

Rassegna Stampa

Preliminare



Conferenza stampa

**CIOCCOLATO, CURCUMA, BETULINA: ECCO I PRINCIPI ATTIVI
DI ORIGINE NATURALE CHE AGISCONO COME FARMACI**

Intermedia s.r.l.

per la comunicazione integrata

Via Malta, 12/B
25124 Brescia
Tel. 030 22 61 05
Fax 030 24 20 472

intermedia@intermedianews.it

www.medinews.it

www.ilritrattodellasalute.org

Milano, 28 Maggio 2015

Segnalazioni

INTERMEDIA

Maggio 2015

RILEVAZIONI



Programma Sky
Emittente Sky
Servizio di

Data 29/05/2015
Durata



Programma Youtube
Emittente Youtube
Servizio di <https://www.youtube.com/watch?v=sA1ruX0hA9A>

Data 30/05/2015
Durata



Programma Radio Delta
Emittente Radio Delta
Servizio di

Data 28/05/2015
Durata



Programma *Radio Lombardia*
Emittente *Radio Lombardia*

Data *28/05/2015*
Durata

https://www.ansa.it/

ANSAit TORNA SU ANSA.IT

Salute&Benessere

NEWS | SPECIALI ED EVENTI | VIDEO | PROFESSIONAL | SALUTE BAMBINI | 65+

Sanità | Medicina | Associazioni | Alimentazione | Estetica | Stili di vita | Terme e Spa | Expo 2015

ANSA > Salute e Benessere > Home



Tumori: un 'caschetto' contro caduta capelli dovuta a chemio

Sperimentato all'leo di Veronesi, risultati incoraggianti



Tumori seno, fermando enzima possibile blocco metastasi ossa

Si ferma diffusione, ma solo in forme estrogeno negative



Tumori: un 'caschetto' contro caduta capelli dovuta a chemio

Sperimentato all'leo di Veronesi, risultati incoraggianti



Per 20% coppie problemi infertilità, via Piano nazionale

Lorenzin, il 7 maggio una giornata nazionale



Lavoratori stressati, è allarme 'burn-out' in Francia



Con la crisi, i tagli ai costi e al personale, i ritmi più intensi e i budget spesso ristretti, la pressione sui lavoratori si fa sempre più intensa. E cresce il rischio di sindrome da esaurimento lavorativo: in Francia sono oltre 3 milioni le persone sull'orlo di una crisi di nervi

Un certo tipo di dieta riduce rischio cataratta
Malattia degli occhi legata a un processo di progressiva perdita di trasparenza del cristallino



[VAI ALLA RUBRICA](#)

SANITÀ
Indagine Antitrust su vaccini, prezzo in aumento
Analisi su dinamiche commerciali, concorrenza, gare



[VAI ALLA RUBRICA](#)

ALIMENTAZIONE
Cioccolato amaro contro ipertensione, curcuma anti-Alzheimer
Così nutraceutica si dimostra efficace contro alcune malattie

[VAI ALLA RUBRICA](#)

STILI DI VITA
Lavoratori stressati, è allarme 'burn-out' in Francia
Ex ministro, riconoscere esaurimento come malattia professionale

[VAI ALLA RUBRICA](#)

Per corretta alimentazione torna campagna 'Curare la salute'



Materiali in farmacia e test online per migliorare abitudini

Indagine, crisi economica ha 'tolto' carne da tavole europee
68% famiglie ha dovuto ridurre consumi, rischio malnutrizione



Infarto primo rischio donne, ecco app e sito salvacuore
Malattie cardiovascolari causa 41% morti femminili



[VAI ALLA RUBRICA](#)

La maternità modifica il cervello delle donne per sempre



La causa sta nell'ondata di estrogeni (gli ormoni sessuali femminili) che si ha durante la gravidanza e che può influenzare lo sviluppo di aree chiave del sistema nervoso centrale.

- ALTRE NEWS**
- Sclerosi Multipla, da cure su misura più controllo malattia
- Epatite C, da Alfa ok a 'arsenale completo' nuovi farmaci
- Pillola 5 giorni dopo anche in parafarmacia, ma non sul web
- Dalle startup del benessere, lettini ipertech e cosmetici del futuro
- Due terzi imprese settore dentale a rischio chiusura
- Saltare i pasti? Fa venire la pancetta
- Allarme per un additivo estratto dal benzene, in caramelle e succhi di frutta
- Cuore a rischio anche per gli atleti olimpici, test aggiuntivi per evitare tragedie
- Sesso, caffeina può essere un aiuto sotto le lenzuola

CENTRI DI ECCELLENZA

- Oncologia
- Pediatria
- Cardiologia

LINK UTILI

- Ministero della Salute
- Istituto Superiore di Sanità
- Organizzazione Mondiale della Sanità
- Agenzia per i Servizi Sanitari Regionali

https://www.ansa.it/salutebenessere/notizie/rubriche/alimentazione/2015/05/28/cioccolato-amaro-contro-ipertensione-curcuma-anti-alzheimer_fba61818-9ff5-4c17-b2ff-40a471dc8f00.html

Cioccolato amaro contro ipertensione, curcuma anti-Alzheimer

Così nutraceutica si dimostra efficace contro alcune malattie

(ANSA) - ROMA, 28 MAG - Da alcune sostanze nel cioccolato amaro un aiuto contro l'ipertensione, dalla curcumina, un derivata della curcuma, un aiuto invece contro l'Alzheimer, mentre il succo di barbabietola funziona nello sport. La nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. "Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione" spiega il presidente Sinut (Società italiana di nutraceutica) Cesare Sirtori e la società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, ha organizzato un workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano.

- Ipertensione e cioccolato: l'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti, tra cui il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof.

Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

-Alzheimer e curcumina: la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry.

Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro e' emerso al workshop.

Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Il problema è che la curcumina si assorbe poco.

-Obesità e betulina: molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso. -Malattie oculari e prodotti pigmentati: Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati si sono dimostrati efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in Usa lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti. -Sport e succo di barbabietola: Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati e la creatina consente al maratoneta 'domenicale' di tornare al lavoro il lunedì. La creatina è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia. (ANSA).

<http://www.adnkronos.com>

ALIMENTI: CIOCCOLATO, CURCUMA E BETULINA, NEL PIATTO 'ATTIVÌ COME FARMACI

= Esperti Sinuit all'Expo, cresce il numero di molecole efficaci in diverse patologie
Roma, 28 mag. (AdnKronos Salute) - Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della salute si cela nel piatto. Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società italiana di nutraceutica (Sinut) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti. **IPERTENSIONE.** L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad altro rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato. **AUTISMO.** L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in Usa nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulfurafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulfurafano. (segue)

<http://www.adnkronos.com>

ALIMENTI: CIOCCOLATO, CURCUMA E BETULINA, NEL PIATTO 'ATTIVÌ COME FARMACI (2)

(AdnKronos Salute) - **ALZHEIMER.** Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterazione sonno-veglia. Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry, dicono gli esperti, l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro. **OBESITÀ.** Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia, hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del Dnj, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo, ma con una importante attività anche nella formazione del grasso. **OCCHI.** Sostanze come l'astaxantina, la luteina e altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. **SPORT.** «I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati», concludono gli esperti. (Red-Mal/AdnKronos) 28-MAG-15 16:16 NNN

<http://www.askanews.it/>

Cioccolato, curcuma, betulina: principi attivi come farmaci

Alimenti "funzionali" in cura alzheimer, ipertensione, autismo

[facebook](#) [twitter](#) [google+](#) [e-mail](#)



Roma, 28 mag. (askanews) - Dall'ipertensione all'obesità, alla malattia di Alzheimer e persino all'autismo: viene osservata con sempre più attenzione l'azione di alcuni integratori e 'alimenti funzionali' di origine naturale nella cura delle malattie. La Nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società scientifica Sinut ha organizzato un importante workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. In alcune patologie sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

Nell'ipertensione. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo fra questi è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

Nell'autismo. Si tratta probabilmente del più grave problema sanitario a livello di popolazione. Oggi nasce un autistico ogni 68 nascite, con un'incidenza quasi doppia per i nati da parto cesareo. Fatalmente si avranno migliaia di nuovi autistici nel 2015. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in USA nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. I risultati sono stati sorprendenti. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano. In alcuni (circa il 10%), il comportamento si è quasi del tutto normalizzato.

Nell'Alzheimer. gli scarsi risultati delle terapie anti-betaamiloide (l'ipotetica causa di questa malattia) ha stimolato a nuove idee. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterato sonno-veglia (si dorme di giorno e si cammina per la casa di notte). Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. (segue)

<http://www.italia-news.it/cioccolato-curcuma-e-betulina-ecco-i-principi-attivi-naturali-che-agiscono-come-farmaci-11213.html>

Cioccolato, curcuma e betulina: ecco i principi attivi naturali che agiscono come farmaci

Team Italia News 4 giugno 2015 Salute Non ci sono commenti

Milano, 4 giugno 2015 - La Nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società scientifica Sinut ha organizzato un importante workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. In alcune patologie sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

Nell'ipertensione. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo fra questi è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

Nell'autismo. Si tratta probabilmente del più grave problema sanitario a livello di popolazione. Oggi nasce un autistico ogni 68 nascite, con un'incidenza quasi doppia per i nati da parto cesareo. Fatalmente si avranno migliaia di nuovi autistici nel 2015. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale.

Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in USA nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il **sulforafano**, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. I risultati sono stati sorprendenti. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al **sulforafano**. In alcuni (circa il 10%), il comportamento si è quasi del tutto normalizzato.

Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in USA nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il **sulforafano**, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. I risultati sono stati sorprendenti. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al **sulforafano**. In alcuni (circa il 10%), il comportamento si è quasi del tutto normalizzato.

Nell'Alzheimer. gli scarsi risultati delle terapie anti-betaamiloide (l'ipotetica causa di questa malattia) ha stimolato a nuove idee. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterato sonno-veglia (si dorme di giorno e si cammina per la casa di notte). Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la **curcumina**. Derivata dalla curcuma, componente base del **curry**. Dove si consuma **curry** l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la **curcumina** ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Il problema è che la **curcumina** si assorbe poco: il prof. Giovanni Scapagnini presenta al workshop alcuni dati che dimostrano come questo trattamento contro il morbo di Alzheimer sia sempre più promettente.

Nell'obesità. In Europa è disponibile un singolo farmaco, che agisce a livello dell'intestino con importanti effetti secondari. Nuove molecole come la **betulina**, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del **DNJ**, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la **berberina**, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

Nelle patologie oculari. Il Prof. Gianluca Scuderi di Roma ha portato gli ultimi dati sull'utilizzo di nutraceutici in alcune malattie degli occhi, che includono sia la degenerazione maculare che patologie meno gravi - ma assolutamente da non trascurare - come il glaucoma. Sostanze come l'**astaxantina**, la **luteina** ed altri prodotti pigmentati sono efficacissimi nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in USA lo studio **AREDS**, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti.

Nello sport. I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di **barbabietola**, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati. La lamentela dello sportivo della domenica è spesso il "dolore muscolare" che può associarsi anche ad aumento nel sangue dell'enzima muscolare **CPK**. In questo caso è attiva la **creatina**, che consente al maratoneta domenicale di tornare al lavoro il lunedì. La **creatina** è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.

<http://www.focus.it/scienza/salute/alimenti-cioccolato-curcuma-e-betulina-nel-piatto-attivi-come-farmaci>

Alimenti: cioccolato, curcuma e betulina, nel piatto 'attivi' come farmaci

Esperti Sinut all'Expo, cresce il numero di molecole efficaci in diverse patologie



Roma, 28 mag. - Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della salute si cela nel piatto. Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società italiana di nutraceutica (Sinut) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

IPERTENSIONE. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da Howard Sesso di Harvard,

coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

AUTISMO. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in Usa nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il *sulforafano*, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al *sulforafano*.

ALZHEIMER. Il *caprilidene* stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della *melatonina*, impiegata per il *jet-lag* nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterazione sonno-veglia. Con la *melatonina* questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la *curcumina*. Derivata dalla *curcuma*, componente base del *curry*. Dove si consuma *curry*, dicono gli esperti, l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro.

OBESITA'. Nuove molecole come la *betulina*, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia, hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del *Dnj*, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'*insulina*, che porta ad aumento di peso. Ancora, la *berberina*, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo, ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

OCCHI. Sostanze come l'*astaxantina*, la *luteina* e altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare.

SPORT. "I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di *barbabietola*, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati", concludono gli esperti

<http://www.ilritrattodellasalute.org/>

28/05/2015 - CIOCCOLATO, CURCUMA, BETULINA: ECCO I PRINCIPI ATTIVI DI ORIGINE NATURALE CHE AGISCONO COME FARMACI

Milano, 28 maggio 2015 – La Nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società scientifica Sinut ha organizzato un importante workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. In alcune patologie sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

Nell'ipertensione. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo fra questi è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

Nell'autismo. Si tratta probabilmente del più grave problema sanitario a livello di popolazione. Oggi nasce un autistico ogni 68 nascite, con un'incidenza quasi doppia per i nati da parto cesareo. Fatalmente si avranno migliaia di nuovi autistici nel 2015. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in USA nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. I risultati sono stati sorprendenti. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano. In alcuni (circa il 10%), il comportamento si è quasi del tutto normalizzato.

Nell'Alzheimer. gli scarsi risultati delle terapie anti-betaamiloide (l'ipotetica causa di questa malattia) ha stimolato a nuove idee. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterato sonno-veglia (si dorme di giorno e si cammina per la casa di notte). Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto

migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Il problema è che la curcumina si assorbe poco: il prof. Giovanni Scapagnini presenta al workshop alcuni dati che dimostrano come questo trattamento contro il morbo di Alzheimer sia sempre più promettente.

Nell'obesità. In Europa è disponibile un singolo farmaco, che agisce a livello dell'intestino con importanti effetti secondari. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del DNJ, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

Nelle patologie oculari. Il Prof. Gianluca Scuderi di Roma ha portato gli ultimi dati sull'utilizzo di nutraceutici in alcune malattie degli occhi, che includono sia la degenerazione maculare che patologie meno gravi - ma assolutamente da non trascurare - come il glaucoma. Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati sono efficacissimi nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in USA lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti.

Nello sport. I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati. La lumentela dello sportivo della domenica è spesso il "dolore muscolare" che può associarsi anche ad aumento nel sangue dell'enzima muscolare CPK. In questo caso è attiva la creatina, che consente al maratoneta domenicale di tornare al lavoro il lunedì. La creatina è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.

<http://www.ilritrattodellasalute.org/>

PROBIOTICI: IL PROF. SIRTORI LA LORO AZIONE UTILE PER COMBATTERE ANCHE AUTISMO E RESISTENZE BATTERICHE"

Milano, 28 maggio 2015. Per le patologie intestinali, i probiotici e i prebiotici sono ancora le categorie di prodotti più utilizzate. I probiotici sono batteri che colonizzano l'intestino e ne modificano, in senso benefico, le funzioni. I prebiotici sono invece sostanze che stimolano la crescita dei germi utili nell'intestino.

Sono tutti trattamenti che regolano la flora intestinale per disturbi magari minori, ma che affliggono tante persone. Inoltre, una flora intestinale poco efficiente condiziona un assorbimento non ottimale degli alimenti portando spesso ad allergie.

I probiotici offrono però grandi promesse in due settori di grande importanza:

- l'autismo, dove è ormai chiaro che la flora intestinale dopo parto cesareo non viene ben trasferita al neonato e aumenta del doppio il rischio di malattia. Si tratta di individuare il trattamento con i probiotici più opportuno. Sono già in corso ampi studi in USA e Israele;
- La resistenza batterica agli antibiotici. Sono quasi sempre in gioco batteri di origine intestinale (Enterobatteri) come il Clostridium difficile, che non risponde quasi più ad alcun antibiotico ed è responsabile di oltre 30.000 morti negli USA e di un numero anche maggiore in Europa. Una strategia è quella del "trapianto fecale": si infonde nell'intestino una soluzione di feci prodotte da un "donatore normale" (il coniuge, un congiunto). I risultati sono ottimi, ma il procedimento è sgradevole e complesso operativamente. Invece si punta ai germi "nemici", che non facciano crescere il Clostridium. Il candidato numero uno si chiama Barnesiella, un germe che non è patogeno, ma antagonizza il Clostridium. La Barnesiella va fatta crescere nell'intestino e per questo si ricorre a nutraceutici, i derivati del fucosil-lattosio, un componente del latte materno. Questi prodotti vengono per ora utilizzati nei prematuri, a maggior rischio di infezioni intestinali.

<http://www.ilmeteo.it/notizie/italia/alimenti-cioccolato-curcuma-e-betulina-nel-piatto-attivi-come-farmaci-389459>

Alimenti: cioccolato, curcuma e betulina, nel piatto 'attivi' come farmaci

Roma, 28 mag. (AdnKronos Salute)

- Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della salute si cela nel piatto. Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E



proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società italiana di nutraceutica (Sinut) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

<http://www.pro-biotics.net/news.php>

PROBIOTICI: IL PROF. SIRTORI LA LORO AZIONE UTILE PER COMBATTERE ANCHE AUTISMO E RESISTENZE BATTERICHE

Milano, 28 maggio 2015. Per le patologie intestinali, i probiotici e i prebiotici sono ancora le categorie di prodotti più utilizzate. I probiotici sono batteri che colonizzano l'intestino e ne modificano, in senso benefico, le funzioni. I prebiotici sono invece sostanze che stimolano la crescita dei germi utili nell'intestino.

Sono tutti trattamenti che regolano la flora intestinale per disturbi magari minori, ma che affliggono tante persone. Inoltre, una flora intestinale poco efficiente condiziona un assorbimento non ottimale degli alimenti portando spesso ad allergie.

I probiotici offrono però grandi promesse in due settori di grande importanza:

- l'autismo, dove è ormai chiaro che la flora intestinale dopo parto cesareo non viene ben trasferita al neonato e aumenta del doppio il rischio di malattia. Si tratta di individuare il trattamento con i probiotici più opportuno.

Sono già in corso ampi studi in USA e Israele;

- La resistenza batterica agli antibiotici. Sono quasi sempre in gioco batteri di origine intestinale (Enterobatteri) come il Clostridium difficile, che non risponde quasi più ad alcun antibiotico ed è responsabile di oltre 30.000 morti negli USA e di un numero anche maggiore in Europa. Una strategia è quella del "trapianto fecale": si infonde nell'intestino una soluzione di feci prodotte da un "donatore normale" (il coniuge, un congiunto). I risultati sono ottimi, ma il procedimento è sgradevole e complesso operativamente. Invece si punta ai germi "nemici", che non facciano crescere il Clostridium. Il candidato numero uno si chiama Barnesiella, un germe che non è patogeno, ma antagonizza il Clostridium. La Barnesiella va fatta crescere nell'intestino e per questo si ricorre a nutraceutici, i derivati del fucosil-lattosio, un componente del latte materno. Questi prodotti vengono per ora utilizzati nei prematuri, a maggior rischio di infezioni intestinali.

<http://www.okmedicina.it/i>

CIOCCOLATO, CURCUMA, BETULINA: ECCO I PRINCIPI ATTIVI DI ORIGINE NATURALE CHE AGISCONO COME FARMACI

Nutraceutica, confermata l'azione di alcuni integratori e 'alimenti funzionali' nella cura di malattie come ipertensione, Alzheimer, autismo. I massimi esperti mondiali all'EXPO di Milano. Il prof. Cesare Sirtori, Presidente Sinut: ' Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione.'



La Nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società scientifica Sinut ha organizzato un importante workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. In alcune patologie sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

Nell'ipertensione- L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo fra questi è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad altro rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

Nell'autismo- Si tratta probabilmente del più grave problema sanitario a livello di popolazione. Oggi nasce un autistico ogni 68 nascite, con un'incidenza quasi doppia per i nati da parto cesareo. Fatalmente si avranno migliaia di nuovi autistici nel 2015. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa

essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in USA nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. I risultati sono stati sorprendenti. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano. In alcuni (circa il 10%), il comportamento si è quasi del tutto normalizzato.

Nell'Alzheimer- Gli scarsi risultati delle terapie anti-betaamiloide (l'ipotetica causa di questa malattia) ha stimolato a nuove idee. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterato sonno-veglia (si dorme di giorno e si cammina per la casa di notte). Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Il problema è che la curcumina si assorbe poco: il prof. Giovanni Scapagnini presenta al workshop alcuni dati che dimostrano come questo trattamento contro il morbo di Alzheimer sia sempre più promettente.

Nell'obesità- In Europa è disponibile un singolo farmaco, che agisce a livello dell'intestino con importanti effetti secondari. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del DNJ, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

Nelle patologie oculari- Il Prof. Gianluca Scuderi di Roma ha portato gli ultimi dati sull'utilizzo di nutraceutici in alcune malattie degli occhi, che includono sia la degenerazione maculare che patologie meno gravi - ma assolutamente da non trascurare - come il glaucoma. Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati sono efficacissimi nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in USA lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti.

Nello sport- I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati. La lumentela dello sportivo della domenica è spesso il "dolore muscolare" che può associarsi anche ad aumento nel sangue dell'enzima muscolare CPK. In questo caso è attiva la creatina, che consente al maratoneta domenicale di tornare al lavoro il lunedì. La creatina è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.

<http://www.meteoweb.eu/2015/05/cioccolato-e-succo-di-barbabietola-ecco-gli-alimenti-che-curano-come-i-farmaci/451343/>

Cioccolato e succo di barbabietola: ecco gli alimenti che curano come i farmaci

Confermata l'azione di alcuni integratori e "alimenti funzionali" nella cura di malattie come ipertensione, Alzheimer, autismo

La **Nutraceutica** è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società scientifica Sinut ha organizzato un importante workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. In alcune patologie sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

Nell'ipertensione. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo fra questi è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

Nell'autismo. Si tratta probabilmente del più grave problema sanitario a livello di popolazione. Oggi nasce un autistico ogni 68 nascite, con un'incidenza quasi doppia per i nati da parto cesareo. Fatalmente si avranno migliaia di nuovi autistici nel 2015. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in USA nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. I risultati sono stati sorprendenti. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano. In alcuni (circa il 10%), il comportamento si è quasi del tutto normalizzato.

Nell'Alzheimer. Gli scarsi risultati delle terapie anti-betaamiloide (l'ipotetica causa di questa malattia) ha stimolato a nuove idee. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece

efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterato sonno-veglia (si dorme di giorno e si cammina per la casa di notte). Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Il problema è che la curcumina si assorbe poco: il prof. Giovanni Scapagnini presenta al workshop alcuni dati che dimostrano come questo trattamento contro il morbo di Alzheimer sia sempre più promettente.

Nell'obesità. In Europa è disponibile un singolo farmaco, che agisce a livello dell'intestino con importanti effetti secondari. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del DNJ, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

Nelle patologie oculari. Il Prof. Gianluca Scuderi di Roma ha portato gli ultimi dati sull'utilizzo di nutraceutici in alcune malattie degli occhi, che includono sia la degenerazione maculare che patologie meno gravi – ma assolutamente da non trascurare – come il glaucoma. Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati sono efficacissimi nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in USA lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti.

Nello sport. I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati. La lamentele dello sportivo della domenica è spesso il "dolore muscolare" che può associarsi anche ad aumento nel sangue dell'enzima muscolare CPK. In questo caso è attiva la creatina, che consente al maratoneta domenicale di tornare al lavoro il lunedì. La creatina è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.

<http://www.medinews.it/>

CIOCCOLATO, CURCUMA, BETULINA: ECCO I PRINCIPI ATTIVI DI ORIGINE NATURALE CHE AGISCONO COME FARMACI

Milano, 28 maggio 2015 – Il prof. Cesare Sirtori, Presidente Sinut: ‘ Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione.’

Scarica la cartella stampa

La Nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società scientifica Sinut ha organizzato un importante workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. In alcune patologie sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

Nell'ipertensione. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo fra questi è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

Nell'autismo. Si tratta probabilmente del più grave problema sanitario a livello di popolazione. Oggi nasce un autistico ogni 68 nascite, con un'incidenza quasi doppia per i nati da parto cesareo. Fatalmente si avranno migliaia di nuovi autistici nel 2015. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in USA nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il *sulforafano*, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. I risultati sono stati sorprendenti. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al *sulforafano*. In alcuni (circa il 10%), il comportamento si è quasi del tutto normalizzato.

Nell'Alzheimer. gli scarsi risultati delle terapie anti-betaamiloide (l'ipotetica causa di questa malattia) ha stimolato a nuove idee. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterato sonno-veglia (si dorme di giorno e si cammina per la casa di notte). Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi

avanzata ed altre. Il problema è che la curcumina si assorbe poco: il prof. Giovanni Scapagnini presenta al workshop alcuni dati che dimostrano come questo trattamento contro il morbo di Alzheimer sia sempre più promettente.

Nell'obesità. In Europa è disponibile un singolo farmaco, che agisce a livello dell'intestino con importanti effetti secondari. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del DNJ, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

Nelle patologie oculari. Il Prof. Gianluca Scuderi di Roma ha portato gli ultimi dati sull'utilizzo di nutraceutici in alcune malattie degli occhi, che includono sia la degenerazione maculare che patologie meno gravi - ma assolutamente da non trascurare - come il glaucoma. Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati sono efficacissimi nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in USA lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti.

Nello sport. I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati. La lamentela dello sportivo della domenica è spesso il "dolore muscolare" che può associarsi anche ad aumento nel sangue dell'enzima muscolare CPK. In questo caso è attiva la creatina, che consente al maratoneta domenicale di tornare al lavoro il lunedì. La creatina è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.



LIBERO

28-05-2015

Lettori
194.122

<http://gossip.libero.it/>



LIBERO GOSSIP

CERCA NOTIZIE

[Prima pagina](#) [Cinema](#) [Eventi](#) [Moda](#) [Musica](#) [Televisione](#) [Video](#)

Cioccolato, curcuma e betulina 'attivi' come farmaci: il segreto della salute è nel piatto

Adnkronos | 44 min fa

[Consiglia](#) [Tweet](#)

Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E proprio ...

[Leggi la notizia](#)

PlanetGossip #Natalie #Portman, che fatica laurearsi a #Harvard <http://t.co/sxLvrVAsaL> <http://t.co/pu3103YzI>

Persone: [howard sesso](#)

Luoghi: [israele](#) [milano](#) [inghilterra](#)

Tags: [prodotti](#) [esperti](#) [cioccolato](#) [harvard](#) [expo](#) [società](#) [congresso nazionale](#)



https://it.notizie.yahoo.com

Nuovo utente? Registrati | Entra | Aiuto Download the new Yahoo Mail app [Mail](#) | [Yahoo](#)

YAHOO! NOTIZIE
ITALIA

Cerca Cerca sul web

HOME VIDEO ITALIA MONDO POLITICA ECONOMIA TECNOLOGIA SALUTE CURIOSITÀ GOSSIP SPETTACOLI METEO EXPO 2015

ULTIME NOTIZIE FOTO BLOG APPROFONDIMENTI BEST EXPERIENCE

FORD TRANSIT COURIER

1.5 TDCi, Climatizzatore, Radio Bluetooth®
€ 9.500
[Scopri di più](#)



Go Further



Francesco Mandelli voce di "Evolution man"

FORD TRANSIT COURIER

1.5 TDCi, Climatizzatore, Radio Bluetooth®
€ 9.500



Le notizie più cliccate Ultim'ora

Alimenti: cioccolato, curcuma e betulina, nel piatto 'attivi' come farmaci Adnkronos - 38 minuti fa

Alvaro Soler sbanca le classifiche italiane con "El Mismo Sol" Adx - Askanews - 1 ora 14 minuti fa

Sesso e Amore    

Sesso    

[Più Notizie »](#)

<https://it.notizie.yahoo.com/alimenti-cioccolato-curcuma-e-betulina-nel-piatto-attivi-144000418.html>

Alimenti: cioccolato, curcuma e betulina, nel piatto 'attivi' come farmaci



Alimenti: cioccolato, curcuma e betulina, nel piatto 'attivi' come farma ...

Roma, 28 mag. (AdnKronos Salute) - Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della salute si cela nel piatto. Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società italiana di nutraceutica (Sinut) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

IPERTENSIONE. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad altro rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

AUTISMO. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in [Usa](#) nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori

ha saggiato in adulti autistici il sulforafano , un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano.

ALZHEIMER. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterazione sonno-veglia. Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry, dicono gli esperti, l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro.

OBESITA'. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla [Russia](#), hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del Dnj, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo, ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

OCCHI. Sostanze come l'astaxantina, la luteina e altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare.

SPORT. "I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati", concludono gli esperti.

<https://it.notizie.yahoo.com/cioccolato-curcuma-betulina-principi-attivi-come-farmaci-144820806.html>

Cioccolato, curcuma, betulina: principi attivi come farmaci

Roma, 28 mag. (askanews) - Dall'ipertensione all'obesità, alla malattia di Alzheimer e persino all'autismo: viene osservata con sempre più attenzione l'azione di alcuni integratori e 'alimenti funzionali' di origine naturale nella cura delle malattie. La Nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società scientifica Sinut ha organizzato un importante workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. In alcune patologie sono stati ottenuti i risultati sorprendenti. Nell'ipertensione. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo fra questi è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

Nell'autismo. Si tratta probabilmente del più grave problema sanitario a livello di popolazione. Oggi nasce un autistico ogni 68 nascite, con un'incidenza quasi doppia per i nati da parto cesareo. Fatalmente si avranno migliaia di nuovi autistici nel 2015. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in USA nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. I risultati sono stati sorprendenti. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano. In alcuni (circa il 10%), il comportamento si è quasi del tutto normalizzato.

Nell'Alzheimer, gli scarsi risultati delle terapie anti-betaamiloide (l'ipotetica causa di questa malattia) ha stimolato a nuove idee. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterato sonno-veglia (si dorme di giorno e si cammina per la casa di notte). Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre.
(segue)

<http://www.arezoweb.it/2015/alimenti-cioccolato-curcuma-e-betulina-nel-piatto-attivi-come-farmaci-306133.html>

Alimenti: cioccolato, curcuma e betulina, nel piatto 'attivi' come farmaci

Roma, 28 mag. (AdnKronos Salute) – Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della salute si cela nel piatto. Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società italiana di nutraceutica (Sinut) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

IPERTENSIONE. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

AUTISMO. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in Usa nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano.

ALZHEIMER. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterazione sonno-veglia. Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry, dicono gli esperti, l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro.

OBESITA'. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia, hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del Dnj, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo, ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

OCCHI. Sostanze come l'astaxantina, la luteina e altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare.

SPORT. "I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati", concludono gli esperti.

<http://community.donnamoderna.com/blog/blog-di-francy-antonioli/ciocolato-curcuma-betulina-ecco-i-principi-attivi-di-origine-naturale-che-agiscono-come-f>

CIOCCOLATO, CURCUMA, BETULINA: ECCO I PRINCIPI ATTIVI DI ORIGINE NATURALE CHE AGISCONO COME FARMACI



La Nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società scientifica Sinut ha organizzato un importante workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. In alcune patologie sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

Nell'ipertensione. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo fra questi è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

Nell'autismo. Si tratta probabilmente del più grave problema sanitario a livello di popolazione. Oggi nasce un autistico ogni 68 nascite, con un'incidenza quasi doppia per i nati da parto cesareo. Fatalmente si avranno migliaia di nuovi autistici nel 2015. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in USA nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. I risultati sono stati sorprendenti. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano. In alcuni (circa il 10%), il comportamento si è quasi del tutto normalizzato. **Nell'Alzheimer.** gli scarsi risultati delle terapie anti-betaamiloide (l'ipotetica causa di questa malattia) ha stimolato a nuove idee. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterato sonno-veglia (si dorme di giorno e si cammina per la casa di notte). Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Il problema è che la curcumina si assorbe poco: il prof. Giovanni Scapagnini presenta al workshop alcuni dati che dimostrano come questo trattamento contro il morbo di Alzheimer sia sempre più promettente.

Nell'obesità. In Europa è disponibile un singolo farmaco, che agisce a livello dell'intestino con importanti effetti secondari. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del DNJ, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

Nelle patologie oculari. Il Prof. Gianluca Scuderi di Roma ha portato gli ultimi dati sull'utilizzo di nutraceutici in alcune malattie degli occhi, che includono sia la degenerazione maculare che patologie meno gravi - ma assolutamente da non trascurare - come il glaucoma. Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati sono efficacissimi nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in USA lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti.

Nello sport. I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati. La lumentela dello sportivo della domenica è spesso il "dolore muscolare" che può associarsi anche ad aumento nel sangue dell'enzima muscolare CPK. In questo caso è attiva la creatina, che consente al maratoneta domenicale di tornare al lavoro il lunedì. La creatina è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.

http://notizie.tiscali.it/cronaca/feeds/15/05/28/t_98_ADN20150528164619.html?cronaca

Cioccolato, curcuma e betulina 'attivi' come farmaci: il segreto della salute è nel piatto



Roma, 28 mag. (AdnKronos Salute) - Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della salute si cela nel piatto. Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società italiana di nutraceutica (Sinut) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti. **IPERTENSIONE.** L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato. **AUTISMO.** L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita

in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in Usa nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano , un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano.

ALZHEIMER. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterazione sonno-veglia. Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry, dicono gli esperti, l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro.

OBESITA'. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia, hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del Dnj, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo, ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

OCCHI. Sostanze come l'astaxantina, la luteina e altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare.

SPORT. "I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati", concludono gli esperti.

<http://www.sardegnamecina.it/>

Cioccolato, curcuma, betulina: i principi attivi di origine naturale che agiscono come farmaci



La Nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società scientifica Sinut ha organizzato un workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. In alcune patologie sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

Nell'ipertensione. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo fra questi è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

Nell'autismo. Si tratta probabilmente del più grave problema sanitario a livello di popolazione. Oggi nasce un autistico ogni 68 nascite, con un'incidenza quasi doppia per i nati da parto cesareo. Fatalmente si avranno migliaia di nuovi autistici nel 2015. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono

già in corso indagini soprattutto in Israele e in USA nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. I risultati sono stati sorprendenti. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano. In alcuni (circa il 10%), il comportamento si è quasi del tutto normalizzato.

Nell'Alzheimer. gli scarsi risultati delle terapie anti-betaamiloide (l'ipotetica causa di questa malattia) ha stimolato a nuove idee. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterato sonno-veglia (si dorme di giorno e si cammina per la casa di notte). Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Il problema è che la curcumina si assorbe poco: Giovanni Scapagnini presenta al workshop alcuni dati che dimostrano come questo trattamento contro il morbo di Alzheimer sia sempre più promettente.

Nell'obesità. In Europa è disponibile un singolo farmaco, che agisce a livello dell'intestino con importanti effetti secondari. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del DNJ, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

Nelle patologie oculari. Gianluca Scuderi di Roma ha portato gli ultimi dati sull'utilizzo di nutraceutici in alcune malattie degli occhi, che includono sia la degenerazione maculare che patologie meno gravi - ma assolutamente da non trascurare - come il glaucoma. Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati sono efficacissimi nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in USA lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti.

Nello sport. I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati. La lumentela dello sportivo della domenica è spesso il "dolore muscolare" che può associarsi anche ad aumento nel sangue dell'enzima muscolare CPK. In questo caso è attiva la creatina, che consente al maratoneta domenicale di tornare al lavoro il lunedì. La creatina è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.



28-05-2015

Cioccolato, curcuma e betulina 'attivi' come farmaci: il segreto della salute è nel piatto



Articolo pubblicato il: 28/05/2015

Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della salute si cela nel piatto. Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società italiana di nutraceutica (Sinut) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

IPERTENSIONE. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad altro rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

AUTISMO. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in Usa nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano.

ALZHEIMER. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterazione sonno-veglia. Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry, dicono gli esperti, l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro.

OBESITA'. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia, hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del Dnj, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo, ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

OCCHI. Sostanze come l'astaxantina, la luteina e altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare.

SPORT. "I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati", concludono gli esperti.

http://sport.sky.it/sport/ritratto_della_salute/2015/06/04/nutraceutica_differenze_uomo_donna.html

UOMINI E DONNE, LA DIFFERENZA STA (ANCHE) NELL'INTESTINO



Tra i due sessi ci sono forti diversità a livello di microbioma. Una conferma arriva dagli studi di nutraceutica. Un esempio? La creatina nelle donne si comporta da antidepressivo, mentre nell'uomo ha solo attività stimolante muscolare

Nel nostro corpo c'è un vero e proprio organismo vivente invisibile: il microbioma. Si compone di migliaia di ceppi batterici che vivono in simbiosi con noi all'interno del nostro intestino. Dal loro equilibrio dipende il nostro stato di benessere. Negli ultimi anni, la scienza si è concentrata molto sulle caratteristiche e sulle possibili azioni benefiche della microflora anche grazie allo studio del loro patrimonio genetico. Si è così scoperto che il microbioma intestinale è molto differente tra uomo e donna, al punto che il trasferimento di microbi dall'intestino dell'uomo e della donna ha effetti diversi. Trasferire il microbioma del maschio alla femmina la protegge dal diabete. Se si fa il contrario, invece, il microbioma della femmina nel maschio può far aumentare il rischio di artrite reumatoide (una patologia tipicamente femminile) anche nel sesso maschile.

Il dott. Enzo Grossi, Advisor del Padiglione Italia all'Expo in corso a Milano, ha dimostrato come anche le malattie e l'approccio dietetico o nutraceutico siano marcatamente diversi nei due sessi. Ad esempio, una malattia come l'Alzheimer presenta caratteristiche chimiche e neuropsicologiche differenti nella femmina rispetto al maschio: proprio le donne, in virtù di una prospettiva più alta, sono più interessate dallo sviluppo di disturbi neurocognitivi rispetto all'uomo, più frequentemente colpito da patologie vascolari.

Quest'interessante scoperta è al centro di nuovi studi anche nel settore della nutraceutica, per individuare sempre più farmaci e molecole che migliorino il microbioma nella donna e nell'uomo. Un esempio è rappresentato da un nutraceutico come la creatina: nelle donne si comporta da antidepressivo, mentre nell'uomo ha solo attività stimolante muscolare. Nell'uomo poi l'aumento di consumo proteico migliora la funzione cerebrale nell'anziano e questo non avviene nella donna. Alla fine l'aspetto poi più importante è quello della crescita dopo la nutrizione materna. Barker, un nutrizionista americano, ha dimostrato che la nutrizione della gravida e del neonato determinano modifiche genomiche che durano per tutta la vita. L'eccesso di cibo nell'età neonatale si traduce in obesità e malattie vascolari nell'età adulta. Si parla addirittura di donne "che trasmettono l'obesità", all'interno di gruppi familiari dove le patologie metaboliche sono assai frequenti.

<http://salute.ilgiornale.it/news/>

Cioccolato, curcuma e barbabietola: i nuovi elisir

Sono sempre di più le proprietà preventive e curative che gli scienziati attribuiscono al cibo, a dimostrare ancora una volta come un'alimentazione corretta ricopra un ruolo fondamentale ai fini del benessere psicofisico



Si chiama **Nutraceutica** la scienza che si occupa di verificare l'efficacia delle **sostanze di origine naturale** sulla salute degli esseri umani, ed è in **continua evoluzione**. Proprio come si fa per i farmaci di sintesi, anche in questo caso vengono condotti **studi e ricerche** per dimostrare l'azione di tali sostanze sulle varie malattie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia, e la risposta è spesso **positiva**: «Cresce il numero di **molecole** che si rivelano **efficaci per le diverse patologie**: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione» spiega il **presidente Sinut Cesare Sirtori** durante il workshop organizzato nell'ambito del **V Congresso Nazionale** della Società Italiana di Nutraceutica, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. Tra le ultime interessanti scoperte ci sono quelle riguardanti i benefici di **cioccolato amaro, curcuma e barbabietola**.

Il primo è stato ufficialmente riconosciuto come efficace per la **prevenzione della pressione alta**. Il motivo starebbe nella presenza di molecole note come **flavanoli**, in grado di **dilatare le arterie** e ridurre così la pressione, come dimostrato dal **professor Howard Sessodell'**Università di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che **per 4 anni ha seguito 18.000 persone** ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi, che consumavano flavanoli del cioccolato.

Tra le molecole al centro degli studi c'è anche la **curcumina**, derivata dalla curcuma, componente base del **curry**: dove se ne fa un uso costante, sarebbe emerso dai dati esposti durante il workshop, **l'Alzheimer è una malattia rara**, quasi inesistente. Il meccanismo è tutt'altro che chiaro, ma la curcumina è oggetto di **migliaia di pubblicazioni di prestigio** che ne dimostrano l'efficacia **contro il cancro, l'arteriosclerosi avanzata** ed altre patologie gravi. Il problema è che si tratta di una sostanza **poco assorbibile**.

Da ultimo, il **succo di barbabietola**, utilizzato ampiamente in Inghilterra per **abbassare la pressione**, sembrerebbe in grado di **migliorare di molto il flusso arterioso** alle gambe e costituirebbe un significativo fattore di miglioramento negli **sforzi prolungati**, un ottimo integratore dunque anche per **atleti e sportivi**.

<http://www.panorama.it/>

Alimenti: cioccolato, curcuma e betulina, nel piatto 'attivi' come farmaci



Roma, 28 mag. - Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della salute si cela nel piatto. Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società italiana di nutraceutica (Sinut) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

IPERTENSIONE. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad altro rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del

<http://gds.it/2015/05/31/salute-e-alimentazione-cioccolato-contro-ipertensione-curcuma-anti->

Salute: cioccolato contro ipertensione, curcuma anti-Alzheimer

La nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero

Da alcune sostanze nel cioccolato amaro un aiuto contro l'ipertensione, dalla curcumina, una derivata della curcuma, un aiuto invece contro l'Alzheimer, mentre il succo di barbabietola funziona nello sport. La nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. "Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione" spiega il presidente Sinut (Società italiana di nutraceutica) Cesare Sirtori e la società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, ha organizzato un workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano.

- Ipertensione e cioccolato: l'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti, tra cui il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof.

Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

- Alzheimer e curcumina: la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry.

Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro e' emerso al workshop.

Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Il problema è che la curcumina si assorbe poco.

- Obesità e betulina: molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso. -Malattie oculari e prodotti pigmentati: Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati si sono dimostrati efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in Usa lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti. -Sport e succo di barbabietola: Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati e la creatina consente al maratoneta 'domenicale' di tornare al lavoro il lunedì. La creatina è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.

Cioccolato amaro contro l'ipertensione dilata le arterie e abbassa la pressione



Da alcune sostanze nel cioccolato amaro un aiuto contro l'ipertensione, dalla curcumina, un derivato della curcuma un alleato anti-Alzheimer, mentre il succo di barbabietola funziona nello sport.

La nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia.

«Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione» spiega il presidente Sinut, la Società italiana di nutraceutica Cesare Sirtori e la società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni ha organizzato un incontro all'Expo di Milano.

L'attenzione dei ricercatori si è focalizzata su alcuni prodotti, tra cui il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni questo alimento è noto come un potente antipertensivo. Il motivo è la presenza di molecole note come flavonoli nel cioccolato amaro. Questi dilatano le arterie e riducono la pressione

<http://www.iltempo.it/rubriche/salute/2015/05/31/probiotici-contro-autismo-e-resistenze-batteriche-1.1420972>

Probiotici contro autismo e resistenze batteriche

Grandi promesse dai primi studi. Il contributo italiano

I probiotici e i prebiotici sono utili per gestire e mantenere efficiente la flora intestinale. Ma non bisogna confonderli. I probiotici sono batteri che colonizzano l'intestino e ne modificano, in senso benefico, le funzioni. I prebiotici sono invece sostanze che stimolano la crescita dei germi utili nell'intestino. Sono tutti trattamenti che regolano la flora intestinale per disturbi magari minori, ma che affliggono tante persone. Inoltre, una flora intestinale poco efficiente condiziona un assorbimento non ottimale degli alimenti portando spesso ad allergie. I probiotici offrono però grandi promesse in due settori di grande importanza come l'autismo e la resistenza batterica.

AUTISMO – Nell'autismo ormai è chiaro che la flora intestinale dopo parto cesareo non viene ben trasferita al neonato e aumenta del doppio il rischio di malattia. Si tratta di individuare il trattamento con i probiotici più opportuno. Sono già in corso ampi studi in USA e Israele e il prof. Sirtori non ha dubbi: "La loro azione utile per combattere anche autismo e resistenze batteriche".

RESISTENZA - Sono quasi sempre in gioco batteri di origine intestinale (Enterobatteri) come il Clostridium difficile, che non risponde quasi più ad alcun antibiotico ed è responsabile di oltre 30.000 morti negli USA e di un numero anche maggiore in Europa. Una strategia è quella del "trapianto fecale": si infonde nell'intestino una soluzione di feci prodotte da un "donatore normale" (il coniuge, un congiunto). I risultati sono ottimi, ma il procedimento è sgradevole e complesso operativamente. Invece si punta ai germi "nemici", che non facciano crescere il Clostridium. Il candidato numero uno si chiama Barnesiella, un germe che non è patogeno, ma antagonizza il Clostridium. La Barnesiella va fatta crescere nell'intestino e per questo si ricorre a nutraceutici, i derivati del fucosil-lattosio, un componente del latte materno. Questi prodotti vengono per ora utilizzati nei prematuri, a maggior rischio di infezioni intestinali.

Roberta Maresci

http://salute.ilmessaggero.it/alimentazione/notizie/cioccolato_amaro_pressione_ipertensione_arterie/1383711.shtml

Cioccolato amaro contro l'ipertensione dilata le arterie e abbassa la pressione



Da alcune sostanze nel cioccolato amaro un aiuto contro l'ipertensione, dalla curcumina, un derivato della curcuma un alleato anti-Alzheimer, mentre il succo di barbabietola funziona nello sport.

La nutriceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia.

«Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione» spiega il presidente Sinut, la Società italiana di nutriceutica Cesare Sirtori e la società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutriceutica negli ultimi anni ha organizzato un incontro all'Expo di Milano.

L'attenzione dei ricercatori si è focalizzata su alcuni prodotti, tra cui il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni questo alimento è noto come un potente antipertensivo. Il motivo è la presenza di molecole note come flavonoli nel cioccolato amaro. Questi dilatano le arterie e riducono la pressione.

http://salute.quotidianodipuglia.it/alimentazione/notizie/cioccolato_amaro_pressione_ipertensione_arterie/1383711.shtml

Cioccolato amaro contro l'ipertensione dilata le arterie e abbassa la pressione

Da alcune sostanze nel cioccolato amaro un aiuto contro l'ipertensione, dalla curcumina, un derivato della curcuma un alleato anti-Alzheimer, mentre il succo di barbabietola funziona nello sport.

La nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia.

«Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione» spiega il presidente Sinut, la Società italiana di nutraceutica Cesare Sirtori e la società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni ha organizzato un incontro all'Expo di Milano.

L'attenzione dei ricercatori si è focalizzata su alcuni prodotti, tra cui il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni questo alimento è noto come un potente antipertensivo. Il motivo è la presenza di molecole note come flavonoli nel cioccolato amaro. Questi dilatano le arterie e riducono la pressione.

30 Mag 2015 19:31 - Ultimo aggiornamento: 23:11

http://salute.ilmattino.it/alimentazione/notizie/cioccolato_amaro_pressione_ipertensione_arterie/1383711.shtml

Cioccolato amaro contro l'ipertensione dilata le arterie e abbassa la pressione



Da alcune sostanze nel cioccolato amaro un aiuto contro l'ipertensione, dalla curcumina, un derivato della curcuma un alleato anti-Alzheimer, mentre il succo di barbabietola funziona nello sport.

La nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia.

«Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione» spiega il presidente Sinut, la Società italiana di nutraceutica Cesare Sirtori e la società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni ha organizzato un incontro all'Expo di Milano.

L'attenzione dei ricercatori si è focalizzata su alcuni prodotti, tra cui il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni questo alimento è noto come un potente antipertensivo. Il motivo è la presenza di molecole note come flavonoli nel cioccolato amaro. Questi dilatano le arterie e riducono la pressione.

http://m.ilgazzettino.it/SALUTE/ALIMENTAZIONE/cioccolato_amaro_pressione_ipertensione_arterie/notizie/1383711.shtml



[Cioccolato amaro contro l'ipertensione dilata le arterie e abbassa la pressione](#)

Da alcune sostanze nel cioccolato amaro un aiuto contro l'ipertensione, dalla curcumina, un derivato della curcuma un alleato anti-Alzheimer, mentre il succo di barbabietola funziona nello sport. La nutriceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia.

«Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione» spiega il presidente Sinut, la Società italiana di nutriceutica Cesare Sirtori e la società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutriceutica negli ultimi anni ha organizzato un incontro all'Expo di Milano.

L'attenzione dei ricercatori si è focalizzata su alcuni prodotti, tra cui il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni questo alimento è noto come un potente antipertensivo. Il motivo è la presenza di molecole note come flavonoli nel cioccolato amaro. Questi dilatano le arterie e riducono la pressione.

cioccolato.

AUTISMO. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in Usa nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il *sulforafano*, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al *sulforafano*.

ALZHEIMER. Il *caprilidene* stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della *melatonina*, impiegata per il *jet-lag* nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterazione sonno-veglia. Con la *melatonina* questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la *curcumina*. Derivata dalla *curcuma*, componente base del *curry*. Dove si consuma *curry*, dicono gli esperti, l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro.

OBESITA'. Nuove molecole come la *betulina*, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia, hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del *Dnj*, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la *berberina*, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo, ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

OCCHI. Sostanze come l'*astaxantina*, la *luteina* e altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare.

SPORT. "I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di *barbabietola*, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati", concludono gli esperti.

<http://www.quotidianodiragusa.it/2015/05/28/salute-e-benessere/il-cioccolato-amaro-contro-l-ipertensione/16252>

Il cioccolato amaro contro l'ipertensione



Il cioccolato amaro può essere un ottimo rimedio per l'ipertensione. A dirlo sono vari studi effettuati negli ultimi 10 anni. Il benessere per chi soffre di pressione alta arriva dai flavanoli, una delle molecole presenti nel cioccolato amaro, che dilatano le arterie e riducono la pressione. Questa tesi è avvalorata da uno studio australiano il quale sostiene che una piccola dose di cioccolato ha un effetto sulla pressione simile a circa trenta minuti di attività fisica. I soggetti posti sotto controllo durante la sperimentazione hanno mostrato,

grazie alla somministrazione di cioccolato, un calo della pressione pari al 5 per cento. Anche uno studio tedesco portato avanti dal Centro nazionale di nutrizione umana di Nuthenal, in Germania, pubblicato sulla rivista *European Heart Journal* ribadisce che consumare il cioccolato riduce il rischio di patologie cardiologiche. Si tratta in realtà di quantità modeste, circa un quadratino al giorno, perché, com'è noto, un etto di cioccolata ha più o meno 500 calorie e di conseguenza un consumo elevato potrebbe favorire l'aumento del peso corporeo, trasformando i benefici in svantaggi. Insomma mangiare cioccolato amaro fa bene l'importante è non esagerare.

www.corriereadriatico.it/ANCONA/...alzheimer.../1385149.shtml

Cioccolato amaro contro l'ipertensione dilata le arterie e abbassa la pressione

Da alcune sostanze nel cioccolato amaro un aiuto contro l'ipertensione, dalla curcumina, un derivato della curcuma un alleato anti-Alzheimer, mentre il succo di barbabietola funziona nello sport. La nutriceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. «Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione» spiega il presidente Sinut, la Società italiana di nutriceutica Cesare Sirtori e la società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutriceutica negli ultimi anni ha organizzato un incontro all'Expo di Milano. L'attenzione dei ricercatori si è focalizzata su alcuni prodotti, tra cui il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni questo alimento è noto come un potente antipertensivo. Il motivo è la presenza di molecole note come flavonoli nel cioccolato amaro. Questi dilatano le arterie e riducono la pressione.

Nutraceutica, l'ultima frontiera dal benessere



Come si può ben intuire dal nome, la nutraceutica, il cui termine è stato coniato nel 1989 dal dottor Stephen De Felice, unisce la nutrizione con la farmaceutica ed è stata creata per studiare gli alimenti che si suppone abbiano una funzione benefica sulla salute umana.

L'obiettivo appunto di questa "branca della medicina" è quello di studiare i cibi come se fossero dei veri e propri medicinali lasciando da parte per un attimo i loro principi nutritivi. Ancora non molto conosciuta, la nutraceutica è stata presentata durante un workshop durante il suo V Congresso Nazionale che si è svolto a Expo Milano 2015 presso il Padiglione Italia.

In questa occasione si è parlato degli ultimi traguardi raggiunti in questo campo: la nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero.

Al centro del dibattito c'erano due soli alimenti, quali Cioccolato e Curcuma; il primo destinato alla cura per l'ipertensione e il secondo quale valido aiuto contro l'Alzheimer.

- **Cioccolato e Ipertensione:** il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta.; il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro che dilatano le arterie e riducono la pressione.

- **Curcuma e Alzheimer:** la protagonista qui è la componente base del curry, ovvero la curcumina; dalla presentazione si è evidenziato come si dove consuma curry l'Alzheimer è raro.



29-05-2015



Cioccolato amaro utilizzato come farmaco

Cacao e altri alimenti "funzionali", tra cui curcuma e betulina, sono utili per curare ipertensione, alzheimer e perfino autismo



Dall'ipertensione all'obesità, alla malattia di **Alzheimer** e persino all'**autismo**: viene osservata con sempre più attenzione l'azione di alcuni integratori e "**alimenti funzionali**" di origine naturale nella **cura delle malattie**. La **Nutraceutica** è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero.

Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società scientifica Sinut ha organizzato un importante workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. In alcune patologie sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

Iperensione. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo fra questi è il **cioccolato amaro**. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un **potente prodotto per la pressione alta**. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad altro rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

Autismo. Si tratta probabilmente del più grave problema sanitario a livello di popolazione. Oggi nasce un autistico ogni 68 nascite, con un'incidenza quasi doppia per i nati da parto cesareo. Fatalmente si avranno migliaia di nuovi autistici nel 2015. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un **alterato microbioma nel neonato**. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in USA nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il **sulforafano**, un **componente di numerosi vegetali** nell'alimentazione umana. I risultati sono stati sorprendenti. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano. In alcuni (circa il 10%), il comportamento si è quasi del tutto normalizzato.

Alzheimer. Gli scarsi risultati delle terapie anti-betaamiloide (l'ipotetica causa di questa malattia) ha stimolato a nuove idee. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della **melatonina**, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterato sonno-veglia (si dorme di giorno e si cammina per la casa di notte). Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la **curcumina**. Derivata dalla curcuma, **componente base del curry**. Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre.

<https://it.lifestyle.yahoo.com/blog/i-feel-good/cioccolato-contro-ipertensione-curcuma-contro-alzheimer-ecco-nutraceutica-163817481.html>

Cioccolato contro l'ipertensione e curcuma contro l'Alzheimer: ecco la nutraceutica

Scritto da [LaRedazione.org](#) |



Che alcune **sostanze** presenti negli **alimenti** siano in grado di agire come una sorta di **farmaco** nel nostro organismo contro determinate malattie è un fatto acclarato. Alimenti e sostanze in questione che sono, tra le altre cose, oggettivamente **più desiderabili** ed hanno **meno effetti collaterali** rispetto ai farmaci: entra così in gioco la **nutraceutica**, un neologismo che racchiude i termini "nutrizione" e "farmaceutica" e si riferisce allo studio di alimenti che hanno una funzione benefica sulla salute umana...

ALIMENTI E BENEFICI: UNA SCIENZA

Come è possibile sapere che alimenti come ad esempio l'**uva rossa** (che contiene l'antiossidante resveratrolo), le **fibre solubili** (che riducono l'ipercolesterolemia), i **broccoli** (in grado di prevenire diverse forme di tumori) o la **soia** (che contiene isoflavoni che contribuiscono a migliorare la salute delle arterie) abbiano una **funzione benefica** sulla salute umana? Grazie alla nutraceutica, una "scienza" in continua crescita...

IL CIOCCOLATO CONTRO COLESTEROLO, PRESSIONE ED ANGINA

In pochi sanno che la **popolazione Kuna**, al largo della costa di Panama, consuma grandi quantità di cacao ed ha una **mortalità** per malattie cardiovascolari nettamente **inferiore** rispetto a quella **dei cittadini panamericani**. Per questo motivo la European food safety agency (Efsa) ha deciso di valutare l'utilizzo del cioccolato amaro per affrontare la **pressione arteriosa** elevata e l'**angina pectoris**. Un "intervento nutraceutico" che, nei 30 pazienti con sindrome metabolica, ha determinato una **riduzione** della **colesterolemia** totale (-12,8%), del **colesterolo Ldl** (-21,1%) e un aumento del colesterolo Hdl (+5%) rispetto ai pazienti trattati con placebo.

CURCUMINA CONTRO L'ALZHEIMER E BETULLINA CONTRO L'OBESITÀ

Derivata dalla curcuma, un componente base del curry, la curcumina ha **effetti positivi** contro il **cancro** e l'**arteriosclerosi**. Molecole come la **betulina** (estratta dalle betulle), invece, migliorano la dinamica del tessuto adiposo e **fanno perdere peso** ma sono prive degli effetti negativi dei classici dimagranti.

UN SETTORE IN GRANDE ESPANSIONE

Molte **sostanze** di origine **naturale** testate in recenti studi hanno fatto riscontrare **ottimi risultati** in Italia che all'estero, dimostrando un'**azione benefica in diverse patologie**, dall'**ambito cardiovascolare** per arrivare addirittura alla **neurologia**, come ha spiegato Cesare Sirtori, presidente della Società italiana di nutraceutica che, per fare il punto sui traguardi raggiunti negli ultimi anni, ha organizzato un workshop ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano: "Cresce il numero di **molecole** che si rivelano **efficaci** in diverse patologie: prevediamo **sviluppi** sempre più **interessanti** di un settore in grande espansione".

<http://www.senzaeta.it/quotidiano-della-salute/cioccolato-curcuma-e-betulina-attivi-come-i-farmaci>

Cioccolato, curcuma e betulina: "attivi" come i farmaci



Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società italiana di nutraceutica (Sinut) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano.

In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

IPERTENSIONE: l'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico.

Il primo è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

AUTISMO: l'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale.

ALZHEIMER: Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterazione sonno-veglia. Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale.

Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry, dicono gli esperti, l'Alzheimer è raro.

OBESITA': nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia, hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti.

OCCHI: sostanze come l'astaxantina, la luteina e altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare.

SPORT.

"I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati", concludono gli esperti.

Cioccolato, curcuma e betulina, nel piatto 'attivi' come farmaci

Esperti Sinuit all'Expo, cresce il numero di molecole efficaci in diverse patologie

Roma, 4 giugno - Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della salute si cela nel piatto. Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società italiana di nutraceutica (Sinuit) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti. **IPERTENSIONE.** L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad altro rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato. **AUTISMO.** L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in Usa nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano. **ALZHEIMER.** Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterazione sonno-veglia. Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry, dicono gli esperti, l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro. **OBESITA'.** Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia, hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del Dnj, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo, ma con una importante attività anche nella formazione del grasso. **OCCHI.** Sostanze come l'astaxantina, la luteina e altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. **SPORT.** "I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati", concludono gli esperti.

<http://www.sferamagazine.it/benessere/salute/il-cibo-la-migliore-medicina/>

Il cibo la migliore medicina

Cioccolato amaro contro l'ipertensione, curcumina contro l'alzheimer, betulina contro l'obesità

*"Fa che il Cibo sia la tua Medicina
e che la Medicina sia il tuo Cibo"*
Ippocrate

Quello tra **cibo e salute** è un binomio troppo spesso dimenticato, forse non tutti sanno che un'alimentazione sana promuove il benessere, migliora la qualità della vita e può persino allungarla.

Quello svolto dal cibo è un ruolo essenziale nella **prevenzione e nella cura di diverse malattie**.

Una corretta alimentazione, accompagnata dall'attività fisica, contribuisce al mantenimento di un corretto stile di vita ed è in grado di aiutare a prevenire le malattie cardiovascolari, nonché il diabete, il cancro e l'osteoporosi.

Sono numerosi gli alimenti assunti che possono intervenire per salvaguardare il nostro stato di salute e sono diversi quelli che assumiamo inconsapevoli delle loro importantissime qualità.

Forse non tutti sanno che alcune sostanze contenute nel cioccolato amaro sono un aiuto contro l'ipertensione mentre dalla curcumina, un derivato della curcuma può esserci un aiuto contro l'Alzheimer, e che il succo di barbabietola possa essere efficace nello sport.



La **nutraceutica**, termine coniato dal Dott. Stephen De Felice nel 1989 che si riferisce allo **studio degli alimenti che si suppone abbiano una funzione benefica sulla salute umana**, è in continua crescita, e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. *"Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione"* spiega il presidente **Sinut (Società italiana di nutraceutica)** Cesare Sirtori, e la società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti



28-05-2015

<https://twitter.com/francyantonioli/status/603937102280138753/photo/1>

Cioccolato, curcuma, betulina: ecco i principi attivi di origine naturale che agiscono come farmaci. #sinut#expo2015#

📍 Milano, Lombardia





<http://www.aspmagnago.com/notizie.jsp?idN=134916>

Cioccolato, curcuma, betulina: principi attivi come farmaci



Alimenti "funzionali" in cura alzheimer, ipertensione, autismo

Dall'ipertensione all'obesità, alla malattia di Alzheimer e persino all'autismo: viene osservata con sempre più attenzione l'azione di alcuni integratori e 'alimenti funzionali' di origine naturale nella cura delle malattie. La Nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero.

Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società scientifica Sinut ha organizzato un importante workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. In alcune patologie sono stati ottenuti i risultati sorprendenti. Nell'ipertensione. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico.

Il primo fra questi è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad altro rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato. Nell'autismo. Si tratta probabilmente del più grave problema sanitario a livello di popolazione. Oggi nasce un autistico ogni 68 nascite, con un'incidenza quasi doppia per i nati da parto cesareo.

Fatalmente si avranno migliaia di nuovi autistici nel 2015. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in USA nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. I risultati sono stati sorprendenti. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano. In alcuni (circa il 10%), il comportamento si è quasi del tutto normalizzato. Nell'Alzheimer. gli scarsi risultati delle terapie anti-betaamiloide (l'ipotetica causa di questa malattia) ha stimolato a nuove idee.

Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterato sonno-veglia (si dorme di giorno e si cammina per la casa di notte). Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Nell'obesità. In Europa è disponibile un singolo farmaco, che agisce a livello dell'intestino con importanti effetti secondari. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno

dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del DNJ, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

Nelle patologie oculari. Il Prof. Gianluca Scuderi di Roma ha portato gli ultimi dati sull'utilizzo di nutraceutici in alcune malattie degli occhi, che includono sia la degenerazione maculare che patologie meno gravi - ma assolutamente da non trascurare - come il glaucoma. Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati sono efficacissimi nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in USA lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti. Nello sport. I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati.

La lamentela dello sportivo della domenica è spesso il "dolore muscolare" che può associarsi anche ad aumento nel sangue dell'enzima muscolare CPK. In questo caso è attiva la creatina, che consente al maratoneta domenicale di tornare al lavoro il lunedì. La creatina è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.

dalla nutraceutica negli ultimi anni, ha organizzato un **workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano.**

Ipertensione e cioccolato

L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti, tra cui il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni **il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta.** Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

Alzheimer e curcumina

La molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina, derivata dalla curcuma, **componente base del curry.** Al workshop è emerso che **dove si consuma curry l'Alzheimer è raro.** Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Il problema è che la curcumina si assorbe poco.

Obesità e betulina

Molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti



Malattie oculari e prodotti pigmentati

Sostanze come l'astaxantina, la luteina, (contenuta nei tuorli d'uovo, negli spinaci, nel cavolo, nella lattuga, nei porri e nei piselli) ed altri prodotti pigmentati si sono dimostrati efficaci nel **prevenire le complicanze della degenerazione maculare.** Si è concluso in Usa lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti.

Sport e succo di barbabietola

Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati mentre la creatina è un integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.

Ancora nuove conferme su quanto il piacere della tavola possa essere un ottimo alleato non solo per i nostri sensi ma anche e soprattutto per il nostro benessere sia fisico che mentale.

CIOCCOLATO CONTRO IPERTENSIONE, CURCUMA ANTI-ALZHEIMER

E poi succo di barbabietola per potenziare gli sforzi e molto altro. Ecco le ultime intuizioni della nutraceutica, scienza che sta a metà tra la nutrizione e la farmaceutica



Lasciate che il cibo sia la vostra medicina e la vostra medicina sia il cibo: lo sosteneva Ippocrate, considerato da alcuni come il padre della medicina occidentale. Oggi si parla di **nutraceutica**, da una definizione coniata da Stephen DeFelice nel 1989, e di alimenti funzionali, ma l'idea che il cibo potesse essere in taluni casi anche una cura è molto antica. Il **cioccolato amaro**, grazie alla presenza al suo interno di molecole note come flavanoli che dilatano le arterie e riducono la pressione, sembra miracoloso per curare l'ipertensione, mentre la **curcumina**, derivata dalla curcuma (componente base del curry), allevia i sintomi delle patologie neuro-degenerative e in particolare è efficace contro l'Alzheimer (tanto è vero che nelle zone dove si consuma tanto curry l'Alzheimer è quasi inesistente). Il **succo di barbabietola** inoltre migliora il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati, dimostrandosi una vera panacea per potenziare le performance sportive. Ci sono poi molecole come la **betulina** (estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia) che hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Infine sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati si sono dimostrati efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare.

Queste e altre intuizioni emergono dagli ultimi studi della nutraceutica, lo studio di alimenti che si suppone abbiano una funzione benefica sulla salute umana. Quello che fa bene e quello che fa male, e soprattutto a cosa fanno bene certi cibi e qual è lo stato dell'arte di questa disciplina in crescita? [Se ne è parlato](#) nel corso di un convegno organizzato dal presidente della **Sinut (Società italiana di nutraceutica)** e dalla società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni. Il workshop si è tenuto nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano e ha divulgato i risultati più vistosi di un filone di studi che in questi ultimi anni ha conosciuto una crescita galoppante. La SINut – Società Italiana di Nutraceutica – nasce nell'aprile 2009 come associazione senza fini di lucro, con lo scopo di promuovere ricerche e studi in ambito nutraceutico.

<http://www.ladyblitz.it/salute/ciocolato-per-ipertensione-curcuma-per-alzheimer-i-cibi-alleati-1579730/>

Cioccolato per ipertensione, curcuma per Alzheimer: i cibi alleati



ROMA – Cioccolato amaro contro l'**ipertensione**, curcuma per prevenire l'**Alzheimer**, succo di

barbabietola per chi fa sport: dalla tavola e dalla natura arrivano alcuni rimedi naturali ormai consacrati dalla **nutraceutica**. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. Vediamo alcuni di questi **cibi alleati della salute**.

IPERTENSIONE E CACAO. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il **cioccolato amaro** è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "**flavanoli**", che dilatano le arterie e riducono la pressione.

ALZHEIMER E CURCUMA: la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del **curry**. Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro, ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Il problema è che la curcumina si assorbe poco.

OBESITA' E BETULINA: molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendoci **perdere peso**, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti.

MALATTIE AGLI OCCHI E PRODOTTI PIGMENTATI. Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati si sono dimostrati efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare.

SPORT E SUCCO DI BARBABIETOLA. Questo succo, molto usato nel Regno Unito per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati e la creatina consente al maratoneta 'domenicale' di tornare al lavoro il lunedì. La creatina è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.

<http://www.informasalus.it/it/articoli/cacao-barbabetola-farmaci.php>

Dal cacao alla barbabetola: curarsi con gli 'alimenti farmaci'



Dal cacao alla barbabetola: curarsi con gli 'alimenti farmaci'

Cacao, barbabetola, curcuma e betulla. Sono alcune delle sostanze naturali che, come dimostrano recenti studi, comportano notevoli benefici per la salute, al punto da essere considerati "**alimenti farmaci**".

"Cresce il numero di molecole che si rivelano **efficaci in diverse patologie**: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione", ha spiegato il presidente Sinut (Società italiana di nutraceutica) Cesare Sirtori e la società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, ha organizzato un workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano.

Il **cioccolato amaro** è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli, infatti, dilatano le arterie e riducono la pressione. È quanto ha dimostrato il professor Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

Anche il **succo di barbabetola**, come il cacao amaro, abbassa la pressione e facilita il flusso arterioso alle gambe, favorendo un significativo miglioramento del dolore muscolare dovuto a sforzi prolungati. È molto consigliato a tutti gli sportivi, perché l'estratto di barbabetola è in grado di attivare la creatina, un amminoacido naturalmente presente nel nostro organismo che interviene per soddisfare le richieste energetiche del nostro corpo quando si compie uno sforzo muscolare.

La **curcumina**, derivato della curcuma, componente base del curry, secondo i nuovi studi più accreditati sarebbe in grado di ridurre il rischio e alcuni sintomi di malattie cardiovascolari e neurodegenerative come l'Alzheimer. Molecole come la betulina, estratta dalle **betulle** e proveniente dalla Russia, hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Un valido aiuto naturale per le persone affette da obesità e con gravi problemi di peso.



Cioccolato fondente e curcuma come rimedi naturali contro ipertensione e Alzheimer. Curarsi con i **cibi della salute** sfruttandone le proprietà curative riconosciute dai più recenti studi. A fare il punto è la **Sinut**, Società italiana di nutraceutica.

Durante un incontro organizzato presso i padiglioni di **Expo 2015** la Sinut ha posto l'attenzione su alcuni alimenti della salute, come il **cioccolato fondente**, la **curcuma** e la **barbabietola**, quest'ultima in grado di fornire benefici effetti curativi o di supporto per la pratica sportiva.

L'attenzione degli esperti si è rivolta in particolare verso il **cioccolato fondente**, considerato un **rimedio contro l'ipertensione**, il cui contenuto di flavonoli viene indicato come utile per la dilatazione dei vasi arteriosi e il conseguente calo della **pressione sanguigna**.

Alla **curcuma** vengono invece riconosciute **proprietà anti-Alzheimer** presenti anche nel curry, che alla spezia deve molte delle sue proprietà, curative e organolettiche. A presentare i risultati finora ottenuti il presidente Sinut, **Cesare Sirtori**:

Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione. Se vuoi aggiornamenti su **Rimedi naturali** inserisci la tua email nel box qui sotto:

<http://www.notiziarioitaliano.it>

Così nutraceutica si dimostra efficace contro alcune malattie

Cioccolato amaro contro ipertensione, curcuma anti-Alzheimer

Da alcune sostanze nel cioccolato amaro un aiuto contro l'ipertensione, dalla curcumina, un derivato della curcuma, un aiuto invece contro l'Alzheimer, mentre il succo di barbabietola funziona nello sport. La nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci disintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. "Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione" spiega il presidente Sinut (Società italiana di nutraceutica) Cesare Sirtori e la società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, ha organizzato un workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. - **Iperensione e cioccolato:** l'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti, tra cui il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato. - **Alzheimer e curcumina:** la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro e' emerso al workshop. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Il problema è che la curcumina si assorbe poco. - **Obesità e betulina:** molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso. - **Malattie oculari e prodotti pigmentati:** Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati si sono dimostrati efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in Usa lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti. - **Sport e succo di barbabietola:** Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati e la creatina consente al maratoneta 'domenicale' di tornare al lavoro il lunedì. La creatina è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia. (ANSA).

<https://www.youtube.com/watch?v=sA1ruX0hA9A>



CIOCCOLATO, CURCUMA, BETULINA: ECCO I PRINCIPI ATTIVI DI ORIGINE

<http://www.reggiocalabria.federfarma.it/>

Nutraceutica, all'Expo si parla di cioccolato e salute



Il cioccolato amaro contribuisce a contrastare l'ipertensione, la curcumina l'Alzheimer, il succo di barbabietola agevola l'attività sportiva. La **nutraceutica** è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto mostrato interessanti proprietà. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. «Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione» spiega **Cesare Sirtori**, il presidente della **Sinut** (Società italiana di nutraceutica).

Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, Sinut ha organizzato ieri un **workshop** nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'**Expo di Milano**. Nel corso del quale sono state passate in rassegna le ultime evidenze provenienti dalla ricerca. Il **cioccolato amaro** per esempio: da oltre 10 anni è noto come un potente rimedio contro l'ipertensione. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli", che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da un massiccio studio condotto negli Usa per quattro anni su 18mila persone.

La **curcumina** invece sembra contrastare l'insorgenza dell'Alzheimer. Derivata dalla curcuma, componente base del curry, è stata studiata per le sue proprietà in migliaia di pubblicazioni di prestigio, che ne hanno analizzato le proprietà rispetto a tumore, arteriosclerosi avanzata e altre patologie. Nei Paesi in cui si consuma curry l'Alzheimer è raro, ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro agli scienziati.

Il **succo di barbabietola**, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati. La creatina, in particolare, consente al maratoneta "domenicale" di tornare al lavoro il lunedì ed è un integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.

<http://www.farmacista33.it/dalla-nutraceutica-molecole-utili-per-malati-e-sportivi/pianeta-farmaco/news--31731.html>

Dalla nutraceutica molecole utili per malati e sportivi



Flavanoli, sulforafano, curcumina, betulina, berberina, astaxantina e luteina. Tutte sostanze presenti in natura la cui azione è stata studiata su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia, in ricerche di nutraceutica con risultati che sono stati presentati al V Congresso nazionale della Società scientifica Sinut ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. In particolare, nell'ipertensione ha destato grande interesse il cioccolato amaro per la presenza di flavanoli che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal professor Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone. Nei soggetti in adulti autistici è stato notato che la somministrazione di sulforafano, componente di numerosi vegetali presenti nell'alimentazione umana, determinava un'ottima risposta comportamentale. In alcuni (circa il 10%), il comportamento si è quasi del tutto normalizzato. Nell'Alzheimer, la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina, derivata dalla curcuma, componente base del curry. Il meccanismo è tutt'altro che chiaro, ma dove si consuma curry l'Alzheimer è raro e ci sono migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Nella lotta all'obesità sono in studio nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle, che dimostrano di migliorare la dinamica del tessuto adiposo. Il Dnj, molecola estratta dalle more, agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina. La berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso. Nelle patologie oculari, sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati sono efficacissimi nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Dalla nutraceutica arrivano anche supporti per gli sportivi: il succo di barbabietola, per esempio, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati e in caso di dolore muscolare la creatina si è dimostrata di grande aiuto.

Simona Zazzett

<http://www.farmacia.it/index.php/news/articolo/23/13812>

Cioccolato & C: molti cibi sono efficaci come farmaci

Nell'ambito del

V Congresso Nazionale, ospitato al PadiglioneItalia dell'Expo di Milano, gli esperti di nutraceutica della

Societàscientifica Sinut (**Società Italiana di Nutraceutica**) hanno fattoil punto su numerosi alimenti che o rmai,

come dimostranodiversi studi in materia, sono risultati efficaci come farmaci nellacura di svariate malattie come autismo, obesità, Alzheimer e ipertensione.

In particolare, gli studiosi della Sinut hanno puntato l'attenzionesulle virtù del **cioccolato amaro** ([utile per salvare la memoria](#)) le cui proprietà nel curare la pressione alta sono ormai note a tutti, grazie ai flavanoli che dilatano le arterie e riducono lapressione. Uno studio condotto ad Harvard durato 4 anni esvolto su 18mila persone, ha confermato che l'alimento riduce irischi di problemi cardiovascolari.

Di recente si è poi notato che causa dell'**autismo** potrebbeessere un'alterazione nel microbioma del neon ato (ossia la flora batterica). E sempre ad Harvard, in un altro studio suadulti autistici, è emerso che il sulfurafano, presente in molteverdure, riduce i sintomi dell a malattia e anzi in qualcuno licancella del tutto (10 per cento delle persone trattate).

Importantissima si è dimostrata inoltre la **curcumina**, underivato della curcuma presente nel curry. Anche se non si ècompreso ancora bene perché, nei luoghi dove si consumamolto curry l'Alzheimer è rarissimo ([ecco qual è la causa dellamalattia](#)).

E molti studi confermano che la sostanza è efficaceanche contro il cancro e l'arteriosclerosi.

Per quanto riguarda l'obesità, esiste poi

la **betulina**, una nuovamolecola estratta dalla betulle e proveniente dalla Russia, chemigliora la reattività dei tessuti adiposi e fa perdere peso senzagli effetti sul cervello tipici dei classici dimagranti.

CIOCCOLATO AMARO CONTRO IPERTENSIONE

Il cioccolato amaro aiuta contro l'ipertensione, la curcuma contro l'Alzheimer, il succo di barbabietola...

Il cibo cura. La prevenzione passa anche dalle nostre scelte a tavola. A sostenerlo, a gran voce, è Sinut (Società italiana di nutraceutica). La nutraceutica cresce, ottendendo numerosi risultati positivi: molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi mostrano il loro potere salutare. 'Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione', spiega il presidente Sinut (Società italiana di nutraceutica) Cesare Sirtori. Sinut, per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, ha organizzato un workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano.

<http://www.romaeasy.it/guide-utili/cioccolato-amaro-contro-ipertensione.html>

Cioccolato amaro contro l'ipertensione

Posted by: [Ilaria](#) in [Guide utili](#)

Da alcune sostanze nel cioccolato amaro un aiuto contro l'**ipertensione**, dalla curcumina, un derivato della curcuma un alleato anti-Alzheimer, mentre il succo di barbabietola funziona nello sport.

La nutriceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia.

«Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione» spiega il presidente Sinut, la Società italiana di nutriceutica Cesare Sirtori e la società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutriceutica negli ultimi anni ha organizzato un incontro all'Expo di Milano.

L'attenzione dei ricercatori si è focalizzata su alcuni prodotti, tra cui il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni questo alimento è noto come un potente antipertensivo. Il motivo è la presenza di molecole note come **flavonoli** nel cioccolato amaro. Questi dilatano le arterie e riducono la pressione.

AL PADIGLIONE ITALIA EXPO IL WORKSHOP "NUTRACEUTICA TRA METODOLOGIA E POTENZIALITÀ"

Cacao, curcuma e betulina: ecco i principi di origine naturale che agiscono come farmaci

Dalla barbabietola al cioccolato, dalla curcumina ai probiotici: sono alcuni degli studi più promettenti della nutraceutica, la disciplina che studia gli estratti vegetali di piante, minerali e microorganismi che apportano interessanti benefici alla salute, al punto da essere considerati "alimenti farmaci". Per fare il punto sui traguardi raggiunti negli ultimi anni, la Società Italiana di Nutraceutica (SINut) ha organizzato il workshop "Nutraceutica tra metodologia e potenzialità" nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. Sono state condotte ricerche che hanno scientificamente dimostrato l'azione efficace di questi prodotti su diverse patologie, dall'ambito cardiovascola-



re alla neurologia. "Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie - ha spiegato il prof. Cesare Sirtori, Presidente SINut - Per i disturbi intestinali, ad esempio, probiotici e prebiotici sono le categorie di prodotti più utilizzate. I primi sono batteri, i secondi sostan-

ze che colonizzano l'intestino e ne modificano, in senso benefico, le funzioni. Evidenze scientifiche provano la loro efficace nel regolare la flora intestinale e stimolare il sistema immunitario. Sono efficaci nel prevenire allergie e intolleranze nei bambini. Nuovi studi sul microbiota rivelano risultati promettenti anche per la prevenzione dell'autismo". L'attenzione dei ricercatori si focalizza anche su prodotti di grande interesse pubblico. "I flavanoli del cioccolato amaro e il succo di barbabietola dilatano le arterie e riducono la pressione, la curcumina, derivata dalla curcuma, ingrediente base del curry, è studiata per lo sviluppo di farmaci efficaci contro i disturbi dell'Alzheimer. Nuove molecole come la betulina e la berberina riduco-

no il colesterolo e il grasso addominale - conclude l'esperto - l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare e il glaucoma".

PREVENZIONE

Fernandes e Heurtaux scendono in campo per "Non fare autogol"

Ha fatto tappa a Udine il sedicesimo appuntamento del tour di oncologi e calciatori per sensibilizzare gli studenti a stili di vita sani. Il centrocampista, Bruno Fernandes, e il difensore dell'Udinese, Thomas Heurtaux, sono saliti in cattedra al Liceo "Marinelli" per "Non fare autogol", la campagna promossa dall'AIOM (Associazione Italiana di Oncologia Medica) con la Presidenza del Consiglio dei Ministri, il CONI e la Federazione Italiana Giuoco Calcio (FIGC). "Con grande piacere abbiamo accettato di partecipare a questo progetto - hanno dichiarato Fernandes e Heurtaux - La scuola è il luogo dove spesso cominciano le cattive abitudini come l'alcol. I giovani devono capire che per divertirsi e vivere alla grande non c'è bisogno di ubriacarsi!". "La vera sfida contro il cancro inizia da adolescenti - ha sottolineato il prof. Fabio Puglisi, tesoriere nazionale AIOM e direttore della scuola di specializzazione in oncologia medica dell'Università di Udine - L'importanza di stili di vita sani è ampiamente dimostrata nella prevenzione oncologica: il 40% dei decessi per tumore, infatti, è causato da fattori di rischio potenzialmente modificabili".



RICERCA

I ciechi possono vedere utilizzando gli echi

Proprio come i pipistrelli, le persone non vedenti possono "vedere" gli oggetti utilizzando gli echi, cioè i modi in cui i suoni emessi in un certo ambiente ritornano. A scoprire questa capacità di "ecolocalizzazione" è stato un gruppo di ricercatori della University of Western Ontario (Canada), in uno studio presentato al 9° Annual Canadian Neuroscience Meeting a Vancouver. Gli scienziati hanno sottoposto un gruppo di persone vedenti e non vedenti alla risonanza magnetica funzionale. È emerso che i non vedenti dotati di ottime capacità di ecolocalizzazione utilizzano regioni del cervello normalmente associate con la vista. L'ecolocalizzazione può agire come un efficace sostituto sensoriale della vista, permettendo loro di riconoscere la forma, le dimensioni e le proprietà dei materiali degli oggetti. La ricerca permetterà di aiutare i non vedenti a orientarsi nell'ambiente. Alcuni studi, infatti, dimostrano che sviluppando questa capacità i non vedenti potranno fare attività che normalmente non possono svolgere come andare in bici.

INFEZIONI VIRALI

Influenze, in arrivo il vaccino universale

Presto potremmo avere un vaccino antinfluenzale che, dopo una sola somministrazione, garantisce l'immunità contro una vasta gamma di virus per tutta la vita. A lavorarci è un gruppo di ricercatori australiani e cinesi che, come hanno riferito alla rivista Nature Communications, hanno isolato campioni di cellule T, un tipo di globuli bianchi fondamentali che il corpo usa contro le malattie, provenienti da persone sopravvissute all'influenza aviaria. In genere, un sistema immunitario sano ricorda una minaccia, come un'infezione o un virus, e poi è pronta ad attaccarla. Ma il nuovo studio ha trovato nei soggetti sopravvissuti all'aviaria livelli elevati di un tipo di cellule "killer" che aiutano il corpo ad affrontare minacce mai sperimentate prima. L'obiettivo degli studiosi è poter utilizzare questi campioni di cellule per sviluppare un vaccino universale in grado di offrire protezione contro una serie di virus influenzali in una sola iniezione.

<http://ultima-ora.zazoom.it/notizia/525296/salute-cioccolato-curcuma-e-betulina-alla-pari-di-farmaci>

Salute | Cioccolato | curcuma e betulina alla pari di farmaci

Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della Salute si cela nel piatto. Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi ...

Salute: Cioccolato, curcuma e betulina alla pari di farmaci

(Di giovedì 28 maggio 2015)

Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della **Salute** si cela nel piatto. Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per **ifarmaci** di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società italiana di nutraceutica (Sinut) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

IPERTENSIONE. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad altro rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

AUTISMO. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in Usa nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano.

ALZHEIMER. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterazione sonno-veglia. Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e,

sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry, dicono gli esperti, l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro.

OBESITA'. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia, hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del Dnj, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo, ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

OCCHI. Sostanze come l'astaxantina, la luteina e altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare.

SPORT. "I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati", concludono gli esperti.

<http://www.wallstreetitalia.com/>

Alimenti: cioccolato, curcuma e betulina, nel piatto 'attivi' come farmaci

Esperti Sinuit all'Expo, cresce il numero di molecole efficaci in diverse patologie

Roma, 28 mag. - Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della salute si cela nel piatto. Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società italiana di nutraceutica (Sinut) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti. IPERTENSIONE. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato. AUTISMO. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in Usa nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano. ALZHEIMER. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterazione sonno-veglia. Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry, dicono gli esperti, l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro. OBESITÀ. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia, hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del Dnj, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo, ma con una importante attività anche nella formazione del grasso. OCCHI. Sostanze come l'astaxantina, la luteina e altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. SPORT. "I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati", concludono gli esperti.

Alimenti: cioccolato, curcuma e betulina, nel piatto 'attivi' come farmaci

Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della salute si cela nel piatto. Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società italiana di nutraceutica (Sinut) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

IPERTENSIONE. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad altro rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

AUTISMO. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in Usa nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione

umana. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano.

ALZHEIMER. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori.

Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterazione sonno-veglia. Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry, dicono gli esperti, l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro.

OBESITA'. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia, hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del Dnj, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo, ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

OCCHI. Sostanze come l'astaxantina, la luteina e altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare.

SPORT. "I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati", concludono gli esperti.

La nutraceutica promuove cinque alimenti-farmaci

Dal cacao alla betulina: scopriamo l'azione degli alimenti-farmaci

C'è una disciplina che studia i benefici alla salute di alcuni estratti vegetali di piante, minerali e microrganismi a tal punto da considerarli **alimenti-farmaci**: si tratta della **nutraceutica**, che ha avuto spazio all'EXPO di Milano attraverso un importante workshop organizzato dalla **Società Italiana di Nutraceutica**. I ricercatori, che hanno ottenuto ottimi risultati negli studi clinici per dimostrare l'azione di alcuni alimenti su diverse patologie (da quelle cardiovascolari a quelle neurologiche), hanno focalizzato la loro attenzione su cinque alimenti:

- **Cacao**, che contrasta la pressione alta grazie ai *flavanoli*, molecole che dilatano le arterie e riducono la pressione.
- **Succo di barbabietola**, che abbassa la pressione e facilita il flusso arterioso alle gambe, favorendo un miglioramento importante del dolore muscolare. E' consigliato agli sportivi anche perché attiva la creatina, un amminoacido che interviene per soddisfare le necessità energetiche del nostro organismo quando si effettua uno sforzo muscolare.
- **Sulforafano**, presente in numerosi vegetali e utile per migliorare i disturbi del comportamento per le persone interessate dall'autismo; alcuni ricercatori di Harvard hanno ottenuto la normalizzazione del comportamento nel 10% dei casi trattati con il sulforafano.
- **Curcumina**, derivato della curcuma (componente del curry) che è in grado di ridurre il rischio e alcuni sintomi delle malattie neurodegenerative e cardiovascolari; alcune molecole, come il *capriliden*, stimolano il consumo di zuccheri nel cervello e migliorano la funzione cerebrale, mentre la *melatonina* normalizza le alterazioni del

ciclo sonno-veglia.

- **Betulina**, estratto della betulla che agisce sull'intestino con effetti sui processi metabolici: migliora la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza effetti stimolanti cerebrali, come il **DNJ**, estratto delle more, che altera l'assorbimento degli zuccheri e la risposta da parte dell'insulina, e la **berberina**, che abbassa il colesterolo e contrasta la formazione del grasso.

Ciocolato amaro contro ipertensione, curcuma anti-Alzheimer

28/5/2015

[0 Comments](#)

Da alcune sostanze nel cioccolato amaro un aiuto contro l'ipertensione, dalla curcumina, un derivata della curcuma, un aiuto invece contro l'Alzheimer, mentre il succo di barbabietola funziona nello sport. La nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. "Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione" spiega il presidente Sinut (Società italiana di nutraceutica) Cesare Sirtori e la società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, ha organizzato un workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. [Per saperne di più.](#)



<http://www.padovanews.it/>

[Cioccolato, curcuma e betulina 'attivi' come farmaci: il segreto della salute e' nel piatto](#)



La ricerca svela le virtu' segrete del cibo (Video)

Roma, 28 mag. (AdnKronos Salute) - Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della salute si cela nel piatto. Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno

scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Societa' italiana di nutraceutica (Sinut) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

IPERTENSIONE. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo e' il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni e' noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo e' la presenza di molecole note come flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad altro rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

AUTISMO. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono gia' in corso indagini soprattutto in Israele e in Usa nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa e' venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulfurafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulfurafano.

ALZHEIMER. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente e' il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterazione sonno-veglia. Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica piu' gettonata e' la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry, dicono gli esperti, l'Alzheimer e' raro. Ma il meccanismo e' tutt'altro che chiaro.

OBESITA'. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia, hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo e' il caso del Dnj, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo, ma con una importante attivita' anche nella formazione del grasso.

OCCHI. Sostanze come l'astaxantina, la luteina e altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare.

SPORT. "I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e puo' essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati", concludono gli esperti.

<http://www.online-news.it/>

Cioccolato amaro contro ipertensione, curcuma anti-Alzheimer



Da alcune sostanze nel cioccolato amaro un aiuto contro l'ipertensione, dalla curcumina, un derivata della curcuma, un aiuto invece contro l'Alzheimer, mentre il succo di barbabietola funziona nello sport. La nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. "Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione" spiega il presidente Sinut (Società italiana di nutraceutica) Cesare Sirtori e la società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, ha organizzato un workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano.

- Ipertensione e cioccolato: l'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti, tra cui il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof.

Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4

anni ha seguito 18.000 persone ad altro rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

-Alzheimer e curcumina: la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry.

Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro e' emerso al workshop.

Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Il problema è che la curcumina si assorbe poco.

-Obesità e betulina: molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

-Malattie oculari e prodotti pigmentati: Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati si sono dimostrati efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in Usa lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti.

-Sport e succo di barbabietola: Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati e la creatina consente al maratoneta 'domenicale' di tornare al lavoro il lunedì. La creatina è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.

<http://www.oggitreviso.it/alimenti-cioccolato-curcuma-betulina-nel-piatto-attivi-come-farmaci-112350>

Alimenti: cioccolato, curcuma e betulina, nel piatto 'attivi' come farmaci.



Roma, 28 mag. - Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della salute si cela nel piatto. Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società italiana di nutraceutica (Sinut) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

IPERTENSIONE. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad altro rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

AUTISMO. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in Usa nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano.

ALZHEIMER. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterazione sonno-veglia. Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry, dicono gli esperti, l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro.

OBESITA'. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia, hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del Dnj, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo, ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

OCCHI. Sostanze come l'astaxantina, la luteina e altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare.

SPORT. "I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati", concludono gli esperti

<http://www.notiziarioitaliano.it>

Cioccolato amaro contro ipertensione, curcuma anti-Alzheimer

ROMA, 28 MAG - Da alcune sostanze nel cioccolato amaro un aiuto contro l'ipertensione, dalla curcumina, una derivata della curcuma, un aiuto invece contro l'Alzheimer, mentre il succo di barbabietola funziona nello sport. La nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. "Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione" spiega il presidente Sinut (Società italiana di nutraceutica) Cesare Sirtori e la società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, ha organizzato un workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. - Ipertensione e cioccolato: l'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti, tra cui il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano

flavanoli del cioccolato. - Alzheimer e curcumina: la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro e' emerso al workshop. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Il problema è che la curcumina si assorbe poco. - Obesità e betulina: molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso. - Malattie oculari e prodotti pigmentati: Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati si sono dimostrati efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in Usa lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti. - Sport e succo di barbabietola: Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati e la creatina consente al maratoneta 'domenicale' di tornare al lavoro il lunedì. La creatina è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.

<http://www.makemefeed.com/2015/05/28/cacao-curcuma-e-betulina-ecco-gli-alimenti-farmaci-225267.html>

Cacao, curcuma e betulina: ecco gli alimenti-farmaci

Cacao, curcuma e betulina: ecco gli alimenti-farmaci La nutraceutica è una disciplina che studia gli estratti vegetali che apportano benefici alla salute. Negli ultimi anni i suoi risultati sono stati confermati da numerosi studi clinici. Ecco le indicazioni degli esperti

Cioccolato e barbabietola sono alcuni dei cibi più promettenti della nutraceutica, la disciplina che studia gli estratti vegetali di piante, minerali e microorganismi che apportano interessanti benefici alla salute, al punto da essere considerati "alimenti farmaci". Il settore è in continua crescita e ha ottenuto ottimi risultati in studi clinici, che proprio come per i farmaci classici, ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie che spaziano dall'ambito cardiovascolare alla neurologia.

Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni la Società Italiana di Nutraceutica ha organizzato un importante workshop nell'ambito dell'EXPO di Milano.

L'attenzione dei ricercatori si focalizza soprattutto su alcuni prodotti che destano grande interesse nel pubblico. Ecco i principali:

Cacao contro la pressione alta - Il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per contrastare la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" contenute nel cacao amaro. Queste molecole sono in grado di dilatare le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito più 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

Succo di barbabietola - Agisce come il cacao amaro per abbassare la pressione e facilita il flusso arterioso alle gambe, favorendo un significativo miglioramento del dolore muscolare dovuto a sforzi prolungati. È molto consigliato a tutti gli sportivi, perché l'estratto di barbabietola è in grado di attivare la creatina, un amminoacido naturalmente presente nel nostro organismo che interviene per soddisfare

le richieste energetiche del nostro corpo quando si attiva uno sforzo muscolare.

Sulforafano contro l'autismo - E' un componente di numerosi vegetali tipici della nostra alimentazione, che si è rivelato particolarmente utile nel migliorare i disturbi del comportamento in persone interessate dall'autismo. Un problema che interessa un bambino ogni 68 nascite, con un'incidenza quasi doppia per i nati da parto cesareo. Recenti studi hanno suggerito che una causa possa essere l'alterazione del *microbiomanel* neonato. La madre trasmette al neonato parte dei propri batteri intestinali in corso di parto naturale, cosa che non avviene con il parto chirurgico. Un gruppo di ricercatori di Harvard ha ottenuto promettenti risultati nel trattamento con sulforafano di adulti autistici: nel 10% dei casi, il comportamento si è quasi del tutto normalizzato.

Curcumina - Un derivato della curcuma, componente base del curry, che secondo i nuovi studi più accreditati sarebbe in grado di ridurre il rischio e alcuni sintomi di malattie neurodegenerative e cardiovascolari. Altre molecole simili, già molto conosciute, sono il *capriliden*, in grado di stimolare il consumo di zucchero nel cervello e migliorare la funzione cerebrale, e la *melatonina*, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori e per normalizzare le alterazioni del ciclo sonno-veglia, un sintomo assai fastidioso anche nel malato di Alzheimer.

Betulina - Si estrae dalla betulla e agisce a livello dell'intestino con interessanti effetti sui processi metabolici. Recenti studi europei hanno dimostrato che questa nuova molecola può migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Un valido aiuto naturale per tutte le persone affette da obesità e con gravi problemi di peso. Analogo è il caso del DNJ, tratto dalle more che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora la *berberina* prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma che ha una importante attività anche nella formazione del grasso.

<http://www.contattonews.it/2015/05/28/cioccolato-curcuma-betulina-principi-attivi-come-farmaci/480995/>

Cioccolato e succo di barbabietola: ecco gli alimenti che curano come i farmaci

Confermata l'azione di alcuni integratori e "alimenti funzionali" nella cura di malattie come ipertensione, Alzheimer, autismo

La **Nutraceutica** è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società scientifica Sinut ha organizzato un importante workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. In alcune patologie sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

Nell'ipertensione. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo fra questi è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

Nell'autismo. Si tratta probabilmente del più grave problema sanitario a livello di popolazione. Oggi nasce un autistico ogni 68 nascite, con un'incidenza quasi doppia per i nati da parto cesareo. Fatalmente si avranno migliaia di nuovi autistici nel 2015. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in USA nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. I risultati sono stati sorprendenti. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano. In alcuni (circa il 10%), il comportamento si è quasi del tutto normalizzato.

Nell'Alzheimer. Gli scarsi risultati delle terapie anti-betaamiloide (l'ipotetica causa di questa malattia) ha stimolato a nuove idee. Il caprilidene stimola il consumo di

zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterato sonno-veglia (si dorme di giorno e si cammina per la casa di notte). Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Il problema è che la curcumina si assorbe poco: il prof. Giovanni Scapagnini presenta al workshop alcuni dati che dimostrano come questo trattamento contro il morbo di Alzheimer sia sempre più promettente.

Nell'obesità. In Europa è disponibile un singolo farmaco, che agisce a livello dell'intestino con importanti effetti secondari. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del DNJ, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

Nelle patologie oculari. Il Prof. Gianluca Scuderi di Roma ha portato gli ultimi dati sull'utilizzo di nutraceutici in alcune malattie degli occhi, che includono sia la degenerazione maculare che patologie meno gravi – ma assolutamente da non trascurare – come il glaucoma. Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati sono efficacissimi nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in USA lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti.

Nello sport. I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati. La lumentela dello sportivo della domenica è spesso il "dolore muscolare" che può associarsi anche ad aumento nel sangue dell'enzima muscolare CPK. In questo caso è attiva la creatina, che consente al maratoneta domenicale di tornare al lavoro il lunedì. La creatina è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.

<http://www.lasaluteinpillole.it/salute.asp?id=28877>

ALIMENTI: CIOCCOLATO, CURCUMA E BETULINA, NEL PIATTO 'ATTIVI' COME FARMACI

Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della salute si cela nel piatto.

Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero.

Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia.

E proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società italiana di nutraceutica (Sinut) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano.

In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

IPERTENSIONE.

L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad altro rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

AUTISMO.

L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato.

La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale.

Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in Usa nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano.

ALZHEIMER.

Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-

lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterazione sonno-veglia. Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry, dicono gli esperti, l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro.

OBESITA'.

Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia, hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti.

Analogo è il caso del Dnj, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo, ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

OCCHI.

Sostanze come l'astaxantina, la luteina e altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare.

SPORT.

"I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati", concludono gli esperti.

<http://www.intopic.it/notizia/8334262/>

Cioccolato, curcuma e betulina 'attivi' come farmaci: il segreto della salute è nel piatto

La ricerca svela le virtù segrete del cibo

Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della salute si cela nel piatto. Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società italiana di nutraceutica (Sinut) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

IPERTENSIONE. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

AUTISMO. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in Usa nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano.

ALZHEIMER. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la

funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterazione sonno-veglia. Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry, dicono gli esperti, l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro.

OBESITA'. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia, hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del Dnj, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo, ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

OCCHI. Sostanze come l'astaxantina, la luteina e altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare.

SPORT. "I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati", concludono gli esperti.



29-05-2015

<http://www.ilrestomancia.info/?p=989536>

Cioccolato amaro contro ipertensione, curcuma anti-Alzheimer

Da alcune sostanze nel cioccolato amaro un aiuto contro l'ipertensione, dalla curcumina, un derivata della curcuma, un aiuto invece contro l'Alzheimer, mentre il succo di barbabietola funziona nello sport. La nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. "Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione" spiega il presidente Sinut (Società italiana di nutraceutica) Cesare Sirtori e la società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, ha organizzato un workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano.

- Ipertensione e cioccolato: l'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti, tra cui il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof.

Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

-Alzheimer e curcumina: la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry.

Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro e' emerso al workshop.

Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Il problema è che la curcumina si assorbe poco.

-Obesità e betulina: molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso. -Malattie oculari e prodotti pigmentati: Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati si sono dimostrati efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in Usa lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti. -Sport e succo di barbabietola: Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati e la creatina consente al maratoneta 'domenicale' di tornare al lavoro il lunedì. La creatina è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.

<http://www.giornaledellirpinia.it/il-cioccolato-amaro-e-un-valido-aiuto-contro-lipertensione-e-la-curcuma-e-un-ottimo-anti-alzheimer/>

Il cioccolato amaro è un valido aiuto contro l'ipertensione, e la curcuma è un ottimo anti-Alzheimer



Da alcune sostanze nel cioccolato amaro un aiuto contro l'ipertensione, dalla curcumina, una derivata della curcuma, un aiuto invece contro l'Alzheimer, mentre il succo di barbabietola funziona nello sport. La nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. "Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione" spiega il presidente Sinut (Società italiana di nutraceutica) Cesare Sirtori e la società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, ha organizzato un workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano.

- Ipertensione e cioccolato: l'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti, tra cui il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof.

Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli

del cioccolato.

-Alzheimer e curcumina: la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry.

Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro e' emerso al workshop.

Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Il problema è che la curcumina si assorbe poco.

-Obesità e betulina: molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

-Malattie oculari e prodotti pigmentati: Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati si sono dimostrati efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in Usa lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti.

-Sport e succo di barbabietola: Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati e la creatina consente al maratoneta 'domenicale' di tornare al lavoro il lunedì. La creatina è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.

<http://www.dottnet.it/art/16541/la-nutraceutica-cresce-anche-nelle-farmacie/>

La nutraceutica cresce anche nelle farmacie

Da alcune sostanze nel cioccolato amaro un aiuto contro l'ipertensione, dalla curcumina, una derivata della curcuma, un aiuto invece contro l'Alzheimer, mentre il succo di barbabietola funziona nello sport.

La nutraceutica è in continua crescita anche nelle farmacie dove in molti si stanno attrezzando con angoli dedicati ai prodotti di settore. Come è noto molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. **Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi**, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. **"Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie:** prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione" spiega il presidente Sinut (Società italiana di nutraceutica) Cesare Sirtori **e la società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni**, ha organizzato un workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. - Ipertensione e cioccolato: l'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti, tra cui il cioccolato amaro.

Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. **I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard**, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

-Alzheimer e curcumina: la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro e' emerso al workshop. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Il problema è che la curcumina si assorbe poco.

-Obesità e betulina: molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

-Malattie oculari e prodotti pigmentati: Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri

prodotti pigmentati si sono dimostrati efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in Usa lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti.

-Sport e succo di barbabietola: Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati e la creatina consente al maratoneta 'domenicale' di tornare al lavoro il lunedì. La creatina è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.

<http://www.cronacadiretta.it/adnkronos.php?id=24898>

Alimenti: cioccolato, curcuma e betulina, nel piatto 'attivi' come farmaci

Esperti Sinuit all'Expo, cresce il numero di molecole efficaci in diverse patologie

Roma, 28 mag. Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della salute si cela nel piatto. Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società italiana di nutraceutica (Sinut) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

IPERTENSIONE. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad altro rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

AUTISMO. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in Usa nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano.

ALZHEIMER. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterazione sonno-veglia. Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry, dicono gli esperti, l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro.

OBESITA'. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia, hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del Dnj, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo, ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

OCCHI. Sostanze come l'astaxantina, la luteina e altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare.

SPORT. "I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati", concludono gli esperti.

<http://www.contattoNews.it/2015/05/28/cioccolato-curcuma-betulina-principi-attivi-come-farmaci/480995/>

Cioccolato, curcuma, betulina: principi attivi come farmaci

Dall'ipertensione all'obesità, alla malattia di Alzheimer e persino all'autismo: viene osservata con sempre più attenzione l'azione di alcuni integratori e 'alimenti funzionali' di origine naturale nella cura delle malattie. La Nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società scientifica Sinut ha organizzato un importante workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. In alcune patologie sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

Nell'ipertensione. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo fra questi è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

Nell'autismo. Si tratta probabilmente del più grave problema sanitario a livello di popolazione. Oggi nasce un autistico ogni 68 nascite, con un'incidenza quasi doppia per i nati da parto cesareo. Fatalmente si avranno migliaia di nuovi autistici nel 2015. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini

soprattutto in Israele e in USA nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano , un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. I risultati sono stati sorprendenti. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano. In alcuni (circa il 10%), il comportamento si è quasi del tutto normalizzato.

Nell'Alzheimer. gli scarsi risultati delle terapie anti-betaamiloide (l'ipotetica causa di questa malattia) ha stimolato a nuove idee. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterato sonno-veglia (si dorme di giorno e si cammina per la casa di notte). Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre.

http://news.paginemediche.it/it/231/la-mela-del-giorno/nutrizione-e-scienze-dell'alimentazione/detail_224709_nutraceutica-quando-la-prevenzione-parte-dal-cibo.aspx?c1=25

Nutraceutica: quando la prevenzione parte dal cibo

Il **cibo** è assoluto protagonista dell'EXPO 2015 di Milano e numerose sono le occasioni di incontro ed informazione sulle proprietà di alcuni **alimenti che fanno bene alla salute**. Ad esempio gli esperti della **Società italiana di nutraceutica** (Sinut) si sono riuniti recentemente proprio all'EXPO per fare il punto sulla nutraceutica, la scienza che studia gli **estratti di piante, animali, minerali** e **microrganismi**, impiegati come **nutrienti** isolati, supplementi o dietetici.

Tanti gli alimenti che negli anni hanno dimostrato di poter garantire benefici effetti sulla salute e nella lotta o nella **prevenzione di precise patologie**. Ad esempio sono ormai numerose le ricerche che hanno confermato il ruolo benefico svolto dal **cioccolato**. Il cacao nero è ricco di flavonoli, sostanze ossidanti che offrono benefici al **sistema cardiovascolare** e riducono la pressione.

Ma le sostanze davvero preziose per la salute sono svariate e spesso poco note. Qualche esempio?

- Il **sulforano**, contenuto in numerose verdure, sembra contribuire a migliorare la risposta comportamentale dei bambini con **sindrome** autistica;
- la **curcumina**, oggetto di grande interesse da parte degli esperti di nutraceutica, sembra essere collegata ad una **migliore funzione cognitiva e cerebrale** al punto che l'**Alzheimer** sarebbe meno diffuso nei Paesi dove si consuma regolarmente il **curry**;
- l'**astaxantina** e la **luteina** sono utili per prevenire le complicanze della **degenerazione maculare**;
- la **berberina** riesce ad **abbassare il colesterolo** e a ridurre la formazione di grasso.

E la nutraceutica offre interessanti prospettive nella **lotta all'obesità**: ad esempio la **betulina**, proveniente dalla betulla, favorisce la perdita di peso senza agire attraverso stimoli cerebrali (come fanno i dimagranti) oppure il Dnj, **estratto dalle more**, agisce riducendo l'assorbimento degli **zuccheri** e la risposta dell'**insulina**.



<http://www.fornellocurioso.it/815-cioccolato-contro-pressione-alta-risultati-nutraceutica/>

Cioccolato contro la pressione alta e non solo: I risultati della nutraceutica



La nutraceutica mostra come il cibo sia indispensabile a una vita più sana e come, tramite alcune sostanze contenute negli alimenti, ci si possa letteralmente curare prevenendo o contrastando alcune malattie. Al pari delle medicine, infatti, ci sono studi e ricerche che dimostrano come alcuni alimenti abbiano un estremo valore nel combattere e, in alcuni casi anche abbattere, determinate patologie. Gli ambiti sono piuttosto vari e disparati, basti pensare che vanno da quello cardiovascolare alla neurologia.

Il cibo come cura vera e propria, un argomento da trattare con cautela, perché nessuno parla di miracoli, ma che innegabilmente può portare dei vantaggi. Come anticipato nel titolo, infatti, risulta che la curcumina (un elemento della curcuma) sia particolarmente efficace contro l'Alzheimer, oppure come il cioccolato amaro, grazie ai flavanoli che dilatano le arterie, può essere un valido aiuto per chi soffre di pressione alta.

I risultati della nutraceutica arrivano da diversi studi e sono stati recentemente discussi in un workshop tenutosi nel padiglione Italia di Expo 2015. A dimostrazione che la casistica di studi in materia nutrizione e medicina è molto alta e tende a dimostrare come le molecole del cibo possono influire in maniera positiva (o negativa) sul nostro stato di salute.

Insomma, **la ricerca mostra sempre più come la frase “siamo quel che mangiamo” non sia poi così lontana dalla verità** e come, questa affermazione porti con sé una riflessione su come il nutrirsi in maniera sana, prediligendo alcuni alimenti e consumando prodotti naturali, possa essere non solo un modo per restare in forma dal punto di vista estetico, ma anche per combattere alcune patologie e, quindi, prendersi cura del proprio corpo a trecentosessanta gradi.

<http://www.farmaciamanzoni.it/newsread.asp?idN=134956>

Cioccolato, curcuma, betulina: principi attivi come farmaci

Alimenti "funzionali" in cura alzheimer, ipertensione, autismo

Dall'ipertensione all'obesità, alla malattia di Alzheimer e persino all'autismo: viene osservata con sempre più attenzione l'azione di alcuni integratori e 'alimenti funzionali' di origine naturale nella cura delle malattie. La Nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero.

Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società scientifica Sinut ha organizzato un importante workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. In alcune patologie sono stati ottenuti i risultati sorprendenti. Nell'ipertensione. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico.

Il primo fra questi è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato. Nell'autismo. Si tratta probabilmente del più grave problema sanitario a livello di popolazione. Oggi nasce un autistico ogni 68 nascite, con un'incidenza quasi doppia per i nati da parto cesareo.

Fatalmente si avranno migliaia di nuovi autistici nel 2015. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in USA nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. I risultati sono stati sorprendenti. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano. In alcuni (circa il 10%), il comportamento si è quasi del tutto normalizzato. Nell'Alzheimer. gli scarsi risultati delle terapie anti-betaamiloide (l'ipotetica causa di questa malattia) ha stimolato a nuove idee.

Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterato sonno-veglia (si dorme di giorno e si cammina per la casa di notte). Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma,

componente base del curry. Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Nell'obesità. In Europa è disponibile un singolo farmaco, che agisce a livello dell'intestino con importanti effetti secondari. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del DNJ, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

Nelle patologie oculari. Il Prof. Gianluca Scuderi di Roma ha portato gli ultimi dati sull'utilizzo di nutraceutici in alcune malattie degli occhi, che includono sia la degenerazione maculare che patologie meno gravi - ma assolutamente da non trascurare - come il glaucoma. Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati sono efficacissimi nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in USA lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti. Nello sport. I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati.

La lamentela dello sportivo della domenica è spesso il "dolore muscolare" che può associarsi anche ad aumento nel sangue dell'enzima muscolare CPK. In questo caso è attiva la creatina, che consente al maratoneta domenicale di tornare al lavoro il lunedì. La creatina è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.

<http://www.farmaciamazzini.com/notizie.asp?idNotizia=135160>

Cioccolato, curcuma, betulina: principi attivi come farmaci Alimenti "funzionali" in cura alzheimer, ipertensione, autismo



Dall'ipertensione all'obesità, alla malattia di Alzheimer e persino all'autismo: viene osservata con sempre più attenzione l'azione di alcuni integratori e 'alimenti funzionali' di origine naturale nella cura delle malattie. La Nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero.

Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società scientifica Sinut ha organizzato un importante workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano. In alcune patologie sono stati ottenuti i risultati sorprendenti. Nell'ipertensione. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo fra questi è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni (vanno ricordati studi in particolare italiani) il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" nel cioccolato amaro. I flavanoli dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato. Nell'autismo. Si tratta probabilmente del più grave problema sanitario a livello di popolazione. Oggi nasce un autistico ogni 68 nascite, con un'incidenza quasi doppia per i nati da parto cesareo.

Fatalmente si avranno migliaia di nuovi autistici nel 2015. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in USA nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. I risultati sono stati sorprendenti. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano. In alcuni (circa il 10%), il comportamento si è quasi del tutto normalizzato. Nell'Alzheimer. gli scarsi risultati delle terapie anti-betaamiloide (l'ipotetica causa di questa malattia) ha stimolato a nuove idee. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterato sonno-veglia (si dorme di giorno e si cammina per la casa di notte). Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi

avanzata ed altre. Nell'obesità. In Europa è disponibile un singolo farmaco, che agisce a livello dell'intestino con importanti effetti secondari. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del DNJ, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

Nelle patologie oculari. Il Prof. Gianluca Scuderi di Roma ha portato gli ultimi dati sull'utilizzo di nutraceutici in alcune malattie degli occhi, che includono sia la degenerazione maculare che patologie meno gravi - ma assolutamente da non trascurare - come il glaucoma. Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati sono efficacissimi nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in USA lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti. Nello sport. I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati.

La lamentela dello sportivo della domenica è spesso il "dolore muscolare" che può associarsi anche ad aumento nel sangue dell'enzima muscolare CPK. In questo caso è attiva la creatina, che consente al maratoneta domenicale di tornare al lavoro il lunedì. La creatina è integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.

<http://www.liberoquotidiano.it/news/cronaca/11794690/Cioccolato--curcuma-e-betulina-.html>

Cioccolato, curcuma e betulina 'attivi' come farmaci: il segreto della salute è nel piatto

La ricerca svela le virtù segrete del cibo



Roma, 28 mag. (AdnKronos Salute) - Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della salute si cela nel piatto. Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società italiana di nutraceutica (Sinut) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

IPERTENSIONE. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad altro rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

AUTISMO. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in Usa nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano.

ALZHEIMER. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterazione sonno-veglia. Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry, dicono gli esperti, l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro.

OBESITA'. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia, hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del Dnj, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo, ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

OCCHI. Sostanze come l'astaxantina, la luteina e altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare.

SPORT. "I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati", concludono gli esperti.

<http://www.ordfarmacistips.it/sanita.asp?id=2980>

03 giugno 2015

Nutraceutica, all'Expo si parla di cioccolato e salute

Il cioccolato amaro contribuisce a contrastare l'ipertensione, la curcumina l'Alzheimer, il succo di barbabietola agevola l'attività sportiva. La nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto mostrato interessanti proprietà. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. «Cresce il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione» spiega Cesare Sirtori, il presidente della Sinut (Società italiana di nutraceutica). Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, Sinut ha organizzato ieri un workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. Nel corso del quale sono state passate in rassegna le ultime evidenze provenienti dalla ricerca. Il cioccolato amaro per esempio: da oltre 10 anni è noto come un potente rimedio contro l'ipertensione. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli", che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da un massiccio studio condotto negli Usa per quattro anni su 18mila persone. La curcumina invece sembra contrastare l'insorgenza dell'Alzheimer. Derivata dalla curcuma, componente base del curry, è stata studiata per le sue proprietà in migliaia di pubblicazioni di prestigio, che ne hanno analizzato le proprietà rispetto a tumore, arteriosclerosi avanzata e altre patologie. Nei Paesi in cui si consuma curry l'Alzheimer è raro, ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro agli scienziati. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati. La creatina, in particolare, consente al maratoneta "domenicale" di tornare al lavoro il lunedì ed è un integratore alimentare di ampio impiego con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia.

<http://www.piusanipiubelli.it/cibo-salute-cioccolato-curcuma-betulina-efficaci-come-farmaci.htm>

Cibo e salute: cioccolato e curcuma efficaci come farmaci

La nutraceutica conferma l'azione di alcuni integratori e alimenti funzionali nella cura di malattie come ipertensione, Alzheimer, autismo. I massimi esperti mondiali all'EXPO. Ecco i principi attivi naturali che agiscono come medicine.



La Nutraceutica è in continua crescita e molte delle sostanze di origine naturale testate in recenti studi hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia.

Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società scientifica **Sinut** (Società Italiana di Nutraceutica) ha organizzato un importante workshop nell'ambito del suo V Congresso Nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'EXPO di Milano.

Ecco alcuni dei sorprendenti risultati ottenuti per alcune patologie:

Nell'ipertensione. Tra i prodotti su cui si è focalizzata l'attenzione dei ricercatori c'è il cioccolato amaro, noto per la sua proprietà di abbassare la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole, flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione. Come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

Nell'autismo. Oggi nasce un autistico ogni 68 nascite, con un'incidenza quasi doppia per i nati da *parto* cesareo. Fatalmente si avranno migliaia di nuovi autistici nel 2015. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una *causa* possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in USA nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. I risultati sono stati sorprendenti. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano. In alcuni (circa il 10%), il comportamento si è quasi del tutto normalizzato.

Nell'Alzheimer. Gli scarsi risultati delle terapie anti-beta-amiloide (l'ipotetica causa di questa malattia) ha prodotto nuove ipotesi. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterato sonno. Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente *base* del curry. Dove si consuma curry l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro, anche se la curcumina ha raggiunto migliaia di pubblicazioni di prestigio che includono il cancro, l'arteriosclerosi avanzata ed altre. Il problema è che la curcumina si assorbe poco: il **prof. Giovanni Scapagnini** presenta al workshop alcuni dati che dimostrano come questo trattamento contro il *morbo* di Alzheimer sia sempre più promettente.

Nell'obesità. In Europa è disponibile un singolo farmaco, che agisce a livello dell'intestino con importanti effetti secondari. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del DNJ, tratto dalle more che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo, ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

Nelle patologie oculari. Il **Prof. Gianluca Scuderi** ha portato gli ultimi dati sull'utilizzo di nutraceutici in alcune malattie degli occhi, che includono sia la degenerazione maculare che patologie meno gravi - ma assolutamente da non trascurare - come il glaucoma. Sostanze come l'astaxantina, la luteina ed altri prodotti pigmentati sono efficacissimi nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare. Si è concluso in USA lo studio AREDS, che ha fornito conferme molto convincenti sull'utilità di questi prodotti.

Nello sport. I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati. Utile anche la creatina, come integratore alimentare di largo impiego, con indicazioni importanti anche in cardiologia e in reumatologia

<http://www.iltempo.it/adn-kronos/2015/05/28/alimenti-cioccolato-curcuma-e-betulina-nel-piatto-attivi-come-farmaci-1.1419979?localLinksEnabled=false>

Alimenti: cioccolato, curcuma e betulina, nel piatto 'attivi' come farmaci

Esperti Sinuit all'Expo, cresce il numero di molecole efficaci in diverse patologie

Roma, 28 mag. (AdnKronos Salute) - Cioccolato, curcuma e betulina: il segreto della salute si cela nel piatto. Crescono le sostanze di origine naturale testate in recenti studi, che hanno ottenuto ottimi risultati sia in Italia che all'estero. Per verificare l'efficacia di questi prodotti, proprio come si fa per i farmaci di sintesi, sono state condotte ricerche che ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie, dall'ambito cardiovascolare alla neurologia. E proprio per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni, la Società italiana di nutraceutica (Sinut) ha organizzato un workshop nel suo V Congresso nazionale, ospitato al Padiglione Italia dell'Expo di Milano. In alcune patologie, spiegano gli esperti, sono stati ottenuti i risultati sorprendenti.

IPERTENSIONE. L'attenzione dei ricercatori si focalizza su alcuni prodotti che hanno destato grande interesse nel pubblico. Il primo è il cioccolato amaro. Da oltre 10 anni è noto come un potente prodotto per la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come flavanoli, che dilatano le arterie e riducono la pressione, come dimostrato da Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

AUTISMO. L'osservazione della maggiore frequenza di autismo dopo cesareo ha suggerito che una causa possa essere un alterato microbioma nel neonato. La madre trasmette infatti parte dei propri batteri intestinali alla nascita in corso di parto naturale. Si possono sostituire quelli carenti al neonato, con vantaggio? Sono già in corso indagini soprattutto in Israele e in Usa nel tentativo di modificare la flora intestinale dei neonati a rischio di autismo. Ma la sorpresa è venuta da Harvard. Un gruppo di ricercatori ha saggiato in adulti autistici il sulforafano, un componente di numerosi vegetali nell'alimentazione umana. Quasi tutti hanno avuto un'ottima risposta comportamentale al sulforafano.

ALZHEIMER. Il caprilidene stimola il consumo di zucchero nel cervello e in numerosi casi migliora la funzione cerebrale. Sorprendente è il caso della melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori. Sembra invece efficace in un sintomo assai fastidioso dell'Alzheimer: l'alterazione sonno-veglia. Con la melatonina questo fenomeno si riduce drammaticamente e, sorprendentemente, si ha anche una migliore funzione cerebrale. Ma la molecola nutraceutica più gettonata è la curcumina. Derivata dalla curcuma, componente base del curry. Dove si consuma curry, dicono gli esperti, l'Alzheimer è raro. Ma il meccanismo è tutt'altro che chiaro.

OBESITA'. Nuove molecole come la betulina, estratta dalle betulle e proveniente dalla Russia, hanno dimostrato di migliorare la dinamica del tessuto adiposo facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Analogo è il caso del Dnj, tratto dalle more, leader attuale tra i nutraceutici nel Nord Europa, che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora, la berberina, prodotto impiegato per abbassare il colesterolo, ma con una importante attività anche nella formazione del grasso.

OCCHI. Sostanze come l'astaxantina, la luteina e altri prodotti pigmentati sono efficaci nel prevenire le complicanze della degenerazione maculare.

SPORT. "I farmaci sono vietati allo sportivo, ma i nutraceutici possono esercitare importanti effetti. Il succo di barbabietola, utilizzato ampiamente in Inghilterra per abbassare la pressione, migliora molto il flusso arterioso alle gambe e può essere un significativo fattore di miglioramento negli sforzi prolungati", concludono gli esperti.

http://sport.sky.it/sport/ritratto_della_salute/2015/05/28/nutraceutica_cacao_curcuma_betulla.html

Cacao, curcuma e betulina: ecco gli alimenti-farmaci

La nutraceutica è una disciplina che studia gli estratti vegetali che apportano benefici alla salute. Negli ultimi anni i suoi risultati sono stati confermati da numerosi studi clinici. Ecco le indicazioni degli esperti

Cioccolato e barbabietola sono alcuni dei cibi più promettenti della nutraceutica, la disciplina che studia gli estratti vegetali di piante, minerali e microorganismi che apportano interessanti benefici alla salute, al punto da essere considerati "alimenti farmaci". Il settore è in continua crescita e ha ottenuto ottimi risultati in studi clinici, che proprio come per i farmaci classici, ne hanno scientificamente dimostrato l'azione su diverse patologie che spaziano dall'ambito cardiovascolare alla neurologia.

Per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi anni la Società Italiana di Nutraceutica ha organizzato un importante workshop nell'ambito dell'EXPO di Milano.

L'attenzione dei ricercatori si focalizza soprattutto su alcuni prodotti che destano grande interesse nel pubblico. Ecco i principali:

Cacao contro la pressione alta - Il cioccolato amaro è noto come un potente prodotto per contrastare la pressione alta. Il motivo è la presenza di molecole note come "flavanoli" contenute nel cacao amaro. Queste molecole sono in grado di dilatare le arterie e riducono la pressione, come dimostrato dal prof. Howard Sesso di Harvard, coordinatore di un grande studio americano che per 4 anni ha seguito più 18.000 persone ad alto rischio vascolare di entrambi i sessi che consumavano flavanoli del cioccolato.

Succo di barbabietola - Agisce come il cacao amaro per abbassare la pressione e facilita il flusso arterioso alle gambe, favorendo un significativo miglioramento del dolore muscolare dovuto a sforzi prolungati. È molto consigliato a tutti gli sportivi, perché l'estratto di barbabietola è in grado di attivare la creatina, un amminoacido naturalmente presente nel nostro organismo che interviene per soddisfare le richieste energetiche del nostro corpo quando si attiva uno sforzo muscolare.

Sulforafano contro l'autismo - E' un componente di numerosi vegetali tipici della nostra alimentazione, che si è rivelato particolarmente utile nel migliorare i disturbi del comportamento in persone interessate dall'autismo. Un problema che interessa un bambino ogni 68 nascite, con un'incidenza quasi doppia per i nati da parto cesareo. Recenti studi hanno suggerito che una causa possa essere l'alterazione del microbioma nel neonato. La madre trasmette al neonato parte dei propri batteri intestinali in corso di parto naturale, cosa che non avviene con il parto chirurgico. Un gruppo di ricercatori di Harvard ha ottenuto promettenti risultati nel trattamento con sulforafano di adulti autistici: nel 10% dei casi, il comportamento si è quasi del tutto normalizzato.

Curcumina - Un derivato della curcuma, componente base del curry, che secondo i nuovi studi più accreditati sarebbe in grado di ridurre il rischio e alcuni sintomi di malattie neurodegenerative e cardiovascolari. Altre molecole simili, già molto conosciute, sono il caprilidene, in grado di stimolare il consumo di zucchero nel cervello e migliorare la funzione cerebrale, e la melatonina, impiegata per il jet-lag nei viaggiatori e per normalizzare le alterazioni del ciclo sonno-veglia, un sintomo assai fastidioso anche nel malato di Alzheimer.

Betulina - Si estrae dalla betulla e agisce a livello dell'intestino con interessanti effetti sui processi metabolici. Recenti studi europei hanno dimostrato che questa nuova molecola può migliorare la dinamica del tessuto

adiposo, facendo perdere peso, ma senza gli effetti stimolanti cerebrali dei classici dimagranti. Un valido aiuto naturale per tutte le persone affette da obesità e con gravi problemi di peso. Analogo è il caso del DNJ, tratto dalle more che invece agisce alterando l'assorbimento degli zuccheri e soprattutto la risposta a questi ultimi da parte dell'insulina, che porta ad aumento di peso. Ancora la berberina prodotto impiegato per abbassare il colesterolo ma che ha una importante attività anche nella formazione del grasso.



Alto Adige del 03/06/15 pag. 16

... più interessanti di un settore in grande espansione" spiega il presidente Sinut (Società italiana di nutraceutica) Cesare **Sirtori** e la società scientifica per fare il punto sui traguardi raggiunti dalla nutraceutica negli ultimi ...



Gazzetta del Sud

del

31/05/15 pag. 45

... il numero di molecole che si rivelano efficaci in diverse patologie: prevediamo sviluppi sempre più interessanti di un settore in grande espansione» spiega il presidente **Sinut** (Società italiana di nutraceutica) Cesare Sirtori