



Eleuterococco

Titolato allo 0,8% in eleuterosidi

Il Ginseng siberiano per contrastare lo stress

	1 unità	3 + 1 gratuita
500 mg / 60 capsule	19,00 €	57,00 €

INDICAZIONI PRINCIPALI:

Energia (fatica), Equilibrio emozionale

Utilizzato da più di mille anni, l' **eleuterococco** (*Eleutherococcus senticosus* (Rupr. et Maxim.) Maxim.) è un potente **adattogeno** che aiuta l'organismo a contrastare lo stress.

Conosciuto anche come **ginseng siberiano**, è un rimedio naturale molto efficace per combattere i sintomi dell'astenia (debolezza e affaticamento). L'attività **adattogena** di questa pianta deriva dagli eleuterosidi contenuti nelle sue radici: si tratta di composti bioattivi con proprietà antiossidanti, antifatica, antistress e immunomodulanti.

Il nostro estratto di eleuterococco è titolato allo 0,8% in eleuterosidi, che ne garantiscono la massima qualità.

Indicazioni sulla salute ammesse dalle seguenti organizzazioni:



L'**Agenzia Europea per i Medicinali** approva l'uso tradizionale della radice di eleuterococco per il trattamento dei sintomi di astenia (debolezza e affaticamento).

Composizione

COMPOSIZIONE:

Per 2 capsule: 1000 mg di estratto secco di radice di eleuterococco (*Eleutherococcus senticosus* (Rupr. et Maxim.) Maxim.) titolato allo 0,8% in eleuterosidi (ossia 8 mg).

ALTRI INGREDIENTI:

Antiagglomerante (E470b): stearato di magnesio, capsula vegetale: idrossipropilmetilcellulosa.

ALLERGENI:

Questo prodotto non contiene allergeni (secondo il Regolamento (UE) N. 1169/2011) né organismo geneticamente modificati.

PRODUZIONE E GARANZIA DI QUALITÀ:

Questo integratore alimentare è prodotto in laboratorio conformemente alle norme BPF. Le BPF sono le Buone Pratiche di Fabbricazione in vigore nell'Industria Farmaceutica Europea (in inglese GMP: Good Manufacturing Practice). La concentrazione di principio attivo è garantita da costanti analisi, consultabili on-line.

Utilizzo

CONSIGLI PER L'USO:

2 capsule al giorno da prendere in due dosi separate con mezzo bicchiere di acqua, durante i pasti.

PRECAUZIONI DI IMPIEGO:

Sconsigliato alle donne incinte o in allattamento. Non superare la dose giornaliera raccomandata.

AVVERTENZA:

Non sostituisce una dieta variata ed equilibrata ed uno stile di vita sano. Se si sta seguendo una terapia farmacologica, consultare il proprio terapeuta. Riservato agli adulti. Tenere fuori dalla portata dei bambini al di sotto dei tre anni di età.

ISTRUZIONI DI CONSERVAZIONE:

Conservare in luogo fresco, asciutto e al riparo dalla luce.

Informazioni dettagliate

Eleuterococco: Origine e descrizione

L'eleuterococco, o ginseng siberiano (*Eleutherococcus senticosus* (Rupr. et Maxim.) Maxim., famiglia delle Araliaceae), è un arbusto originario della Corea, della Cina del Nord, del Giappone e della Siberia. Può raggiungere i tre metri di altezza e le sue radici sono lunghe, flessibili e legnose (1). I suoi fiori sono di colore giallo chiaro (fiori femminili) e violaceo (fiori maschili) (2). Eleuterococco: Storia

L'eleuterococco viene utilizzato in Cina da più di 2000 anni in caso d'infezioni, per combattere la stanchezza e rafforzare il sistema immunitario (3). Le proprietà rinvigorenti della sua radice ne fanno una pianta molto apprezzata dalle popolazioni della Siberia e della Cina del Nord (4).

Considerate le proprietà che migliorano il rendimento e lo stato generale di salute in condizioni di stress, nel corso degli anni 1950 alcuni scienziati russi hanno proposto l'eleuterococco come alternativa al ginseng coreano (1). Perfino gli astronauti sovietici ricorrevano alla radice per aumentare la propria forza e resistenza, nonché per contrastare gli effetti dell'assenza di gravità (4). Eleuterococco: Composizione

Tra i principi attivi, la radice di eleuterococco è particolarmente ricca di eleuterosidi (eleuteroside B, eleuteroside E...) e contiene fenilpropanoidi, saponine triterpeniche, steroli, polisaccaridi, flavonoidi e glucani (1, 5-6). Eleuterococco: Il nostro estratto

Nome dell'estratto: Estratto secco di eleuterococco titolato allo 0,8% in eleuterosidi

Nome scientifico: *Eleutherococcus senticosus* (Rupr. et Maxim.) Maxim.

Parte utilizzata: Radice Eleuterococco: Benefici

La radice di eleuterococco è utilizzata come adattogeno per diminuire gli effetti dello stress e migliorare il rendimento psicofisico (1, 5). Eleuterococco: Posologia

Una dose del nostro estratto equivale a 4 grammi di radice di eleuterococco. Eleuterococco: Studi

L'Agenzia Europea per i Medicinali approva l'uso tradizionale della radice di eleuterococco per combattere dei

sintomi di astenia (debolezza e affaticamento) (7).

Gli adattogeni aiutano l'organismo a combattere lo stress e a ritrovare il corretto equilibrio. L'eleuterococco appartiene alle cosiddette piante adattogene e si è ipotizzato che abbia la capacità di modificare la risposta fisiologica nei confronti dello stress, aumentando la resistenza dell'organismo (1). Numerosi studi ne hanno avvalorato le proprietà antistress (sia fisico sia mentale) (8-9) e ne hanno dimostrato l'efficacia nell'alleviare i sintomi del burnout o dell'esaurimento professionale (10).

Per quanto riguarda l'effetto antifatica, la radice di eleuterococco aiuta a prolungare l'attività fisica e **migliorare il recupero sia dopo l'allenamento**, favorendo l'apporto di ossigeno ai muscoli (6, 11), sia durante, diminuendo la glicogenolisi e la produzione di acido lattico e piruvico (6) e contribuendo quindi a combattere l'affaticamento.

Eleuterococco: Bibliografia

1. Bone and Mills (2013). Principles and practice of Phytotherapy. Second Edition, Elsevier.
2. Berdonces (2009) Gran diccionario ilustrado de las Plantas Medicinales descripción y aplicaciones. Oceano Ambar.
3. Goulet and Dionne (2005) Assessment of the effects of *Eleutherococcus senticosus* on endurance performance. Int J Sport Nutr Exerc Metab 15: 75-83.
4. Cebrián (2012) Diccionario de plantas medicinales. RBA libros.
5. Wichtl and Anton (2003) Plantes thérapeutiques. Tradition, pratique officinale, science et thérapeutique. 2^e édition. Editions Tec & Doc.
6. Castillo-García and Martínez-Solís (2011). Manual de Fitoterapia. Elsevier.
7. EMA/HMPC/680618/2013 Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC) Community herbal monograph on *Eleutherococcus senticosus* (Rupr. et Maxim.) Maxim., radix.
8. Yan-Lin et al. (2011) *Eleutherococcus senticosus* as a crude medicine: Review of biological and pharmacological effects. J Med Plants Res 5(25): 5946-5952.
9. Vanaclocha and Cañigueral (2003) Fitoterapia. Vademécum de prescripción. 4^a Edición. Elsevier España.
10. Jacquet et al. (2015) Burnout: evaluation of the efficacy and tolerability of TARGET 1® for professional fatigue syndrome (burnout). J Int Med Res 43(1):54-66.