica ha riscontrato nella pianta la presenza di fitoestrogeni la cui azione è utile nella sindrome premestruale e nella menopausa; inoltre, uno studio clinico condotto su puerpere in fase di allattamento ha riconosciuto la sua attività galattogoga, indicata tradizionalmente dalla medicina ayurvedica, attribuibile all'incremento della produzione di prolattina.

La puerarina è il composto che caratterizza *Pueraria lobata*, pianta usata in medicina cinese come rimedio per un ampio ventaglio di disturbi. Proprio in Cina i ricercatori hanno osservato come questo fitoestrogeno agisca su alcuni meccanismi di replicazione cellulare e dell'angiogenesi nell'endometrio, prospettando il suo uso come agente terapeutico nell'endometriosi.

Alternativa vegetale

La terapia ormonale sostitutiva è il trattamento standard per i sintomi della menopausa, ma non è priva di controindicazioni ed effetti collaterali. Per valutare l'efficacia di *Cimicifuga racemosa* nel contenere questi disturbi, un gruppo di ricercatori iraniani ha condotto uno studio clinico randomizzato in doppio cieco, controllato con placebo su 84 donne in menopausa che presentavano una sintomatologia valutata secondo una specifica “scala climaterica”. Alle partecipanti, divise in due gruppi, sono state somministrate rispettivamente tavolette con l'estratto di Cimicifuga e placebo per un periodo di 8 settimane, al termine del quale sono state valutate le condizioni dei sintomi climaterici utilizzando la scala già citata. Non sono stati riscontrati effetti collaterali e il punteggio della scala climaterica nel gruppo trattato con Cimicifuga ha evidenziato un miglioramento dei sintomi vasomotori, psichici, fisici e sessuali in tutte le donne.



di Marco Angarano
Fitopreparatore, Giornalista



di Lina Suglia

Giorni di Luna nera

COME ALLEVIARE I DISAGI DELLA

SINDROME PREMENSTRALE

Per alcune “quei giorni” con disagi e malumore sono da segnare sull’agenda, per evitare impegni nell’attesa che passino. In alcuni casi la sindrome premenstruale (PMS) può essere davvero invalidante, ma i sintomi che la contraddistinguono, e che si presentano nell’intervallo tra l’ovulazione e il ciclo, protraendosi a volte anche durante il flusso, sono ampi ed estremamente variabili da donna a donna, come localizzazione, intensità e durata.

Nei vari distretti implicati si evidenzia il ruolo polivalente degli estrogeni nel mantenimento dell’omeostasi: sono coinvolti prevalentemente l’utero e la mammella (dismenorrea, tensione mammaria), l’apparato locomotore (dolori articolari e muscolari diffusi), il digerente (nausee, alterazioni del ritmo e delle microflora), i vasi (congestione pelvica, emorroidi, cefalee o emicranie), la cute (acne, herpes, orticaria), il tono (astenia) e il profilo psichico (irritabilità, malinconia, alterazioni del comportamento alimentare).

Dimmi chi sei

Le diverse espressioni di questa sindrome para-fisiologica rivelano le fragilità fisiche e psichiche individuali, insite nel modello reattivo di ogni fenotipo femminile, analogamente a quanto accadrà in menopausa, ma allora con note di maggiore complessità, legate alle condizioni del vissuto e dell’età.

Un valido sostegno ai disturbi della PMS è offerto dall’Estratto Integrato Sinergico Ciclo (con Levistico, Cardiacca, Peonia, Angelica cinese e olio essenziale di Salvia sclarea), che allevia i sintomi di tensione psico-fisica, migliora la dinamica circolatoria, riduce le componenti allergiche e favorisce l’equilibrato svolgersi delle fasi normali del ciclo. Può essere assunto all’occorrenza nel periodo critico per un rapido sollievo o, meglio, utilizzato con una certa continuità, anche in associazione a Lamponi MG, per modulare il flusso nella rete delle informazioni biologiche. Si presuppone, infatti, che la sindrome non sia l’effetto di uno squilibrio endocrino quantitativo, che raramente è evidenziato dai dosaggi ematici, quanto di un’amplificata risposta dei tessuti periferici alle fisiologiche oscillazioni ormonali.

Doppio Binario

La TM di Agnocasto (vedi pag.10), specifico rimedio a polarità femminile che modula le fluttuazioni estrogeniche e regola le concentrazioni ematiche di prolattina, è spesso chiamata in causa per la doppia valenza

della sua azione, che interessa parallelamente il piano endocrino e nervoso.

Sono apprezzati i suoi effetti sedativi e rasserenanti, che arginano gli sbalzi d'umore e le note depressive proprie della fase premestruale; a questo si affianca un miglioramento di sintomi somatici come le algie diffuse, le recidive acneiche ed erpetiche e, in particolare, la ritenzione idrica.

Quest'ultimo aspetto rappresenta una delle più significative espressioni di disagio della PMS, dove il gonfiore generalizzato e la stasi di liquidi sono tali da comportare variazioni ponderali tra i 2 e i 5 Kg.

A livello mammario, ciò comporta spesso una sensazione di tensione con accentuata sensibilità.

Per Donne-Palloncino

In alcuni casi, può valorizzare gli effetti di Agnocasto TM l'associazione con la più complessa attività adattogena di Shatavari, che secondo le indicazioni tradizionali "porta in equilibrio tutti i fluidi del corpo", ma aiuta anche a eludere l'umore malinconico e a sostenere le funzioni cognitive, migliorando la sensazione di scarsa efficienza intellettuale che accusano alcune.

Per sollecitare il drenaggio dell'ambiente cellulare e contemporaneamente la sua detossificazione, favorendo l'omeostasi locale e creando le condizioni ideali per una comunicazione coordinata del network è utile

drena&depura omeostat® (con Ribes, Karkadé, Mango, Verga d'oro, Schisandra e Fumaria - vedi

Fitonews n° 1-2/2010). L'accostamento con Castagno MG e Aparine TM in associazione o alternanza accentua ulteriormente il drenaggio linfatico.

Muovere il Sangue

Tra le proposte della Medicina Tradizionale Cinese si distingue Angelica cinese EST che, pur non vantando una specifica attività ormonale, è una specie classificata nella categoria dei tonici del sangue, suggerita non solo come regolatore del ciclo e per contenere i sintomi della PMS, ma anche per regolarizzare alterazioni mestruali (dismenorrea e amenorrea) e disturbi climaterici. L'azione spasmolitica, comune ad altre specie di Angelica anche europee, qui si puntualizza prevalentemente sul tono della muscolatura vascolare e uterina, riconosciuta dalla ricerca moderna insieme alle proprietà vasoprotettive (antinfiammatoria, antiaggregante, antiaritmica) e immunomodulanti.

Le indicazioni riguardano un quadro con astenia e dolenzia muscolare, aggravato da disturbi vascolari e spasmofilia (dolori addominali, dispnea e palpitazioni, irritabilità e insonnia).

Limpido quotidiano



Ogni giorno
più liberi dalle scorie

drena&depura aiuta l'organismo
ad eliminare i liquidi in eccesso e
a neutralizzare le sostanze dannose,
con un effetto tonico generale.

drena&depura®



info@fitomedical.com
www.fitomedical.com

 **FITOMEDICAL**
star bene è naturale



di Lina Suglia

Circolo femminile

Le ramificazioni dell'apparato cardiovascolare sono un'importante via per la propagazione d'informazioni biologiche veicolate nel sangue. Nella donna gli estrogeni, usufruendo di questo percorso, non solo raggiungono in modo ubiquitario i distretti, ma vi esercitano un'azione che, in molti casi, condiziona gli stessi parametri circolatori (es. la massa ematica, il trofismo e la contrattilità vascolare), com'è proprio di una rete sistemica, che prevede azioni e retroazioni nei suoi vari circuiti.

Benché i vasi femminili trovino negli estrogeni un fattore di protezione, le cicliche modificazioni fisiologiche cui sono sottoposti per la variabile concentrazione ematica di questi ormoni durante il ciclo mestruale, in gravidanza, nel pre e post-menopausa, sommate alle parallele implicazioni nervose e umorali, possono configurare elementi di vulnerabilità nella funzionalità cardiovascolare.

Dove ti volti un Guaio

Ad esempio, le fluttuazioni endocrine dell'età fertile influenzano la secrezione renale, cambiando la quantità di fluidi presenti nel sangue e nei tessuti, con ripercussioni sui vasi sanguigni e linfatici. In donne tendenzialmente iperestrogeniche o molto sensibili a questi effetti, la ritenzione idrica si accentua sensibilmente, fino a diventare uno dei disagi più rilevanti della sindrome premestruale (vedi pag. 14).

Diversa ma analoga si configura la situazione in gravidanza, quando il nuovo equilibrio comporta cambiamenti nella composizione del sangue, nell'irrorazione e nel turgore tessutale. Queste trasformazioni profonde e molto rapide, oltre alla compressione dell'utero sui tronchi venosi, inducono stasi a livello pelvico e degli arti inferiori.

La tendenza a sviluppare flebopatie è comunque frequente in ogni età femminile, imputabile anche alla minore strutturazione delle vene rispetto alle arterie e a una circolazione che qui contrasta la forza di gravità.

In prossimità della menopausa e nella senescenza i vasi soffrono della carenza estrogenica; in più compaiono altre aggravanti, vulnerabilità metaboliche (dislipidemia, iperglicemia) o neuroendocrine (es. formicolii, spasmi vascolari, alterazioni del ritmo cardiaco).

SOSTENERE L'EFFICIENZA DI VENE,

ARTERIE E CAPILLARI

Circolazione fluente

Da qui l'esigenza di sostenere l'omeostasi della rete vascolare non settorialmente, ma come insieme in cui convergono arterie, vene e capillari, per evitare che ambiti circoscritti di vulnerabilità si estendano per continuità ad altri comparti circolatori, anche ampliandosi a tessuti e distretti limitrofi ai vasi: dagli arti inferiori (fleboipatie) agli organi addominali (congestioni pelviche), in particolare l'intestino (emorroidi), dalla pelle (couperose) al derma ("cellulite"), ecc. Sulla base di queste considerazioni Fitomedical ha formulato due prodotti, da utilizzare insieme o separatamente, VegeVen omeostat® capsule e cremagel: le une sono a base di Salvia cinese, Rusco e Centella, l'altra aggiunge a Salvia cinese e Rusco l'estratto di Ippocastano, gli OE di Cipresso, Elicriso e Geranio e l'olio di Tamanu (vedi Fitonews n.1-2/2013).

Annessi e Connessi

Nell'alleviare le stasi circolatorie, un altro circolo merita attenzione, quello linfatico, che insieme al sanguigno garantisce l'equilibrio connettivale: drena&depura omeostat® ne promuove la funzionalità, con un drenaggio profondo che riattiva l'ambiente cellulare e il fluido interstiziale; in presenza di edemi importanti, Aparine TM e Castagno MC sono ottimi complementari.

L'azione di drena&depura omeostat® interessa anche il fegato, implicato nel metabolismo degli ormoni steroidei, ma importante pure per il controllo di processi ossidativi che possono minacciare l'omeostasi del circolo.

Varianti sul Tema

Particolare è la gravidanza, che trova lo strumento adeguato per eludere l'insorgere o l'aggravarsi di problematiche venose nell'azione delicata e profonda dei gemmoderivati di Ippocastano e Castagno. Il primo è un vasotonico specifico delle situazioni congestive addominali e pelviche (es. emorroidi), il secondo, come detto sopra, un drenante linfatico antiedemigeno. Applicata localmente, VegeVen cremagel allevia le sensazioni di pesantezza. Infine, la prevenzione della senescenza vascolare, nel pre o postmenopausa, consiglia l'alternanza o l'associazione di VegeVen capsule con l'Estratto Integrato Sinergico Circolazione (a base di Scutellaria, Rusco, Ginkgo, Cipresso EF, Salvia cinese ES e OE di Cipresso e Limone), che protegge il sistema cardiovascolare da vulnerabilità estese ad arterie e cuore.



**Il benessere
è in circolazione**

VegeVen®
OMEOSTAT
Circolazione in equilibrio

Una buona circolazione assicura l'equilibrio dell'intero organismo. Per preservarla VegeVen omeostat Capsule e Cremagel aiutano a mantenere l'efficienza di vene, arterie e capillari.

FITOMEDICAL
star bene è naturale

info@fitomedical.com
www.fitomedical.com



di Lina Suglia

Rapporti di buon Vicinato

L'EQUILIBRIO INTESTINALE

E GENITOURINARIO SI CONDIZIONANO

RECIPROCAMENTE

Forse per la loro percezione del mondo, improntata - almeno in prima battuta - a coglierne “di pancia” ogni aspetto, le donne hanno spesso nell’addome un punto di probabile vulnerabilità: in particolare l’utero, l’intestino, la vescica, reagiscono con estrema sensibilità a sollecitazioni come emozioni, cambiamenti di temperatura o di alimentazione, stanchezza o altro.

Anche in questi ambiti gli estrogeni, in modo diretto o indiretto, influenzano la funzionalità e le condizioni tessutali, come dimostrato anche clinicamente dal fatto che spesso cistiti o disagi intestinali si accentuano in relazione al ciclo o compaiono avanti negli anni, quando questo va esaurendosi.

Qualcosa per Ognuna

Particolarmente sensibile ai flussi della rete sistemica è l’intestino, che ne costituisce un centro nodale e svolge ruoli determinanti per l’omeostasi, interagendo nella regolazione metabolica, neuroendocrina e immunitaria. Merita quindi attenzione in diverse situazioni di vulnerabilità femminile, relative a ogni età, che possono trarre giovamento dai prodotti salutogenetici della Linea Intestino formulati da Fitomedical. Ad esempio, ricordando che questo viscere è il nostro “secondo cervello”, è possibile regolare la comunicazione neuroendocrina tra testa e addome con Enterorelax (a base di Triphala, Zenzero, Camomilla, Finocchio e Tabebuia) per lenire l’ipersensibilità, o Erbaregola Ritmo (con estratti meristemati di gemme e di radichette di Fico), per cadenzarne la motilità e correggere la stipsi, eludendo progressivamente il ricorso a lassativi irritanti, anche grazie alle tavolette Erbaregola Forte, Bilanciato e Delicato.

Impermeabili alle Offese

Enteroshield (a base di Baobab, Agrimonia, Triphala, zinco e carnosina), che preserva lo stato e la corretta permeabilità delle pareti intestinali, è indicato in presenza di forme croniche locali (es. stitichezza, “colite”, intolleranze alimentari, diverticolosi, emorroidi, ecc.), ma anche per problematiche che interessano zone attigue all’intestino, ad esempio cistiti, come vedremo, o stasi venose che compromettono la permeabilità vascolare

evidenziando una tendenza diffusa al “cedimento” di confini tra comparti interni.

Infine, Enterodefend (a base di *Lactobacillus acidophilus*, *L. rhamnosus*, *Bacillus coagulans* e *Astragalo*) agisce nell’ambito delle difese locali e sistemiche, coordinandone l’efficienza e prevenendo tendenze allergiche, infettive, autoimmuni.

Mal comune, poco Gaudio

Preservare l’omeostasi intestinale è inoltre un fattore non trascurabile nelle situazioni in cui la vulnerabilità si manifesta con episodi di cistite, un disturbo che ha un’alta incidenza nella popolazione femminile adulta di tutte le età. Lo favorisce la struttura anatomica stessa dell’uretra, un tratto molto breve da cui possono accedere facilmente in vescica microrganismi virulenti presenti sulle mucose esterne, in particolare alcuni ceppi di *Escherichia coli* sviluppatasi a livello intestinale. Si ipotizza anche che gli stessi possano raggiungere la vescica per via linfatica, una migrazione favorita dalla porosità e permeabilità della parete intestinale, incapace di trattenerli nel lume. Le relazioni tra disbiosi intestinali e cistiti suggeriscono associazioni che, scelte valutando le sensibilità individuali specifiche, si rivelano determinanti non solo nel preservare le vie urinarie da infezioni, contrastarle quando sono in atto e prevenirne la ricomparsa, ma per ridurre sensibilmente la vulnerabilità fenotipica.

Da Dentro e da Fuori

Localmente, per proteggere la mucosa vescicale dall’attacco dei batteri, alleviare l’infiammazione e i fastidiosi sintomi che comporta e potenziare le difese locali, è d’aiuto Cistoshield omeostat®, un integratore in forma liquida confezionato in sticks, a base di Karkadè, Cranberry, Mirtillo rosso e Astragalo (vedi Fitonews n. 1-2/2012).

Per prevenire o bloccare l’insediamento e il proliferare in vescica di agenti infettivi, è opportuno agire dall’interno, abbinando Enteroshield per ristabilire condizioni di omeostasi intestinale, e dall’esterno, con Intimoshield omeostat® (vedi a pag. 20), per garantire un’igiene quotidiana atta a tutelare l’equilibrio ecosistemico nella zona prossima alle mucose genitourinarie.

Infine, l’azione immunomodulante, combinata a quella prebiotica e probiotica di Enterodefend, permette di controllare tendenze infiammatorie locali e sistemiche. Astragalo, presente in questa formulazione e in quella di Cistoshield, evidenzia una sinergia importante, in particolare per i fenotipi femminili ipoergici o anergici.



L'importanza di una corretta permeabilità intestinale

Gli ingredienti naturali di Enteroshield aiutano a mantenere l'integrità della parete intestinale, riducendone la permeabilità e quindi il rischio di intolleranze alimentari e di infiammazioni che si ripercuotono negativamente sugli equilibri dell'organismo



info@fitomedical.com
www.fitomedical.com



FITOMEDICAL
star bene è naturale

*di Lina Suglia*

Pulito con Garbo

L'IGIENE INTIMA CHE PRESERVA

LE NATURALI FLORE BATTERICHE

Per la donna ciò implica che, nei diversi ambienti di questo sottosistema, le cicliche fluttuazioni endocrine, o la loro fisiologica assenza in menopausa, si traducano in modificazioni dei parametri ambientali (es. pH, quantità e consistenza delle secrezioni, ricambio cellulare dell'epitelio, ecc.), molto influenti per la composizione e l'ordine delle micropopolazioni locali.

Sotto la Lente

Restringiamo ora l'attenzione a una piccola porzione del microbiota, quella genitourinaria: come già evidenziato nelle pagine precedenti (vedi pag. 18), tra i fattori decisivi per il suo equilibrio è rilevante la protezione attuata dalle microflorie cutanee collocate sulle superfici esterne, vicine alle mucose genitali. Con la loro azione di presidio rappresentano una barriera contro l'insediamento e la proliferazione di ceppi estranei presenti nell'area perineale e perianale che, se introdotti nell'ambiente genitale, darebbero adito a odori sgradevoli, fastidiose irritazioni, infezioni vaginali e urinarie.

Lavare senza strafare

L'igiene è una prassi fondamentale per mantenere l'efficienza di questa difesa naturale, purché si eviti un uso eccessivo di saponi, spray e prodotti sintetici, che potrebbero risultare aggressivi. Occorre invece pulire con delicatezza le zone intime, garantendo presupposti ottimali per preservare la composizione della flora batterica locale e il suo equilibrio. Risponde a questa esigenza Intimoshield omeostat®, un detergente intimo a pH fisiologico con estratti vegetali, studiato per garantire la corretta igiene di questa zona sensibile e delicata.

In esso l'attività lenitiva e rinfrescante si accompagna all'efficacia di una protezione equilibrata, perché orientata a contrastare i microrganismi transitori potenzialmente patogeni, senza compromettere le componenti del microbiota.



Severi contro i Nemici

Intimoshield ha proprietà antisettiche, protettive e riepitelizzanti, nelle quali convergono le qualità sinergiche di Cranberry, Lamio bianco, Crespino, olio di Tamanu e degli oli essenziali di Menta a foglie rotonde, Tea Tree e Lavanda (descritti a pag. 22).

I frutti di **Cranberry** (*Vaccinium macrocarpon*), presenti anche nella formulazione di Cistoshield, si distinguono per l'azione antivirale e antibatterica, centrata sulla capacità di inibire l'adesione a cute e mucose di molti patogeni, tra cui

Escherichia coli, oltre all'attività antinfiammatoria e antiossidante.

Crespino (*Berberis vulgaris*) unisce all'azione antinfiammatoria quella antisettica, il cui ampio spettro include microrganismi batterici e micotici (es. E. coli, Chlamydia, Candida). È molto apprezzato, soprattutto in TM per uso orale, per far fronte a infezioni anche severe, cutanee, urogenitali e intestinali (enteriti, dissenteria, colecistiti, candidiasi, vaginiti, leucorree), ma pure epatobiliari e respiratorie, tutte caratterizzate da una debole resilienza, prossima all'anergia. In **Lamio bianco** (*Lamium album*), antico rimedio ginecologico di automedicazione, le proprietà antisettiche (Candida, Enterococcus) si associano a quelle antinfiammatorie, lenitive e riepitelizzanti.

Infine, l'olio di **Tamanu** (*Calophyllum inophyllum*), vantato già nella tradizione polinesiana come protettivo di cute e mucose, aggiunge alle riconosciute qualità antivirali, antibatteriche e antimicotiche, quelle favorevoli alla guarigione di lesioni superficiali.

Per Lei, ma non solo

L'insieme funzionale di Intimoshield coniuga la necessità d'igiene intima con il rispetto dell'equilibrio omeostatico delle micropopolazioni locali. Calzante alle esigenze quotidiane femminili, è utile anche a soggetti maschili e in ogni età, come pure nelle occasioni che consigliano una specifica protezione (in viaggio, palestra, piscina, spiaggia, ecc.). Si suggerisce in particolare per lenire condizioni di accentuata sensibilità delle zone genitali, come nell'infanzia e nella senescenza, in particolari situazioni femminili (ciclo mestruale, gravidanza, menopausa) e in associazione a Cistoshield come doppio fronte di protezione (shield = scudo), esterno e interno, che riduce significativamente il rischio d'infezioni urinarie.

Possiamo fare molto
per il benessere
delle vie urinarie



CISTOSHIELD®
lo scudo per le vie urinarie
con Cranberry, Karkadé,
Mirtillo rosso e Astragalus:
la sinergia di ingredienti naturali che ti aiuta
Confezionato in pratici sticks con un gradevole sapore





FITOMEDICAL
star bene è naturale
info@fitomedical.com
www.fitomedical.com

di Massimo Rossi,
Biologo, Consulente Scientifico



Profumi da Gineceo

OLI ESSENZIALI CON NOTE

FEMMINILI ARRICCHISCONO

LA FORMULAZIONE DI

INTIMOSHIELD

Ormai è risaputo, le numerose sostanze che compongono gli oli essenziali influiscono direttamente e indirettamente sul nostro sistema nervoso, su quello endocrino e sull'immunitario. Ma gli OE contribuiscono anche a dare forma matura e soggettività all'insieme dei microrganismi che vivono sopra e dentro il nostro corpo (microbiota).

Ping Pong di Equilibri

Dato che il microbiota, a sua volta, influisce sugli equilibri - e gli squilibri - della fisiologia umana e ne è vicendevolmente influenzato, ci si mostra una rete complessa, in cui gli oli essenziali possono svolgere un ruolo rilevante, contribuendo a regolare o a modificare le condizioni e il funzionamento dell'organismo, con azione sia diretta, sia indiretta.

Questa rete sistemica, pur determinante per l'assetto salutogenetico maschile, assume un'importanza ancora maggiore nel sesso femminile, in cui i ritmi periodici delle oscillazioni endocrine condizionano tutti i parametri omeostatici.

Il Fiuto delle Donne

Nella donna, inoltre, si ha una più elevata ampiezza di percezione olfattiva, con intense ricadute neuroendocrine, e una maggiore sensibilità alle fluttuazioni delle flore microbiche intestinali, genitourinarie e cutanee. Da qui il ruolo cruciale che possono svolgere gli oli essenziali utilizzati per olfazione, applicazione topica, o uso interno.

Ne sono un esempio gli OE di Lavanda, di Menta a foglie rotonde e di Tea tree, inseriti nella formulazione di Intimoshield proprio per le loro proprietà muliebri.

Calma i Nervi e la Cute

Lavanda (*Lavandula angustifolia*) è una delle essenze più note e più diffusamente utilizzate, oggetto di numerose

indagini in vitro e in vivo, oltre che di studi clinici su soggetti sani e su altri affetti da disturbi di vario genere. In molte situazioni sperimentali, ha mostrato di possedere attività ansiolitiche, regolatrici del sonno, mitiganti dei sintomi emotivi e fisici della sindrome premestruale o della sintomatologia della dismenorrea primaria. In aggiunta, l'OE di Lavanda ha proprietà antinfiammatorie, antipruriginose e riepitelizzanti.



Un Valore misconosciuto

Sull'OE di **Salvia sclarea**, che presso gli aromaterapeuti ha un'ottima reputazione di efficacia nella regolazione dell'asse ipotalamo-ipofiso-gonadico e degli equilibri estro-progestinici, non vi sono invece studi e sperimentazioni che permettano di validarne le proprietà empiricamente osservate nella pratica aromaterapeutica.

Contro Piccoli minacciosi

Un particolare OE, quello di **Menta a foglie rotonde** (*Mentha suaveolens*), caratterizzato dalla ricchezza in piperitonossido, ha una forte attività inibitrice nei confronti del fungo *Candida albicans* e della sua capacità di formare biofilm che proteggono le cellule fungine dall'asportazione con i normali detergenti, nonché dall'azione di sostanze naturali o sintetiche ad azione antimicotica. Inibisce inoltre lo sviluppo e la moltiplicazione di virus erpetici (HSV-1), agenti patogeni frequentemente implicati in patologie sessualmente trasmissibili.

Tea tree (*Melaleuca alternifolia*) è l'olio essenziale più noto e diffusamente utilizzato, attivo su un ampio spettro di microrganismi patogeni: dai funghi, responsabili soprattutto di micosi cutanee, genitali e onicomicosi, ai batteri, anche nelle loro varianti resistenti nei confronti di batteriostatici e antibiotici. Agisce anche su differenti specie di acari, come i *Demodex*, potenzialmente responsabili di dermatiti, come la rosacea o la blefarite, o coinvolti nell'evoluzione acneica.

pierluigi bruno visual design
www.pierluigibruno.com



Il giro del mondo in cento profumi

olio essenziale

Le essenze sono la voce profumata delle piante.
L'abbiamo ascoltata e compresa, selezionando
pregiate specie aromatiche.
Oggi proponiamo un ampio assortimento
di **oli essenziali** di qualità,
corredati di tutte le informazioni necessarie
per il loro corretto utilizzo.

linea
**oli
&essenze**









FITOMEDICAL




Igiene e protezione quotidiana



Intimoshield® è un delicato detergente a pH fisiologico che dona una piacevole e duratura sensazione di benessere. I suoi preziosi estratti vegetali aiutano a preservare l'equilibrio delle flore batteriche e a mantenere le naturali difese cutanee.

INTIMOSHIELD®

OME⁺STAT

detergente intimo
con estratti vegetali

