



# Forever Nature's 18

a cura della dott.ssa Elisa Moro

**C**ari distributori come state? Eccomi riapparire su queste pagine!

Questo mese dedico lo spazio a me riservato per parlarvi del nuovo articolo **Forever Nature's 18** che come sempre testimonia l'attenzione dell'azienda a preservare la nostra salute e quella dei nostri clienti. Forever Nature's 18 è una formula composta, come ricorda la denominazione del prodotto stesso, da 18 ingredienti che hanno la finalità di fornire all'organismo i contenuti nutrizionali delle 5 razioni giornaliere di frutta e verdura necessarie per una corretta alimentazione. Pochi di noi in effetti riescono con l'alimentazione quotidiana ad introdurre tutti questi preziosi elementi. Vorrei aggiungere che, se non abbiamo la fortuna di avere un orto, ben difficilmente la qualità della frutta e verdura in commercio riuscirebbe a garantire l'apporto nutrizionale di frutta e verdura che necessita al nostro organismo. Andiamo a vedere quindi cosa c'è di così prezioso in questo prodotto.

Abbiamo detto 18 ingredienti, li vedremo uno ad uno per poi definire le proprietà e quindi l'uso di Forever Nature's 18. In realtà troverete 16 punti perchè ho riunito sotto lo stesso punto alcuni ingredienti:

1. *vitis vinifera* succo ed estratto di semi. La *vitis vinifera* non è altro che la vite comune dalla quale comunemente si ricava l'uva da vino. E' anche una pianta medicinale usata per la sua azione capillaroprotettrice nella terapia dell'insufficienza venosa cronica degli arti inferiori. Per quanto riguarda i composti cicimici presenti nella pianta, grande attenzione dal punto di vista scientifico è stata data alle proantocianidine. Queste ultime sono composti di tipo flavonoide che hanno mostrato in studi condotti in laboratorio di possedere attività antiossidante e che sono utilizzati nel trattamento dei disturbi della circolazione periferica. Infatti attraverso un'azione



stabilizzante a livello dei vasi capillari prevengono l'aumento della permeabilità vasale producendo quindi un'azione protettiva. Inoltre le proantocianidine sono considerate utili anche nel migliorare e mantenere l'elasticità della cute, effetto che sembra essere dovuto ad un'azione stabilizzante sul collagene e sull'elastina.

2. succo di *malus pupila* o melo ricco di principi nutritivi, soprattutto potassio e vitC, da una buona carica energetica pur avendo pochissime calorie. Il succo di melo possiede anche proprietà disintossicanti. E' ricco di acido tannico e pectina che hanno un effetto astringente. La mela esalta la diuresi, ed è quindi utile nelle cardiopatie e nefropatie. Esercita un effetto eutrofico nei confronti delle mucose intestinali.
3. estratto di *vaccinium corymosum* o mirtillo comune e *vaccinium macrocarpon* o cramberry o mirtillo palustre. Dai frutti della pianta si ricava l'estratto secco titolato in antocianidine. L'azione delle antocianidine può indurre vasodilatazione in molti distretti arteriosi. Particolarmente buona è la protezione sui vasi capillari della retina. Gli antocianosidi accelerano la rigenerazione della rodopsina, modificando la struttura dei bastoncelli e contrastando l'azione dei radicali liberi, favorendo così la visione notturna. La proprietà fleboprotettiva del mirtillo dipende dalla capacità delle antocianidine di inibire l'attività di alcuni enzimi rendendo il connettivo più stabile ed elastico. Una specifica proprietà del mirtillo palustre è quella di fungere da protettore alla mucosa della vescica rendendola quindi più resistente ai batteri intestinali che causano infezioni urinarie.
4. estratto di *sambucus nigra* o sambuco. Esso contiene glucosidi antocianici, acido citrico, malico e tartarico, sambunigrina e pectina. Risulta quindi avere

anch'esso un'importante azione antiossidante.

5. estratto secco di *musa sapientum* o banana che è un frutto molto nutriente ricco di vitA, B1, B2, C, PP, Sali minerali (potassio, calcio, ferro e fosforo), carboidrati ha proprietà rimineralizzanti e regolatrici della flora intestinale ed inoltre favorisce il buon funzionamento dei muscoli.
6. estratto di *rubus chingii* o lampone contenente una buona dose di rutina. Essa è un glucoside flavonico che nelle piante è in grado di combinarsi con i cationi permettendo alle cellule di ricevere i nutrienti dal terreno. Negli esseri umani è in grado di legarsi al ferro bivalente, prevenendo che esso si leghi al perossido di idrogeno creando radicali liberi altamente reattivi che possono danneggiare le cellule. Svolge quindi funzione di antiossidante.
7. parte aerea del *brassica oleracea capitata* o cavolo e del *brassica oleracea botrytis* o cavolfiore. Entrambi questi vegetali hanno un gran contenuto di vitC per cui svolgono azione antiossidante e ci danno i benefici della vitC che tutti sappiamo essere fondamentale per tutte le funzioni del nostro organismo. E' inoltre molto importante l'azione antiulcera gastrica condotta dalle Brassicacee e notevole l'apporto di ferro e calcio.
8. radice di *daucus carota sativa* o carota, ricca di betacarotene che funge da antiossidante ed è un'importante provitamina E, fondamentale nel trofismo dell'apparato visivo.
9. parte aerea dell'*apium graveolens* o sedano. Anch'esso ricco di fitocomplessi efficaci nel combattere i radicali liberi. Inoltre è un ottimo digestivo,





diuretico e carminativo.

10. frutto di *phaseolus vulgaris* o fagiolini. Questo frutto privo di semi contiene faseolamina, fibre grezze e sostanze ormonali che gli conferiscono un'azione ipoglicemizzante. Infatti pur non determinando variazioni nella produzione di insulina il bacello faiole è capace di abbassare il picco massimo della licemia mantenendolo costantemente basso per 2-3 ore. Ciò è opera della faseolamina che inattiva l'enzima alfa-amilasi pancreatica impedendo così la digestione degli amidi. Le fibre contenute in questo frutto poi permettono il graduale arrivo degli zuccheri nell'intestino collaborando al controllo quindi della glicemia.
11. frutto di *actinidia chinensis* o kiwi. I frutti del **kiwi** contengono una grande quantità di vitamine, soprattutto la vitC, la cui quantità presente, 85 mg per 100 g di parte edibile, è superiore a quella delle arance (50 mg). ne consegue la sua capacità antiossidante e di miglioramento di tutte le funzioni dell'organismo.
12. frutto di *citrus aurantifolia* o limetta. E' una sorta di limone senza semi dalle dimensioni ridotte con buccia verdognola. Le sue proprietà sono da addurre al gran contenuto di vitC (vedi sopra).
13. foglie e gambo *dipetroselinum crispum* o prezzemolo. Il nome prezzemolo vuol dire sedano che cresce fra le pietre, infatti originario dalla Macedonia, li cresce spontaneo fra le rupi. Esso ha varie proprietà fra cui essere un antinfiammatorio e un decongestionante.

Principalmente deve le sue proprietà alla ricchezza di vitC (vedi sopra).

14. frutto di *prunus domestica* o prugna. Tale frutto contiene vitA, vitB1, vitB2 e vitC. Inoltre alcuni Sali minerali: potassio, fosforo, calcio e magnesio. I suoi contenuti ci fanno capire le proprietà nutrizionali di questo frutto che vanno a migliorare lo stato generale di salute del nostro organismo. La polpa di prugna è utile al fegato per compiere il processo di secrezione biliare.
15. *capsicum anuum* o peperoncino rosso. Esso è da sempre stato oggetto di attenzione da parte degli scienziati che ne studiano le proprietà curative e in generale possiamo dire che sostiene le varie funzioni. Esso è usato dai popoli dei paesi caldi per difendersi dalle infezioni, per conservare il cibo e salvaguardare anche l'intestino dalle putrefazioni alimentari. Ricerche dell'Università della California di san Francisco hanno dimostrato che il peperoncino è efficace nella guarigione dell'Herpes labiale (le bollicine della febbre) e nel ridurre drasticamente il dolore dell'Herpes Zoster (fuoco di S. Antonio). La Capsicina, uno degli ingredienti del peperoncino, sembra efficace nel controllare il dolore dopo un intervento chirurgico per tumore... L'interesse verso la sostanza è venuto dal fatto che gli individui che mangiano abitualmente il peperoncino sviluppano una tolleranza che li rende quasi insensibili ad alcuni tipi di dolore. Tra i dati più curiosi ed interessanti, il fatto che i soggetti che consumano abitualmente il peperoncino piccante godono di migliore salute. Il peperoncino ha un'azione antiossidante e preserva i tessuti, è diuretico, agevola la buona digestione, diminuisce il livello di colesterolo nel sangue, dilata e protegge i vasi sanguigni e previene le malattie



cardiocircolatorie.

16. frutto di *cucurbita pepo* o zucca che contiene molta vitC e potassio quindi anch'essa potente antiossidante e aiuta al buon funzionamento di tutto l'organismo. Come la carota e gli altri ortaggi di color giallo/arancione, la zucca contiene quantità elevate di vitamina A e betacarotene, è inoltre ricca di vitamina C, potassio e sali minerali.

Vediamo ora di radunare le idee! Forever Nature's 18 ha molti ingredienti che sono soprattutto ricchi di elementi fitocomplessi antiossidanti, che agiscono quindi rafforzando il nostro sistema immunitario.

La rutina, presente in molti di questi ingredienti rafforza il sistema cardiocircolatorio oltre che svolgere un'azione antiossidante e quindi sempre di sostegno al sistema immunitario.

Le proantocianidine e le antocianidine che troviamo in molti ingredienti sono flavonoidi con specifica azione antiossidante e migliorano le funzioni del sistema cardiocircolatorio.

Il potassio, anch'esso presente in molti ingredienti di questo prodotto, è coadiuvante nella regolazione della pressione sanguigna e aumenta la funzionalità muscolare.

La ricchezza di vitC di Forever Nature's 18 fa sì che questo prodotto favorisca la resistenza delle pareti delle vene e delle arterie migliorando l'irrorazione sanguigna dei tessuti. Da ciò ne deriva un miglioramento a tutte le funzioni vitali. Vedete quindi quanto preziosi sono gli

elementi contenuti in questo prodotto.

Vorrei portare la vostra attenzione sul beneficio che questo prodotto può dare nel suo uso preventivo. Esso infatti ci permette di migliorare lo stato generale di salute dell'organismo liberandolo dai radicali liberi e rinforzandolo con l'ingente apporto di vitamine. Potete usarlo in modo continuativo. Il dosaggio consigliato per adulti è di 4 cp al giorno. Il prodotto si presenta sotto forma di compresse masticabili con un gusto che direi proprio gradevole. Anche i bambini possono beneficiare dell'uso di Forever nature's 18 e la regola è sempre quella di rapportare la quantità di prodotto al peso della persona considerando che le dosi per adulti sono fatte considerando una persona di circa 60 kg.. Fate quindi uso e promuovete questo fantastico prodotto che darà una spinta in più ad ognuno di noi, integrando la nostra sempre più sbilanciata e sintetica alimentazione.

I prodotti qui presentati non intendono curare o prevenire malattie (nel caso consultare il proprio Medico curante) ma conservare e migliorare lo stato di benessere dell'organismo.