



LE MALATTIE DELLE VIE RESPIRATORIE SONO PROVOCATE DA FATTORI SPECIFICI.

Proteggersi dal freddo

LO STRESS QUOTIDIANO METTE A DURA PROVA IL NOSTRO SISTEMA IMMUNITARIO. COME CONTRASTARE EFFICACEMENTE L'ASSALTO DI RAFFREDDORI E INFLUENZA, MALANNI TIPICI DEI MESI FREDDI.



La vita quotidiana, specie in questo periodo dell'anno, richiede spesso di affrontare una gran quantità di impegni, sia lavorativi sia familiari. È facile sentirsi, a un certo momento, privi di energie. Questa situazione di affaticamento molto spesso "apre la strada" all'assalto da parte dei malanni di stagione. Inoltre, con l'avvicinarsi dell'inverno, l'organismo si trova ad affrontare, spesso improvvisamente, un calo di temperatura che indebolisce le naturali capacità di difesa. Il nostro sistema immunitario viene quindi messo a dura prova.

Va detto che si tratta di disturbi alquanto comuni: secondo alcune analisi, il 30-40% degli italiani si ammala almeno una volta all'anno a causa di influenza o di infezioni alle vie respiratorie. Occorre, però, distinguere tra influenza e sin-

dromi respiratorie acute (come tosse e raffreddore). La vera e propria influenza è causata da diversi ceppi di virus. Il periodo in cui si manifesta è solitamente tra dicembre e marzo. Si distingue per la presenza di tre sintomi tipici: febbre alta, almeno un disturbo respiratorio (ad esempio mal di gola), tosse o aumentata secrezione nasale, dolori articolari, muscolari o mal di testa. Le infezioni virali delle vie respiratorie, diverse dall'influenza, non presentano mai questi tre sintomi tutti insieme e presentano un livello di gravità inferiore.

Attenzione agli sbalzi di temperatura

È importante rivolgersi al proprio medico curante per avere indicazioni corrette sulle misure da prendere sia come prevenzione sia come cura. Va ricordato, inoltre, che gli antibiotici sono farmaci che agiscono contro i batteri, ma non hanno effetto sulle sindromi influenzali. I virus influenzali sono in grado di modificare frequentemente le proprie caratteristiche genetiche, per non farsi riconoscere dal sistema immunitario dell'organismo. Per questa ragione, a ogni epidemia stagionale, anche chi aveva già contratto l'influenza (o aveva effettuato la vaccinazione l'anno prima) non è protetto dai nuovi ceppi di virus circolanti nella stagione successiva.

Ci sono alcune precauzioni che aiutano a tenere alla larga raffreddori e altri fastidi diffusi. Evitare, in primo luogo, i colpi di aria fredda e gli sbalzi eccessivi di temperatura; coprire la gola con sciarpe e maglioni a collo alto; non restare con le scarpe bagnate. Ancora, cercare di non affaticarsi troppo per permettere all'organismo di reagire efficacemente. Mantenere un'adeguata umidità negli ambienti dove si soggiorna, specie in camera da letto: rifornire d'acqua le vaschette dei caloriferi (o usare gli umidificatori elettrici). Da ultimo, dire addio alle sigarette (e ricordare che il semplice soggiornare in ambienti pieni di fumo risulta dannoso).

Attività fisica per combattere lo stress

Un altro sistema per restare in salute, o almeno ridurre l'impatto dell'assalto dei virus sta-

gionali, consiste nel potenziare il sistema immunitario. Questo complesso sistema di difesa dell'organismo umano reagisce agli attacchi esterni attivando

una serie di strategie per combattere le potenziali aggressioni. Esso va però tutelato e reso in grado di reagire con efficacia. Uno stile di vita sano è molto importante per prevenire gli indebolimenti.

Per questo, si consiglia di dormire un giusto numero di ore e praticare attività fisica, che rinforza l'organismo e

combatte lo stress (una delle maggiori insidie per il sistema immunitario).

Nella dieta, prevedere molta frutta e verdura, alimenti ricchi di elementi salutari. È utile, infine, aiutare le naturali difese con integratori in grado di combattere i radicali liberi e ottimizzare le funzioni antiossidanti del nostro corpo. ■

PULIZIA DELLE MANI PER LA SALUTE

Lavare spesso le mani è una precauzione fondamentale per evitare l'assalto di batteri e virus stagionali. Va ricordato che tastiere e mouse del computer sono spesso poco puliti. Anche perché, secondo una ricerca americana, molti lavoratori ammettono di non pulire quasi mai il proprio mouse. Anche dispenser di saponi nei bagni di locali e palestre, carrelli della spesa e cellulari sono ricettacoli di microrganismi.

La Papaya fermentata? Non scegliamola a caso.

Un alleato prezioso contro lo stress ossidativo per il benessere e la performance psico-fisica.

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA



Intervista al **Prof. Luc Montagnier**

Abbiamo chiesto al **Premio Nobel per la medicina 2008 e immunologo** di parlarci dei complementi alimentari funzionali a base di Papaya fermentata.

Professore come possiamo scegliere un integratore a base di Papaya fermentata davvero efficace?

Innanzitutto vorrei sottolineare che i preparati a base di Papaya non sono tutti uguali. Conosciamo le proprietà di questo frutto, ma non tutti sanno che c'è solo un processo di bio-fermentazione la cui durata unica ne garantisce l'efficacia antiossidante e immunomodulante. Immun'Age® è l'unico sul mercato a vantare oltre 27 studi clinici internazionali, effettuati anche su pazienti diabetici, che ne validano l'efficacia, oltre a riconoscimenti e pubblicazioni su autorevoli riviste mediche.

Quali sono le condizioni che rendono unico Immun'Age®?

Immun'Age® è l'unico prodotto al mondo ottenuto da un processo tecnologicamente avanzato e brevettato di bio-fermentazione della durata di 10 mesi della Carica Papaya colta ancora acerba: il frutto ancora verde è così in grado di generare FPP® (Fermented Papaya Preparation), un pool di sostanze naturali prive di zuccheri e maltodestrine, con le più elevate proprietà antiossidanti ed immunomodulanti, non riscontrabili in altri prodotti a base di Papaya fermentata.

In quali casi lei consiglia l'assunzione di Immun'Age®?

Immun'Age® è efficace per migliorare lo stato di benessere psico-fisico, per rafforzare il sistema immunitario e contrastare l'invecchiamento cellulare. È importante combattere lo stress, non solo quello psichico, ma anche quello che ossida le cellule e che si può contrastare con gli integratori. Immun'Age®, infatti, contribuisce ad eliminare i radicali liberi in eccesso, proteggendo le cellule dal precoce invecchiamento tipico dei disturbi dell'età senile*. Inoltre, aiuta il sistema immunitario ad essere più efficiente, condizione molto importante durante la stagione invernale.

* Barbagallo M. et al. G Gerontol (2013); 61:199-204

Quindi prima si comincia meglio è?

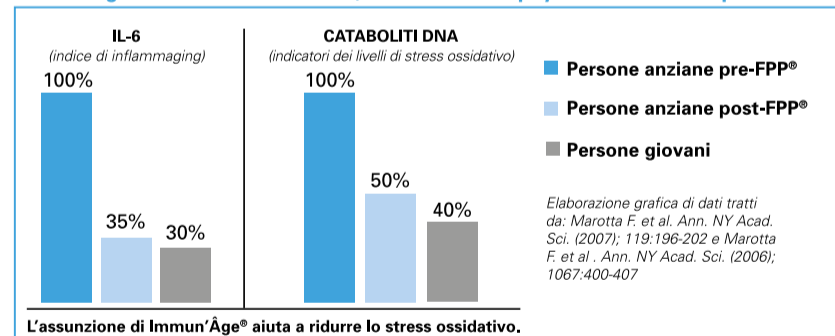
È consigliabile iniziare a contrastare lo stress ossidativo intorno ai 35 anni, per aiutare mente e corpo a restare efficienti più a lungo.

Per concludere, possiamo dire che la

Papaya fermentata è un valido aiuto per la nostra salute?

Possiamo certamente affermarlo a patto di non assumere una Papaya generica, ma di scegliere Immun'Age® - FPP®, come consigliato da migliaia di medici in tutto il mondo.

Immun'Age®: l'unico a base di FPP®, 100% Carica Papaya bio-fermentata per 10 mesi.



Immun'Age® Starter

Prova subito la vera Carica Papaya bio-fermentata 10 mesi

- Sostiene le naturali difese dell'organismo
- Contrasta lo stress ossidativo



€ 30,90
€ 24,90

NON FIDARTI DELLE IMITAZIONI. SCEGLI L'ORIGINALE.

SUGAR FREE

Per maggiori informazioni e per ricevere un campione di prodotto

Numero Verde 800-203678 Da Lunedì a Venerdì ore 14.00 - 17.00 consumer@named.it



named.it
immunage.it



NAMED
NATURAL MEDICINE