

TRE COMPONENTI NATURALI

insieme per fare il **BERRY NECTAR**

Dr. Maurizio Mariscoli

Consulente Industriale per il Farmaco. Procuratore presso il Ministero della Salute per Farmaci, Cosmetici, Dispositivi medici, Integratori alimentari e Veterinaria. Consulente scientifico FLP Italy.



Dell'Aloe abbiamo già parlato e la conosciamo bene, vediamo gli altri due componenti di Aloe Berry Nectar nei particolari e nelle proprietà:

MELA, proprietà:

Le mele sono composte da acqua, proteine, grassi, zuccheri di diverso tipo, tra cui fruttosio, glucosio, e saccarosio, fibre, sali minerali tra cui potassio, zolfo, fosforo, calcio, magnesio, sodio, ferro, oltre a tracce di rame, iodio, zinco manganese, e silicio. La mela è ricca anche di vitamine: C, PP, B1; B2, A, e contiene inoltre acido malico. I contenuti di questo frutto sono equilibrati e dal punto di vista nutrizionale completi. **Tali proprietà contribuiscono all'attenzione dedicata alla sua capacità di ridare giovinezza ai tessuti, e di mantenere un generale benessere fisico.**

Da alcuni studi compiuti sembra che il succo di mela riesca ad aumentare la capacità di memorizzare e la velocità di elaborazione dei dati da parte del cervello.

L'effetto sembra essere dovuto a una maggiore produzione e da una migliore utilizzazione del neurotrasmettitore acetilcolina .

Altri studi sono stati condotti, in parallelo, sulla sua forma alcolica di sidro, ma si è arrivati a confermare che il succo di mela concentrato è in grado di incrementare la memoria. È quanto risulta da una ricerca svolta presso la University of Massachusetts Lowell (UML) che ha verificato come tale bevanda sia in grado, in un modello animale, di stimolare sia la produzione che il metabolismo dell'acetilcolina, un neurotrasmettitore essenziale, tra gli altri, nei meccanismi mnemonici e non solo.

Il risultato – pubblicato sulla rivista "Journal of Alzheimer's Disease" – è il frutto di una serie di ricerche che riguardano la malattia di Alzheimer e, più in generale, il declino delle facoltà intellettive, cui si cerca di porre rimedio con trattamenti farmacologici.

"Non è escluso che un giorno si possa arrivare a raccomandare di inserire nella dieta, accanto ad altri farmaci contro l'Alzheimer, il succo di mela o di altri prodotti a base di questo frutto" ha spiegato Thomas Shea, Ph.D., direttore del Center for Cellular Neurobiology and Neurodegeneration Research dell'UML.

[da le scienze del 4 agosto 2006]



Ciò posto per quanto riguarda la mela passiamo ad esaminare il terzo componente, e cioè il **MIRTILLO AMERICANO**, il mirtillo e le sue proprietà

Cosa contiene

- Eterosidi flavonoidici (asperuloside, quercitrina, isoquercetina, quercetin-3-ramnoside).
- Antocianosidi 3% (delfinidina, cianidina, malvidina, petunidina, peonidina, pelargonidina, peonidina, irsutidina).
- Tannini catechinici (5-12%).
- Acidi organici (1-1,7%); provitamina A, vit.C e vitamine del complesso B.

Molte donne, soprattutto nel corso degli anni di attività sessuale, vanno incontro a infezioni delle vie urinarie, spesso recidivanti. Queste infezioni sono frequenti anche negli anziani, nei bambini e nei soggetti con problemi da stress ed alimentazione sbilanciata o scorretta. Per prevenire o coadiuvare il trattamento di queste infezioni sempre più spesso i pazienti cercano aiuto nei prodotti naturali. Tra questi prodotti uno dei più utilizzati è il mirtillo americano (*Vaccinium macrocarpon*) presente in commercio sotto forma di succo o di integratori. Va ricordato che i criteri di purezza e qualità osservati nella scelta dei componenti usati, la precisa formulazione e, non meno importante, il metodo di preparazione del prodotto finito fanno la differenza tra prodotto e concorrenza.

Come agisce il mirtillo?

I mirtilli sono costituiti per la maggior parte da acqua, ma contengono anche diversi composti organici (es. catechine, flavonoidi, antocianine). Il meccanismo preciso con cui il mirtillo contribuisce alla **prevenzione** o al **trattamento** delle infezioni delle vie urinarie non è noto con esattezza. Sembra che agisca principalmente impedendo che i batteri patogeni aderiscano alla mucosa delle vie urinarie, evitando in questo modo lo sviluppo dell'infezione. Altri meccanismi ipotizzati vedono nella capacità del mirtillo di acidificare le urine e l'effetto antisettico di alcuni suoi componenti. Gli studi effettuati sembrano evidenziare che i prodotti a base di mirtillo rosso, assunti a lungo (6-12 mesi), possano essere utili nel **prevenire** le recidive delle infezioni delle vie urinarie nelle persone a rischio con adattamento caso per caso della quantità giornaliera da assumere. E' comunque dimostrato come il **succo concentrato** del mirtillo americano (*Vaccinium macrocarpon*) sia in grado di prevenire significativamente le recidive delle infezioni delle vie urinarie inferiori (UTI). Oggi si ritiene che le sostanze utili debbano essere ricercate tra i polifenoli (prociandine) contenuti nelle bacche. L'utilizzo dei nuovi succhi concentrati di Cranberry particolarmente ricchi in polifenoli (prociandine) sembrano essere il migliore trattamento a disposizione anche per via di quel tanto di carico idrico presente nell'assunzione del succo.

Proprietà

Il Mirtillo americano contiene significative quantità di antocianosidi, flavonoidi, acido citrico, malico, chinico ed ippurico, ed altre numerose sostanze che hanno proprietà antibatteriche che esplicano la loro azione soprattutto a livello dell'apparato urinario.

Studi recenti hanno dimostrato che il succo dei frutti di questa pianta ha la capacità di rendere antiadesiva la superficie delle mucose, ciò che inibisce l'adesione cellulare dei vari batteri patogeni responsabili delle infezioni urinarie, fra cui anche l'*Escherichia coli* (l'agente che è più spesso responsabile delle infezioni urinarie). Tale azione antiaderente, favorendo la fisiologica eliminazione delle popolazioni batteriche anomale, può contribuire a contrastare la colonizzazione dell'intestino e della vescica da parte di questi agenti potenzialmente patogeni.

Particolarmente interessante nel contrastare le infezioni urinarie recidivanti è la proprietà del succo di abbassare i valori del pH urinario, rendendo quindi più acide le urine, il che contribuisce a combattere le infezioni stesse.

Indicazioni

L'uso del Mirtillo di palude è indicato per i disturbi acuti e cronici delle vie urinarie, come le cistiti, spesso accompagnate da disbiosi intestinali che diventano vere e proprie sorgenti autogene di infezioni urinarie, specialmente nella donna, per via delle caratteristiche anatomiche dell'apparato urinario femminile, ma che sono ormai comuni anche nell'uomo, attraverso il coinvolgimento prostatico.

E' raccomandato quindi ai soggetti che presentano ricorrenti infezioni alle vie urinarie, come cistiti e prostatiti, sia occasionali che recidivanti o croniche. Al mirtillo sono attribuite anche le seguenti ulteriori proprietà:

Antiossidanti, radical scavenger.

Protettive e favorenti il meccanismo della visione in genere.

attività favorenti la visione crepuscolare;

attività protettiva e vitaminoP simile con normalizzazione della permeabilità e della resistenza parietale dei capillari ;

attività favorente la secrezione di muco con effetto gastroprotettivo contro l'ulcera.

attività spasmolitica

A chi dare il BERRY NECTAR (sempre senza sostituirsi al Medico, mi raccomando)?

In caso di cistiti ricorrenti, disturbi delle vie urinarie

In caso di capillari e varici

In caso di disturbi e affaticamento della vista

In caso di acidità di stomaco

In caso di affaticamento da superlavoro e stress

In caso di dieta non equilibrata

