RIEQUILIBRA NATUR COMPLEX

Disbiosi intestinale
Intolleranze alimentari
Pancia gonfia
Cistite e Candidosi

Discinesie biliari
Cefalea digestiva
Dermatite atopica
Depressione alimentare

MODO D'USO:
1 CPS AL MATTINO
1 CPS A PRANZO
1 CPS LA SERA

60 CAPSULE DA 574,24 mg
15 COMPRESSE DA 574,24 mg
Capsule gastroresistenti per una maggiore efficacia.

RIEQUILIBRA NATUR COMPLEX

Integratore alimentare a base di
Curcuma Fitosoma, Pepe nero, Cardo mariano, Fumaria, Inulina, Elicriso, Fermenti lattici, Enzymix, Zinco Gluconato, Vitamine del gruppo B, Acido folico o Vit. B9

Indicazioni principali

Un rimedio naturale per: riequilibrare l'integrità della mucosa gastrointestinale, ottimizzare la flora batterica, favorire l'eliminazione delle tossine, trattare i disturbi epidermici, favorire la funzione digestiva e l'eliminazione dei gas intestinali.

Ingredienti per cps ed effetti fisiologici

Riequilibra natur complex

CURCUMA FITOSOMA 240 mg

La **Curcuma longa** (o *Zafferano delle indie*) è una pianta erbacea della famiglia delle Zingiberacee, originaria dell'Asia sud-orientale (1). Il colore giallo intenso della sua radice è dovuto ai pigmenti polifenolici che contiene, i curcuminoidi, di cui il principale è la curcuma, dalle **proprietà: antiossidanti, antiinfiammatorie, digestive, anticancerogene, antivirali e antiage**. La curcuma esplica un'**azione lenitiva sull'apparato digerente** in caso di dispepsia, colite, gastrite, gonfiori e nausea; svolge inoltre **un'azione protettiva sulle mucose gastriche**, esercitando così un **effetto antiulcera** (2). È efficace in caso di sensazione di pressione e dolore a livello dell'ipocondrio, reflusso gastrico, sensazione di pienezza e gonfiore ricondulcibili ad una diminuita capacità digestiva dei grassi. Inoltre, dagli ultimi studi, la curcuma risulta avere effetti molto positivi nella **sindrome metabolica** con conseguente **diminuzione del grasso viscerale (perdita di peso).**

PEPE NERO 15 mg

Il **Pepe nero** (*Piper nigrum* L.) è una pianta della famiglia delle Piperacee, originaria dell'India del sud. Possiede numerosi benefici sull'apparato gastrointestinale, grazie alla presenza della piperina (principale alcaloide del pepe) (1):
- favorisce la produzione di succhi gastrici,
- contribuisce attivamente all'**azione digestiva**,
- ha azione disintossicante (favorisce l'eliminazione delle tossine),
- possiede un'**azione antibatterica e antinfiammatoria**.

In secondo luogo, il pepe è una spezia ricca di antiossidanti: queste sostanze ritardano l'invecchiamento e contribuiscono alla prevenzione di alcune patologie dell'apparato cardiovascolare e tumorali.

CARDO MARIANO 180 mg

Il **Cardo mariano** (*Silybum marianum*) è una pianta erbacea biennale della famiglia Asteracee, presente in tutto il bacino del Mediterraneo. Usato in medicina sin dai tempi più antichi, ha **proprietà disintossicanti e rigeneranti del fegato, antiossidanti della pelle e depurative dell'organismo** (1). Per la sua proprietà tonica e decongestionante, il cardo migliora la funzionalità epatica, ed è curativo nei problemi legati alla **fatica**, alla **depressione** e alle **allergie alimentari**. È particolarmente indicato in caso di **disturbi epidermici** come: dermatite atopica , psoriasi, eruzioni cutanee e orticaria.

FUMARIA 120 mg

La **Fumaria officinale** (*Fumaria officinalis* L.) è una pianta erbacea annuale spontanea appartenente alla famiglia delle Fumariacee. La fumaria è utilizzata come **epatoprotettore, antispastico e anfocoleretico**, ossia è capace di regolare il flusso biliare aumentandolo se è insufficiente e diminuendolo se è eccessivo (1). Questa pianta è indicata in presenza di: **dispepsie biliari, cefalea digestiva, digestioni difficili, stitichezza, pesantezza postprandiale, meteorismo ed alitosi.** Riassumendo, la fumaria è una pianta dotata di proprietà depurative, epatoprotettive e antispastiche, che si esercitano soprattutto a livello dei dotti biliari, ma anche a livello del tratto gastrointestinale (2).

INULINA 105 mg

L'**Inulina** viene estratta principalmente dalla radice di cicoria, appartiene alla classe dei prebiotici, componenti alimentari non digeribili che stimolano la proliferazione di numerosi batteri benefici nel colon. In particolare, l'inulina viene utilizzata come **fonte nutritiva dai batteri "buoni"** detti eubiotici, che si riproducono neutralizzando sotto numerosi aspetti quelli patogeni (1). Molti integratori probiotici vengono potenziati con inulina proprio per **migliorare la sopravvivenza dei fermenti lattici e fornire un substrato specifico alla flora batterica intestinale** provocando un accrescimento selettivo di batteri eubiotici e aumentando l'assorbimento di calcio, ferro e magnesio.

ELICRISO 105 mg

L'**Elicriso** (*Helicrysum arenarium*) è una pianta aromatica della famiglia delle Composi-tae, viene usata in caso di **dermatopatie (psoriasi ed eczemi), sindromi allergiche, bronchite, asma ed epatopatie. Ha inoltre attività antinfiammatorie, antieritematose, antiallergica, batteriostatica e antiepatotossica** (1).
Infine l'elicriso stimola la secrezione gastrica e pancreatica, contrastando dispesie e crampi.

FERMENTI LATTICI 400 mg

I **Fermenti lattici**, detti comunemente probiotici (dal greco: "pro-bios" a favore della vita), sono particolari batteri o lieviti, innocui per l'uomo, in grado di superare indenni la barriera acida dello stomaco e arrivare vitali nell'intestino, dove **arricchiscono la flora intestinale e ne supportano le sue svariate funzioni** (1).

VITAMINE DEL GRUPPO B 26,67 mg

Le **Vitamine B** sono indispensabili al perfetto funzionamento dell'organismo e quindi al benessere psicofisico. Ognuna di loro riveste un ruolo specifico per il corpo umano e come una squadra vincente, lavorano in sinergia per promuovere la **salute del cervello, dei nervi, dei muscoli, della pelle, degli occhi, del fegato, dei capelli e delle unghie**. Inoltre, regolano l'umore e aiutano la produzione dei globuli rossi.
La **Vitamina B1** e la **Vitamina B2** promuovono il corretto **funzionamento del cuore e dei nervi** intervenendo nelle reazioni metaboliche che trasformano il cibo in energia.
La **Vitamina B3** è preziosa soprattutto per gli atleti, **riduce stanchezza e fatica**.
La **Vitamina B5** è importante per **l'utilizzazione energetica degli alimenti**.
La **Vitamina B6** e la **Vitamina B12** sono fondamentali per il metaboli- smo delle proteine (1).
La **Vitamina B9** (vedi **Acido folico**).

ACIDO FOLICO O VIT. B9 180 mcg

L'**Acido folico o Vit. B9**, fa parte delle vitamine del gruppo B, è idrosolubile e agisce insieme alla Vit. B12 nella scomposizione e utilizzazione delle proteine, **fa aumentare l'appetito e stimola la produzione di acido cloridrico, il quale aiuta a prevenire parassiti e avvelenamenti alimentari**.
Inoltre, riduce i livelli nel sangue di omocisteina, un aminoacido che aumenta il rischio di malattie cardiovascolari e che interferisce con la produzione di "ormoni del benessere" (come la serotonina, la dopamina e la noradrenalina) che regolano l'umore, il sonno e l'appetito.

Modalità d'uso

1 cps a colazione, 1 cps a pranzo e 1 cps a cena.
Capsule gastroresistenti.

Avvertenze

Tenere fuori dalla portata dei bambini, al di sotto dei tre anni. Gli integratori non vanno intesi come sostituto di una dieta variata ed equilibrata e di uno stile di vita sano.

"Le informazioni qui riportate sono tratte da letteratura pubblicata a livello mondiale ed hanno uno scopo esclusivamente informativo".

STUDI CLINICI

CURCUMINA FITOSOMA
1) Goel A, Kunnumakkara AB, Aggarwal BB. Curcumin as "Curecumin": From kitchen to clinic. Bio- chem Pharmacol 2008;75:787-809.
2) He Y, Yue Y, Zheng X, et al. Curcumin, inflamma- tion, and chronic disease: how are they linked? Molecules 2015;20:9183-213.

PEPE NERO
1) Srinivasan K. Black pepper and its pungent principle-piperine: a review of diverse physiological effects. Crit Rev Food Sci Nutr 2007; 47: 735-48.

CARDO MARIANO
1)Kenneth Flora MD, Martin Hahn MD, Hugo Rosen MD and Kent Benner MD Division of Gastroenterology, Oregon Health Sciences University, Portland, Oregon American Journal of Gastroenterology (1998) 93, 139–143

FUMARIA
1) Valentina J., 1976, Fitoterapia. Cura delle malattie con le piante, Marcello-Giunti, Firenze.
2) Bruneton J., 2009, op. cit., p. 1067; Frohne D. et al., op . cit., p. 281.

INULINA
1) Schultz M. et al. Effects of feeding a probiotic preparation (SIM) containing inulin on the severity of colitis and on the composition of the intestinal microflora in HLA-B27 transgenic rats. Diagn. Lab. Immunol. 11(3):581-7, 2004.

ELICRISO
1) Garza AL, Etxeberria U, Lostao MP, San Román B, Barrenetxe J, Martínez JA, Milagro FI.Helichrysum and Grapefruit Extracts Inhibit Carbohydrate Digestion and Absorption, Improving Postprandial Glucose Levels and Hyperinsulinemia in Rats.J Agric Food Chem. 2013 Dec 11;61(49):12012-12019.

FERMENTI LATTICI
1) Shahani, K. M. and A. D. Ayebo. 1980. Role of dietary lactobacilli in gastrointestinal microecology. Proc. VI Intern'l Symp. Intestinal Microecol. Am. J. Clin. Nutr. Rao, D. R. and K. M. Shahani. 1987. Vitamin content of culture dairy products. Cultured Dairy Prod.
2) Systematic review with meta-analysis: Lactobacillus rhamnosus GG in the prevention of antibiotic-associated diarrhoea in children and adults. Aliment Pharmacol Ther 2015 Nov;42(10):1149
3) Marteau P, Seksis P. Tolerance of probiotics and prebiotics. J Clin Gastroenterol 2004; 38 (suppl. 6):67-9.
4) Matsubara VH, Wang Y, Bandara HM, Mayer MP, and Samaranayake LP. Probiotic lactobacilli inhibit early stages of Candida albicans biofilm development by reducing their growth, cell adhesion, and filamentation. Appl Microbiol Biotechnol. 2016 Jul;100(14):6415-26.

ENZYMIX
1) Chichoke A. Enzymes and enzyme the- rapy. New Canaan, 1994: 191.

ZINCO GLUCONATO
1) Lazzerini M e Ronfani L. Oral zinc for treating diarrhoea. Cochrane Database of Systematic Reviews 2008, Issue 3.

VITAMINE DEL GRUPPO B
(1) Donaldson MS. Metabolic vitamin B12 status on a mostly raw vegan diet with follow-up using tablets, nutritional yeast, or probiotic supplements. Annals of Nutrition and Metabolism, 2000; Volume 44 (5-6): Pages 229-234. (cit. in: Position of the American Dietetic Association and Dietitians of Canada: Vegetarian diets. Journal of the American Dietetic Association, June 2003; Volume