

DALLA RICERCA ABOCA

IL PRIMO DISPOSITIVO MEDICO AD AZIONE FISIOLÓGICA PER LA TERAPIA ORALE DELLA STITICHEZZA

SOLLIEVO

FisioLax

Da oggi non dovrai più scegliere
tra indicazione terapeutica e naturalità.



100%
FORMULA
NATURALE
BIODEGRADABILE

senza
glutine
gluten
free

Disponibile nei formati:
27, 45 e 90 compresse e
sciroppo 180g

Per **adulti e ragazzi**
dai 12 anni di età

Sollievo FisioLax è la migliore risposta
al **trattamento della stitichezza**
perché unisce l'indicazione terapeutica
del farmaco alla naturalità dell'integratore
con un ottimale profilo benefico/rischio.

Un prodotto **innovativo** che porta
con sé la forza di un marchio storico.
Ad un anno dal lancio, Sollievo FisioLax
è leader nel mercato dei lassativi
da contatto, con 1,5 miliardi
di dosi vendute in 20 anni.

Un sollievo contro la stitichezza.

IL PIANO MARKETING



MATERIALI DI VISIBILITÀ
E FORMAZIONE PROFESSIONALE
PER IL PUNTO VENDITA



INFORMAZIONE MEDICA
SU MMG E GASTROENTEROLOGI



ATTIVITÀ
DI COMUNICAZIONE
DIGITAL

È UN DISPOSITIVO MEDICO  0477

CONTATTA L'AGENTE DI ZONA O L'UFFICIO COMMERCIALE
E SCOPRI TUTTI I DETTAGLI (FRONTOFFICE@ABOCA.IT - 0575 746316)

Certified Aboca è una **Società Benefit**
ed è certificata **B Corp**
www.aboca.com/bene-comune



Aboca S.p.A. Società Agricola
Sansepolcro (AR)

MATERIALE AD ESCLUSIVO USO PROFESSIONALE

LA GRANDE **BETULLA**



Se ne possono utilizzare la linfa, le gemme, le foglie, la corteccia e perfino il catrame, oltre ad un fungo presente nella sua corteccia: il Chaga. Ascoltiamo cosa ha da raccontarci la Betulla, in una delle nostre interviste impossibili, per scoprirne le proprietà e gli usi terapeutici.



di **Giulia Sanino**, farmacista

Ci racconti un po' di lei. Si diceva che della betulla non si butta via niente. Partirei parlando dalla linfa...

È la scelta giusta, per ordini più motivi. Il primo è perché questo è il periodo giusto per la sua raccolta. Si aspetta l'inizio della primavera, quando ancora non ho emesso le foglioline verdi, ma potete ancora vedermi brillare bianca e luminosa nei boschi ancora spruzzati di neve.

Appena arriva una notte di luna piena è il momento di venirmi a trovare ed io vi saprò regala-

re questo elisir di giovinezza e depurazione.

Non è un caso che la raccolta della mia linfa arrivi proprio in questo periodo, quando l'organismo ha un forte bisogno di ripulirsi: dalle tossine accumulate nell'inverno o dalle terapie farmacologiche che hanno appesantito il rene. Una bella ripulita ed una spinta al sistema linfatico, di cui vi parlerò perché, troppo spesso, gli si riserva un posto di secondo piano quando invece senza di lui non saremmo in grado di sopravvivere.

Lei è da sempre considerata una pianta elegante, simbolo della purificazione. Prima di addentrarci nel suo mondo e spiegarci le sue proprietà, ci racconta qualche aneddoto legato alla tradizione popolare?

Le lascio volentieri un'immagine che potrà ricordare ogni volta che passerà nei boschi. Immagini il corpo di una donna incinta, dalla pelle candida come il latte, dalle linee sinuose ed eleganti, forti e pronta per accogliere una nuova vita, lasciandosi alle spalle tutte le difficoltà del passato e affrontando con coraggio le novità che la aspettano in una nuova vita.

Quando mi guardate, vedete esili forme slanciate. Da piccola guardavo me e le mie sorelle e mi sembrava di vederci come tante "giraffe zebbrate", dal collo lungo lungo, in cerca di luce, di sole, di vita. Vi svelerò un segreto, le strisce scure che vedete sulla mia corteccia conservano un prezioso simbolismo, che già nel passato i Druidi dei popoli Celti conoscevano: quelle strisce scure rappresentano la parte oscura, dalle tinte fosche, ovvero il passato da lasciarsi alle spalle; mentre il bianco lucente della mia corteccia, sottile come una "sfoglia" delicata, è il futuro verso cui aprirsi lasciando fluire il nuovo! Dai Celti sono sempre stata considerata l'albero degli inizi, ogni famiglia costruiva le culle dei neonati con il mio legno.

La tradizione popolare britannica raffigurava il pettirosso, lo spirito dell'anno nuovo in una Verga di betulla, intento a cercare di scacciare lo spirito dell'anno vecchio che si nasconde nei cespugli di edera.

In inverno i rami acquisiscono un colore violaceo a causa di una cera che li ricopre donandogli una gran resistenza al freddo ed al maltempo. Questo cosa ci insegna? Ci insegna a proteggerci, a non sprecare la propria energia verso l'esterno, ma indirizzarla verso il proprio benessere.

Ehm... interessante. Betulla, pianta della vita e della rinascita dunque, un'infinità di oposti si nasconde nel suo dolce ed elegante legno. Ora che mi parla dei Celti, i druidi formularono uno speciale alfabeto che è molto diverso dal nostro. Gli Ogham, le loro "lettere", esprimevano un insieme di concetti e principi molto vasto.

Benissimo, vedo che ha una buona memoria,

*Dal libro Runemal"
dedicato alla Betulla*

*"Guarda la dolce curva del ventre di una donna
Quando trepida attende il primogenito.
Ascolta il canto della Primavera
Che scioglie il ghiaccio del ruscello.
Contempla il presagio di nuove imprese.
Avvolto nel sudario del guerriero."*

le aggiungo ancora una piccola curiosità. Il mio nome, Beth, "Betulla", è la prima lettera dell'alfabeto ogamico. In tutta Europa si usavano verghe di betulla per segnare i confini e per fustigare i delinquenti. Per le popolazioni siberiane, sono considerata l'albero sacro per eccellenza, per loro rivestito le funzioni dell'Axis Mundi ("asse del mondo").

Lei cara Betulla, albero sacro e mistico, stimola dunque il desiderio di cambiamento, il passaggio dal buio alla luce. Torniamo al suo "concentrato", la linfa, cosa contiene e che proprietà ha?

La mia linfa contiene moltissimi oligoelementi, minerali, vitamina C, quercetina, BETULINA, acido clorogenico, acido glutammico, flavonoidi, tannini, saponine triterpeniche e mucillaggini. In particolare, la linfa fresca contiene una quindicina di oligoelementi (0,5 g/l): i più abbondanti oltre al potassio risultano essere calcio, magnesio e manganese. Sono presenti inoltre cromo e selenio che hanno spiccate proprietà antiradicaliche! Per l'alto contenuto di minerali e oligoelementi la linfa è anche chiamata sangue di betulla!

Un flacone di linfa di betulla da 100ml contiene:

Energia: 3 Kcal

Carboidrati: 1 gr

Zuccheri: 1 gr

Calcio: 7 mg

Magnesio: 133mg

Zinco: 0,1 mg

Manganese: 1mg

Osservi attentamente questa tabella, pensi che un bicchiere da 100 ml di linfa riesce ad apportare 1 mg di manganese!



Incredibile! Se non sbaglio la dose giornaliera raccomandata di manganese è di 1,8 mg per le donne e di 2,3 mg per gli uomini, giusto? Quindi con un bicchiere e mezzo di linfa si copre il fabbisogno giornaliero di manganese!

Proprio così, ci tengo a ricordare le importantissime funzioni del manganese per quanto riguarda la rimineralizzazione ossea! Il manganese (Mn) è un oligoelemento presente nei tessuti del corpo, in particolare nelle ossa. Il minerale ha un ruolo coadiuvante nei processi di formazione della cartilagine ossea e del collagene.

Dunque, abbiamo iniziato con un'analisi della linfa non classica, in quanto tutti pensano al suo ruolo nella depurazione, invece noi siamo partiti da una funzione quasi sconosciuta, ma importantissima per le donne in menopausa, più soggette ad una demineralizzazione dovuta alla carenza di estrogeni.

Confermo e le spiego anche perché ho volutamente deciso di raccontarle questo ruolo importante in menopausa, io sono una pianta molto legata al concetto di Madre terra, la componente femminile, già a partire dalle linee sinuose del mio fusto e dei miei rami, è molto evidente, sono una pianta molto amica delle donne, pensi che riesco a dare sollievo alla tensione mammaria che si verifica nelle donne, soprattutto durante la sindrome premestruale, grazie alla Betulina che conferisce una preziosa attività antinfiammatoria, analgesica antidolorifica, infatti contengo salicilati, da cui traggio questa azione antinfiammatoria ma chi è allergico all'acido acetilsalicilico deve starmi lontano!

Pianta amica delle donne...è utile anche nei confronti della cellulite e ritenzione idrica?

Ma certo! Gli ossidi sesquiterpenici, principali costituenti del mio olio essenziale, ricavato dalle gemme, sono i responsabili dell'odore caratteristico e dell'azione diuretica, che è supportata anche dalle saponine, contenute nella corteccia, le quali hanno anche azione antiemigena e antiinfiammatoria, oltre che espettorante. La linfa di betulla, riesce ad andare a stimolare il sistema linfatico, che ha tre funzioni che vi voglio

descrivere nel dettaglio e che non sempre tutti conoscono: la prima è un'azione di trasporto dei grassi: il sistema linfatico è adibito ad assorbire i grassi dell'intestino e trasportarli all'organismo perché vengano forniti alle cellule e vengano bruciati per fornire energia.

La seconda è il drenaggio dei liquidi, tra una cellula e un'altra vi sono infatti degli spazi detti interstiziali, spazi dove viene raccolto il liquido interstiziale che fuoriesce dalle arteriole del sistema cardiocircolatorio. Questo liquido è formato dalla parte liquida del sangue, ovvero dal plasma, esso una volta riassorbito va a formare la linfa, se non funzionasse bene questo sistema di drenaggio che scorre nei vasi linfatici, ci sarebbe inevitabilmente un accumulo di liquidi alla periferia con gonfiore e ristagni.

La terza funzione, non meno importante è quella del controllo immunologico, infatti tutto ciò che è raccolto nella linfa viene "analizzato" nelle centraline che sono i linfonodi. In queste stazioni di polizia, vengono riconosciute le sostanze nocive, siano esse patogeni o tossine, e vengono richiamati all'appello i macrofagi, i quali una volta fagocitate queste sostanze, si "appiccicano" sulla loro schiena un pezzetto proteico di quel virus, batterio, fungo o cellula cancerosa, quasi come un distintivo di "merito", in quello che è chiamato processo di presentazione dell'antigene. La medaglietta è l'antigene e a chi lo presentano? Ai linfociti T, la cui sintesi aumenta proprio per essere in grado di far fronte al pericolo imminente e neutralizzarlo quanto prima.

Grazie di questo interessantissimo approfondimento, molto spesso diamo per scontato ciò che invece è un meccanismo dai marchingegni perfetti. Sto riflettendo su quanto a volte le connessioni tra il regno vegetale e animale non siano affatto casuali! La linfa di betulla, che si raccoglie in questo periodo, all'inizio della primavera, e che è una fonte incredibile di nutrimento per la pianta, affinché possa prepararsi ad accogliere e far crescere gemme, foglie e frutti, se assunta dall'uomo, riesce a dare una bella "spinta" al sistema linfatico, aiutando l'organismo a liberarsi dalle tossine e batteri accumulati nell'in-

BIOTON®

ENERGIA NATURALE

#perunavitabuona



Bioton è una linea di integratori pensati per chi ama vivere ogni momento con **vitalità e passione**.
Creati con **ingredienti naturali** ad **azione adattogena** per uomini e donne che cercano
il benessere attraverso l'**equilibrio** della propria **energia fisica e mentale**.

SELLA


QUALITÀ FARMACEUTICA


PRODOTTO IN ITALIA

ALTA
CONCENTRAZIONE

FORMULE
UNICHE
con adattogeno

verno, per prepararsi al meglio ad affrontare il nuovo anno e le stagioni che arriveranno.

Ha colto nel segno. Mi collego alla sua riflessione per darle un ulteriore spunto: al contrario del sistema vascolare, dove serve una pompa, il cuore, per sostenere il flusso del sangue attraverso la circolazione arteriosa e venosa, nel caso della linfa non esiste un meccanismo "centralizzato" di pompaggio.

Ha ragione, e quindi come fa la linfa a risalire dalla periferia verso l'alto?

Glielo spiego subito: i canali linfatici sono sapientemente strutturati a segmenti, ciascuno dei quali presenta un sistema di valvole a nido di rondine. Questo intelligentissimo sistema di valvole riceve la spinta dai muscoli, i quali riescono a far chiudere le valvole quando la linfa tende a scendere verso il basso, sotto la spinta della forza di gravità. Per quanto riguarda invece la "risalita" della linfa dalla periferia verso il cuore, viene sfruttata la pompa muscolare, le valvole si aprono e i muscoli, contraendosi, vanno a comprimere i vasi linfatici spingendo i fluidi verso l'alto! Una volta convogliata in canali più grandi, nel dotto linfatico destro e nel dotto toracico, la linfa viene ritrasportata in circolo attraverso la vena succlavia e vena giugulare, ritornando poi nel sangue. Ora capirà quanto sia importante mantenere un buon tono muscolare, perché sono proprio loro, i muscoli, a fungere da "motore decentralizzato"!

La linfa di betulla contiene vitamina C?

Sì la linfa fresca di betulla è una fonte ricchissima di vitamina C. Le alte concentrazioni di vitamina C presenti proteggono l'epidermide dal foto-danneggiamento provocato dall'esposizione ai raggi UV, inoltre stimolano la produzione di enzimi coinvolti nella formazione del collagene. Se mi ha seguito bene, l'effetto di ringiovanimento della pelle e l'aumento della sua luminosità è dovuto a diversi effetti e meccanismi: la rimozione di tossine, il potenziamento della diuresi, la presenza di polifenoli antiossidanti e di vitamina C che riducono i radicali liberi, responsabili dell'invecchiamento cutaneo e stimolano la produzione di collagene.

Bene, mi riesce a illustrare qualche funzione della betulina (linfa e corteccia) e dell'acido betulinico contenuto nelle gemme e nelle foglie della betulla?

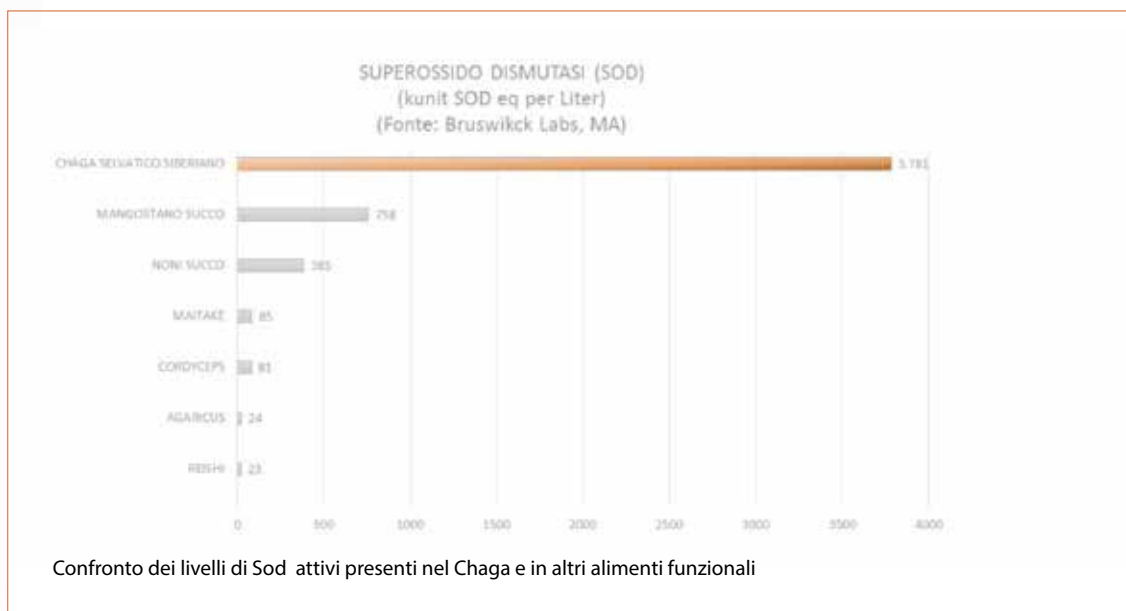
Lo farò partendo da uno studio interessantissimo del 2017, (Agnes Schwieger-Briel), condotto su pazienti affetti da epidermolisi bollosa, che comprende un gruppo eterogeneo di malattie cutanee ereditarie caratterizzate da fragilità cutanea e ferite ricorrenti. L'applicazione di un oleogel contenente un estratto triterpenico ricco di betulina dalla corteccia ha ottenuto una più rapida riepitellizzazione delle ferite nei pazienti quando trattati con Oleogel-S10. L'oleogel-S10 è un gel semisolido, contenente il 10% di estratto secco di triterpene da *Betulae cortex* (corteccia di betulla) e olio di girasole raffinato senza bisogno di ulteriori eccipienti. È stato dimostrato che i triterpeni migliorano il recupero della barriera epidermica e stimolano la guarigione delle ferite.

Inoltre, studi in vitro e in vivo suggeriscono che la betulina ha proprietà antitumorali e induce l'apoptosi in diverse cellule tumorali, comprese le cellule di carcinoma a cellule squamose umane. La betulina si lega ai recettori del GABA ed esercita un'azione anticonvulsivante.

A proposito dell'acido betulinico, ha dimostrato una citotossicità selettiva contro una varietà di linee cellulari tumorali paragonabili ad alcuni farmaci clinicamente utilizzati, inoltre il suo profilo tossicologico presenta una tossicità bassa, in studi clinici su topi il profilo di sicurezza arrivava fino a 500 mg/kg di peso corporeo.

In un programma di screening sponsorizzato dal National Cancer Institute U.S.A., alcuni ricercatori dell'Università dell'Illinois coordinati dall'Italo-americano Prof. Pezzuto, hanno attribuito all'acido betulinico una citotossicità selettiva contro cellule di melanoma umano. E' facilmente ottenibile dalla betulina, che è il componente principale della corteccia di molte piante del genere *Betula*, ove in alcuni casi si trova anche in concentrazione superiore al 35%.

L'acido betulinico lega il recettore dei cannabinoidi CB2, incaricato di prevenire i danni infiammatori. La sua attivazione può migliorare malattie infiammatorie croniche come: obesità,



neurodegenerazione e disordini autoimmuni. L'acido betulinico possiede inoltre attività antiossidante e, cosa molto interessante, presenta un profilo di tossicità molto basso.

Grazie davvero. Un'ultima domanda, passiamo ad un fungo che vive sulla sua corteccia, si chiama Chaga e sembra avere proprietà veramente interessanti.

Mi parli un po' di lui.

Chaga è il nome comune, lui si chiama *Inonotus obliquus*, il nome deriva dalla sua forma, appunto obliqua. Questo fungo contiene un mix di betulina, acido betulinico e inotodolo.

Quando si tratta di potenti super alimenti antiossidanti, il fungo chaga ha pochi eguali: esso contiene elevate quantità di SOD (superossido dismutasi). SOD neutralizza efficacemente i danni causati dai radicali liberi, protegge contro le malattie e rallenta il processo di invecchiamento. Chaga può avere fino a 50 volte più enzimi SOD di succhi di frutta, verdure a foglia verde, funghi e alghe. L'incredibile capacità di Chaga per combattere lo stress ossidativo lo rende un potente alleato nella lotta contro l'invecchiamento, le malattie cardiache e degenerative.

In uno studio del 2004 è stata valutata la capacità dell'estratto acquoso di Chaga per il suo potenziale di protezione contro il danno ossidativo al Dna nei linfociti umani. Le cellule pretrattate con l'estratto di Chaga hanno mostrato una riduzione di oltre il 40% della frammentazione del Dna rispetto al controllo, per cui da questo

recentissimo studio si può concludere che il trattamento con il fungo Chaga offre protezione cellulare contro il danno endogeno del Dna, indotto sperimentalmente.

Un ultimo studio molto importante è ancora più recente e risale al 2018, in questo studio i ricercatori hanno valutato e messo a confronto la citotossicità del fungo contro le cellule di adenocarcinoma polmonare umano e le cellule epiteliali bronchiali umane, i risultati hanno evidenziato un'attività citotossica dell'estratto acquoso di Chaga dopo 48 ore e 72 ore sulle cellule derivate dal cancro rispetto a quelle normali. In uno studio del 2021 (Yanpeng Lu et al), si riassumono gli effetti e le attività antitumorali, antiossidanti, antivirali, ipoglicemizzanti e ipolipemizzanti di Chaga, attribuendo queste azioni al polisaccaride *Inonotus obliquus polysaccharide*.

La ringrazio molto cara signora betulla, come omaggio le dedico una poesia di Alda Merini, intitolata : "Tu non sai"

"Tu non sai : ci sono betulle che di notte levano le loro radici,

e tu non crederesti mai che di notte gli alberi camminano o diventano sogni.

Pensa che in un albero c'è un violino d'amore.

Pensa che un albero canta e ride.

Pensa che un albero sta in un crepaccio e poi diventa vita.

Te l'ho già detto: i poeti non si redimono, vanno lasciati volare tra gli alberi come usignoli pronti a morire".