



RESTARE GIOVANI ED IN FORMA?

**Occorre combattere i radicali liberi per
prevenire l'invecchiamento**

F.I.D.A.P.A BPW ITALY

Federazione Italiana Donne Arti Professioni Affari

International Federation of Business and Professional Women

Sezione di Verona Centro

Anno di fondazione 1955

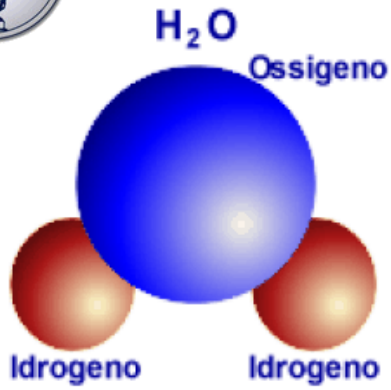


Scienza, Natura, Trentino.



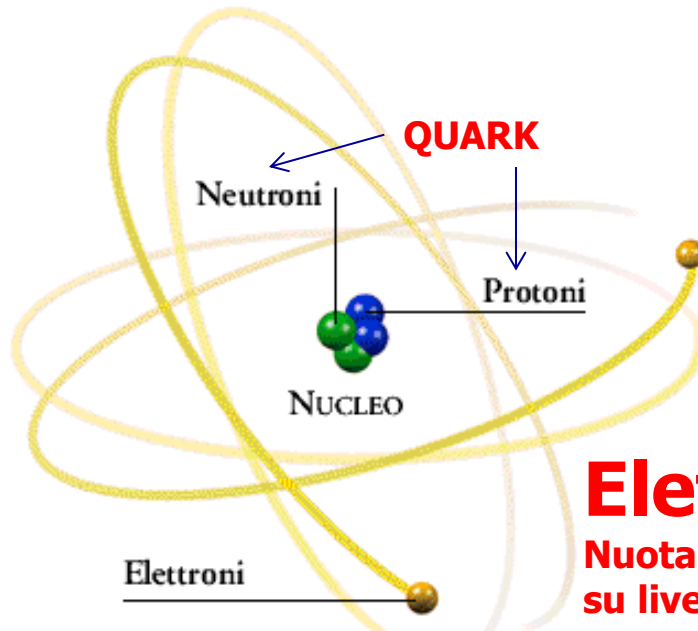
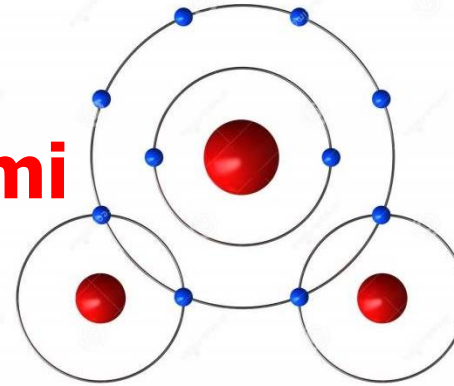
Relatrice Francesca Ferri

www.ferrifrancesca.it



Molecole

Atomi



Elettroni

Nuotano attorno al nucleo
su livelli energetici diversi

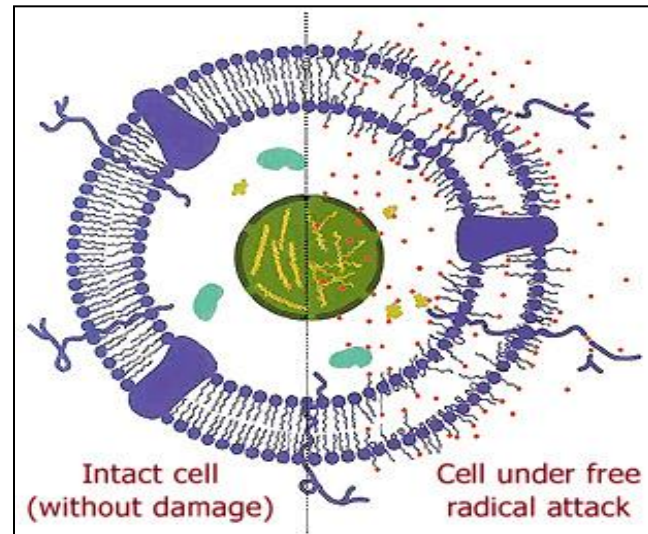




Radicali liberi

Che cosa sono

I radicali liberi sono prodotti di "scarto", che si formano naturalmente all'interno delle cellule del corpo quando l'ossigeno viene utilizzato nei processi metabolici per produrre energia (ossidazione). Sono atomi o molecole instabili e reattivi in quanto possiedono un elettrone spaiato negli orbitali esterni, e sono alla ricerca del secondo elettrone per trovare un equilibrio. Aggrediscono l'elettrone della molecola vicina che diventa a sua volta instabile; e così via. Se sono in quantità minima aiutano il sistema immunitario nell'eliminazione dei germi e nella difesa dai batteri. Se sono in eccesso attivano la degenerazione delle cellule.





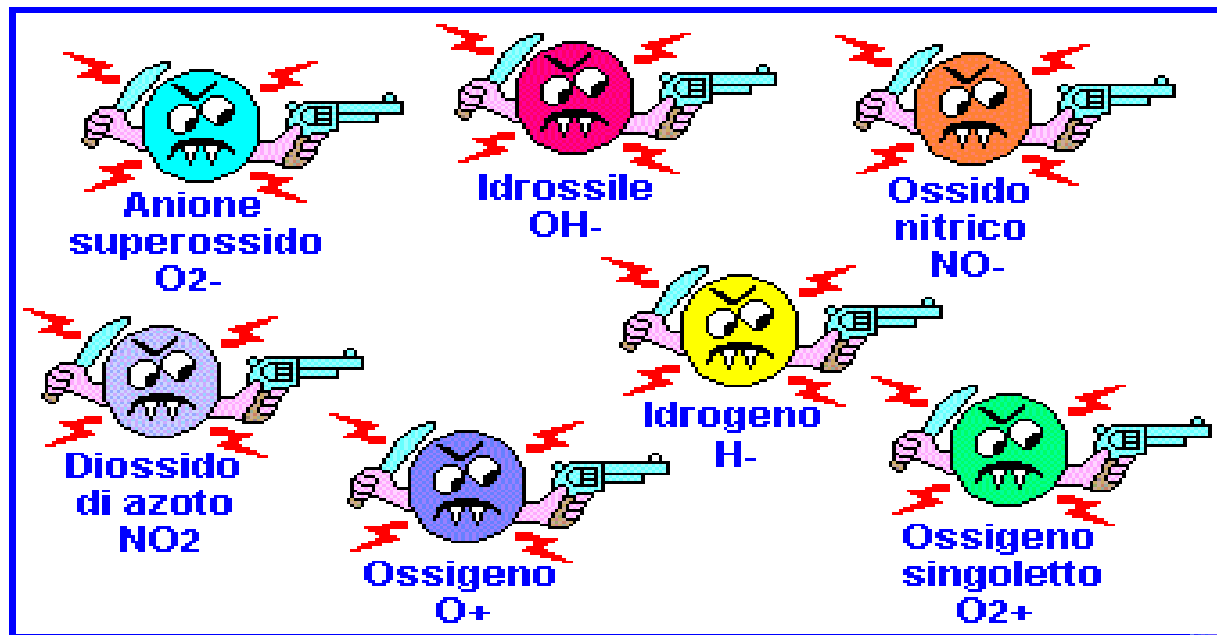
I teppisti della biochimica quali sono?

I radicali liberi sono molti

ROS : specie reattiva
dell'ossigeno

RNS : specie reattiva
del carbonato

RNS : specie reattiva dell'azoto

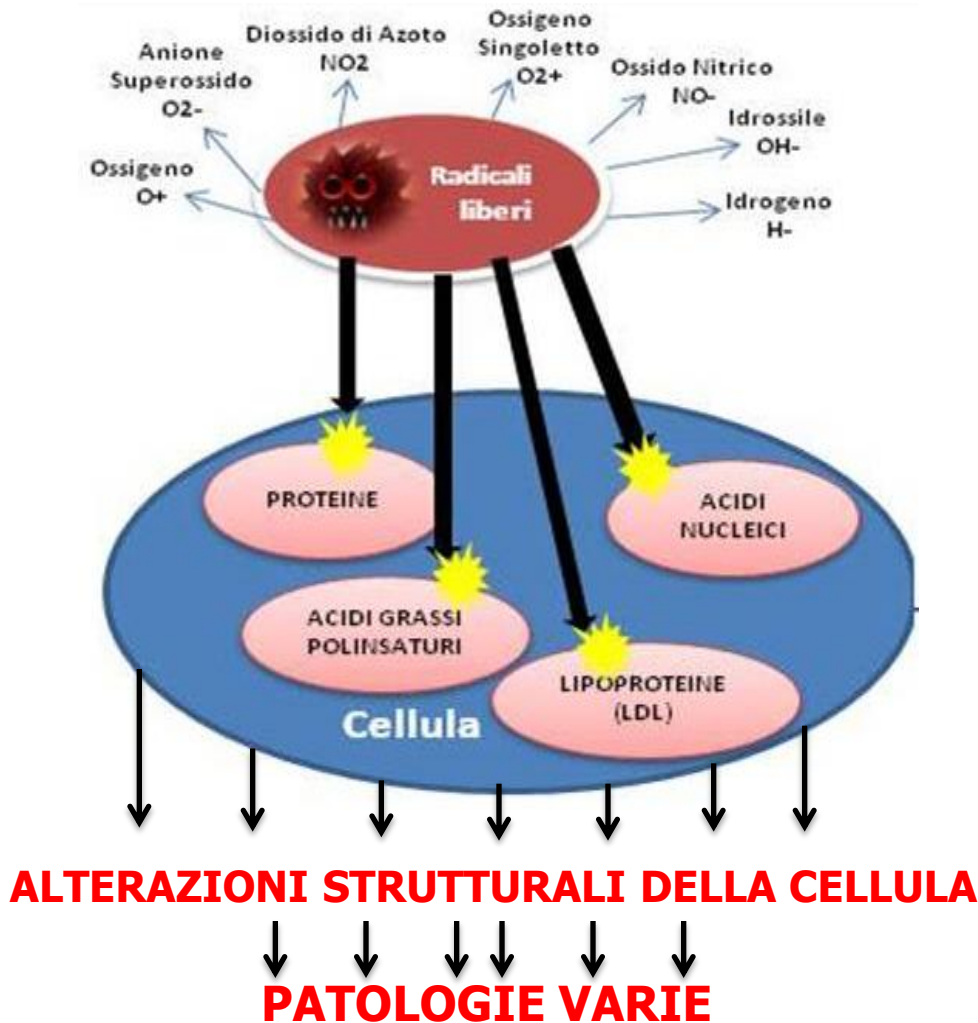




Come agiscono nell'organismo

Aggrediscono le cellule distruggendo:

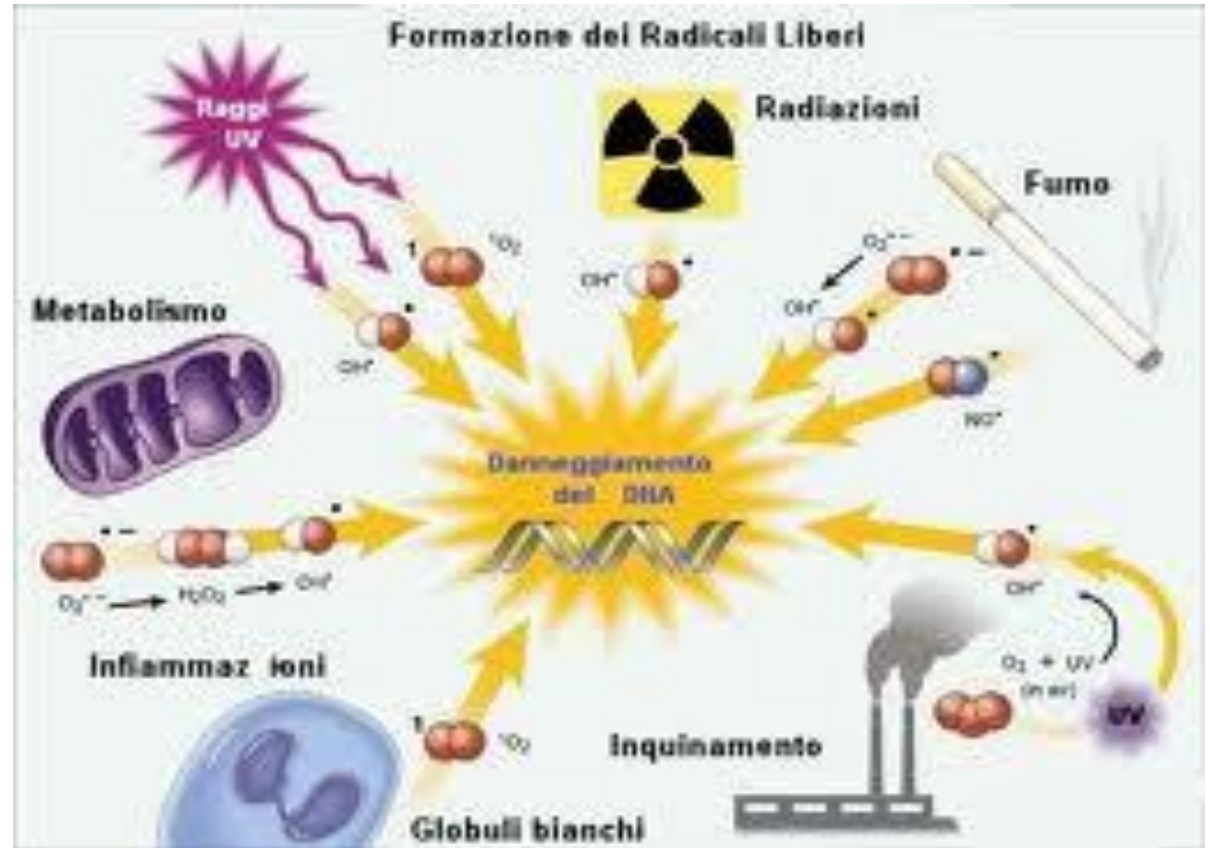
- Le lipoproteine a bassa densità LDL
- Gli acidi grassi poliinsaturi
- Le proteine
- Gli acidi nucleici DNA





Cosa contribuisce a formare i radicali liberi

- Farmaci
- Diete ricche di proteine e grassi saturi animali
- Intolleranze alimentari
- Attività fisica intensa
- Pillola contraccettiva
- Estrogeni
- Stress psicofisico
- Malattie infiammatorie
- Inquinanti atmosferici:
 - monossido di carbonio e piombo (auto)
 - cadmioPb Hg (industria)





Stress ossidativo

Formazione eccessiva di radicali liberi



Invecchiamento cutaneo
I Radicali Liberi distruggono i mitocondri indispensabili della struttura cutanea

**Macchie
Smagliature**

Rilassamenti

Cellulite

Adiposità



Malattie degenerative
cancro, diabete, sclerosi multipla, cataratta, morbo di Parkinson, ecc..

Patologie Infiammatorie
Enfisema polmonare, Bronchite cronica, Artrite reumatoide, dermatiti, ecc..

Patologie Cardiovascolari
Ischemia, infarto, ictus



Metabolismo Fisiologico

La reazione di produzione dei Radicali Liberi può durare da frazioni di secondo ad alcune ore e può essere arrestata o ridimensionata dagli antiossidanti endogeni.

Durante il metabolismo cellulare per azione dell'enzima SOD (superossidodismutasi)

Radicali Liberi → H₂O₂ perossido di idrogeno

Per opera degli enzimi catalasi e Glutationperossidasi
H₂O₂ → H₂O + O₂ secreti con il sudore, urine, respiro

**I RADICALI IN ECCESSO POSSONO ESSERE
NEUTRALIZZATI DA:**

- **ANTIOSSIDANTI ESOGENI**
- **EQUILIBRATA ATTIVITA' FISICA**
- **GIUSTA ALIMENTAZIONE**





Come rallentare l'invecchiamento cutaneo

- **Limitare l'esposizione al sole nelle ore più dannose o far uso di filtri**
- **Pulire la pelle con idonei prodotti salutari (no les)**
- **Trattare la pelle con prodotti antiossidanti immuno protettori**
- **Assumere miscele di antiossidanti per via sistemica (Licopene, Resveratrolo, Melatonina, Vitamina C)**
- **Assumere detossinanti (Acetyl Glutathione)**

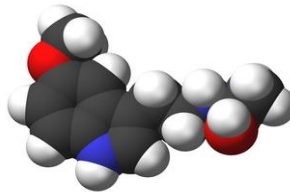
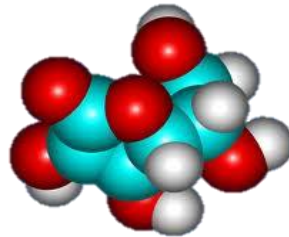
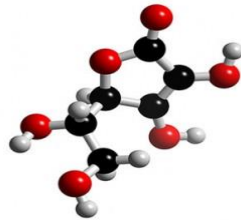
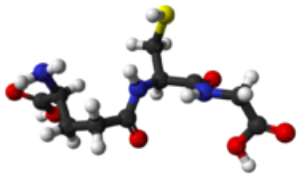
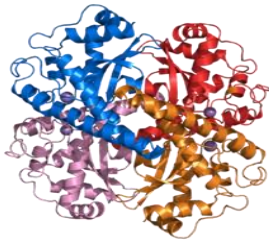




Agenti antiossidanti nemici dei radicali liberi

ENDOGENI

Superossidodismutasi
Catalasi
Glutadione



ESOGENI

Micronutrienti: acetilglutazione, tocotrienoli, melatonina, selenio, zinco, rame, iodio, Q10, ecc.

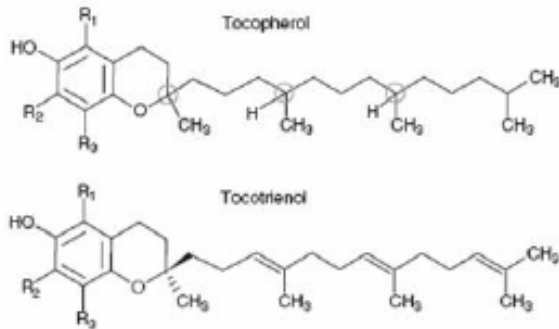
Vitamine E, F, C, D3
carotenoidi

Pigmenti vegetali polifenoli
e bioflavonoidi
(resveratrolo)

34	78,96 ±2,4,6
685 217 4,79	Se
(Ar)3d ¹⁰ 4s ² 4p ⁴	
Selenio	



I TOCOTRIENOLI



	R ₁	R ₂	R ₃
α	CH ₃	CH ₃	CH ₃
γ	H	CH ₃	CH ₃
β	CH ₃	H	CH ₃
δ	H	H	CH ₃

La vitamina E è un gruppo di otto sostanze liposolubili, strettamente correlate tra di loro e suddivise in 4 tocoferoli (α, β, γ e δ) e 4 tocotrienoli (α, β, γ e δ). La struttura molecolare dei tocotrienoli consente a tale molecola di essere più efficiente nel ripristino dei danni da ossidazione all'interno della membrana cellulare (maggiore potere antiossidante e maggiore flessibilità)

ANNATO

EFFEGILAB



**UNA CAPSULA
CONTIENE
50 MG DI
DELTA-TOCOTRIENOLO**

TOCOTRIENOL-FG

Integratore alimentare a base di piante e derivati con Annato (Bisa orellana L.)

- CAPSULE -

60 capsule da 330 mg 19,8 g

Da conservare preferibilmente entro la fine del 2018

ogni volta che pensi al tuo benessere



GLI EFFETTI SULLA SALUTE DEI TOCOTRIENOLI SONO STATI ABBONDANTEMENTE STUDIATI

Salute del cervello:

I tocotrienoli migliorano flusso vascolare carotideo e contribuiscono a ridurre i danni indotti da Ictus (1-2)

Salute cardiovascolare:

Il consumo dei tocotrienoli è associato con una riduzione del rischio di malattie cardiovascolari (3)

Contrastano i fenomeni infiammatori:

I tocotrienoli controllano il meccanismo infiammatorio e i relativi markers, inclusa la riduzione delle lipoproteine aterogene (a) [Lp(a)] (4,5)

Salute della pelle:

I tocotrienoli riducono i danni della pelle indotti dai raggi UVB (6-7), inibendo la crescita del melanoma, e producendo un ritardo nella progressione del melanoma (studio sui topi)(8). I tocotrienoli contrastano la comparsa della macchie sulla pelle in età senile (9). I tocotrienoli proteggono la pelle dai danni prodotti da stress ossidativo (6).

Controllo dei lipidi:

numerosi studi dimostrano che i tocotrienoli agiscono sui livelli di trigliceridi e LDL (10,11).

Antiossidante:

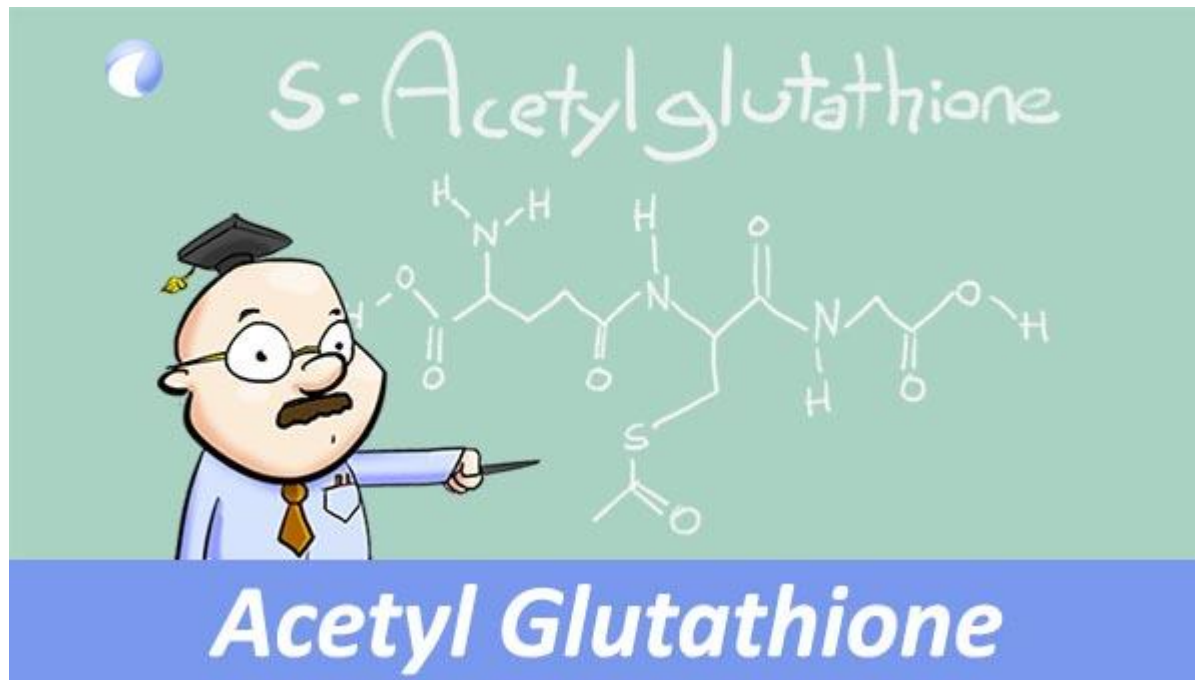
I tocotrienoli proteggono le cellule del nostro corpo (circa 75 milioni di miliardi) dallo stress ossidativo, migliorando l'efficienza dello scambio O_2-CO_2 e dei nutrienti a livello dei globuli rossi (14). I tocotrienoli hanno un potere antiossidante 40-60 volte maggiore dei tocoferoli.

Salute degli occhi:

l'angiogenesi è responsabile della crescita abnorme dei vasi sanguigni in caso di retinopatia diabetica e degenerazione maculare, alcune delle principali cause di cecità in età adulta. I tocotrienoli riducono l'angiogenesi, e rallentando il processo di retinopatia e di degenerazione maculare (12,13).



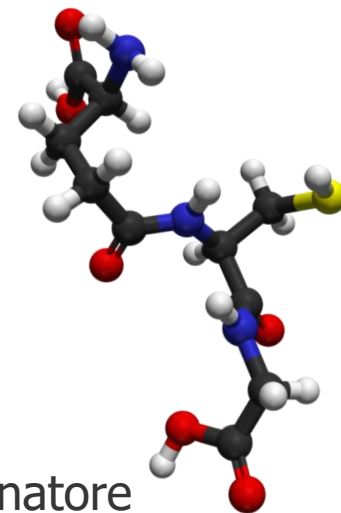
ACETYL GLUTATHIONE DETOX





ACETYL GLUTATIONE

(L-Glutatione + N - Acetyl Cystyeina)



Il Glutatione (L-Glutatione) è il più potente ed importante fra gli antiossidanti prodotti dall'organismo.

Quindi la principale funzione del Glutatione e' quella di fungere da donatore di elettroni- (negativi) nella reazione catalizzata dalla Glutatione Perossidasi; questa reazione svolge un ruolo preminente nell'eliminazione delle tossine ed in particolar modo dell'acqua ossigenata (perossido di idrogeno, carico di ioni+), estremamente tossica per le cellule e SEMPRE presente nel caso di malattie medie e gravi quali le malattie degenerative.

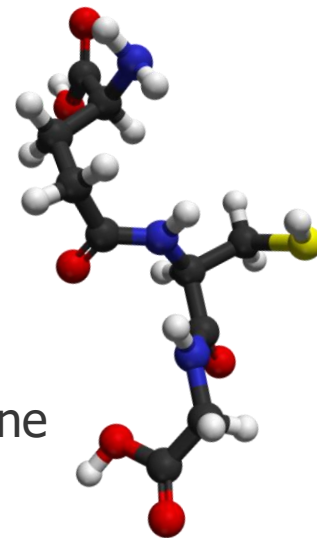
L'organismo umano si difende dalla formazione dei radicali liberi attraverso il Glutatione. Esso partecipa direttamente alla neutralizzazione dei radicali liberi, dei composti reattivi dell'ossigeno, e mantiene gli antiossidanti interni, come la vitamina C ed E, nella loro forma ridotta, cioè attiva.

Attraverso il processo di coniugazione diretta, detossifica da: farmaci, vaccini, dai contaminanti ambientali, dagli agenti cancerogeni e dagli insetticidi.



ACETYL GLUTATIONE

(L-Glutatione + N – Acetyl Cystyeina)



Il Glutatione impedisce inoltre che i radicali liberi si leghino alle proteine fibrose del corpo, evitando così l'indurimento e il restringimento del collagene (e quindi rughe, mancanza di elasticità nelle arterie, ecc.). Per questo motivo il Glutatione mantiene sano e "giovane" il sistema circolatorio. Quanto al sistema immunitario, il Glutatione è strettamente legato all'attività fagocitica di specifiche cellule polmonari. Protegge dagli eventuali effetti dannosi del fumo, insieme ad altri antiossidanti come vitamina C, E, Selenio e Beta Carotene.

L'eccessivo consumo di alcool può essere neutralizzato dal Glutatione che aiuta il fegato a depurarsi.



CURCUMA & CURCUMINA

(Curcuma Longa Rizoma)



Attività antinfiammatoria: La curcumina è risultata un antinfiammatorio potente, tanto da risultare efficace in modelli sperimentali di pertinenza immunologica e reumatologica.

Inibisce l'attività delle prostaglandine, che sono tra i principali mediatori dell'infiammazione.

Attività antibatterica: La curcumina ha proprietà antibatteriche, antiprotozoarie ed antivirali.

Attività neurologica: numerosi studi mostrerebbero che la curcumina ha un effetto positivo sulla riduzione di stress, depressione e ansia



LICOPENE

(Solanum Lycopersicum)

La maggiore fonte dietetica di licopene è rappresentata dal pomodoro

Essendo il licopene una sostanza lipofila, il suo assorbimento è correlato alla presenza di grassi nella dieta

In generale i carotenoidi sono efficaci antiossidanti lipofili.

Studi hanno evidenziato che il consumo di frutta e vegetali in generale è correlato alla diminuzione del rischio di certi tipi di cancro. Il licopene riduce il rischio di cancro alla prostata



RESVERATROLO DALL'UVA ROSSA

(Vitis Vinifera)



Presente nella buccia dell'acino d'uva, in difesa da agenti patogeni quali batteri o funghi, può limitare l'insorgenza di placche trombotiche

ATTIVITA' ANTI-INVECCHIAMENTO

Tra le più importanti effetti del resveratrolo, abbiamo effetti: **antiossidanti** , **Antinfiammatori** , **vaso/endotelio** protettivi

ATTIVITA' ANTIAGE CUTANEO

- stress ossidativo cutaneo
- aumentata produzione di collagene
- azione sui fibroblasti del derma
- effetti del fotoaging da UV.

ATTIVITA' ANTI-INFIAMMATORIA

Il resveratrolo calmerebbe il processo infiammatorio associato con malattie croniche ostruttive delle vie aeree se ne Consiglia l'uso ai fumatori.



VITAMINA



Formazione del collagene che aiuta a mantenere la pelle elastica. Rinforza i vasi sanguigni, i muscoli, le ossa, agisce nel ricambio del calcio e altri minerali.

Stabilizza la Vitamina A ed E.

VITAMINA



Il miglior Antiossidante per i grassi.

VITAMINA



Utilizzata dal corpo per formare le cellule nervose nella retina.

Protegge la pelle.

SELENIO

Da frutti di mare, cereali. Assieme alla Vitamina E è necessaria per la funzione della Tiroidè

Q10

Da noci e cereali, antiossidante che protegge il cuore, il collagene e l'elastina.





RESTARE GIOVANI ED IN FORMA?

**dalla Melatonina alla
Fitomelatonina
la nuova
parola d'ordine!**





-FITOMELATONINA- FUNZIONI

La melatonina segue un rilascio ritmico nelle piante

La sintesi della melatonina risponde allo stress nelle piante

La melatonina protegge le piante da stress abiotici

La melatonina protegge le piante dallo stress biotico

La melatonina ritarda l'invecchiamento nelle piante

La melatonina migliora la crescita delle piante

La melatonina migliora la resa della raccolta



Russel J. Reiter et al.

Phytomelatonin:
Assisting Plants to
Survive and Thrive

Molecules 2015



-FITOMELATONINA-

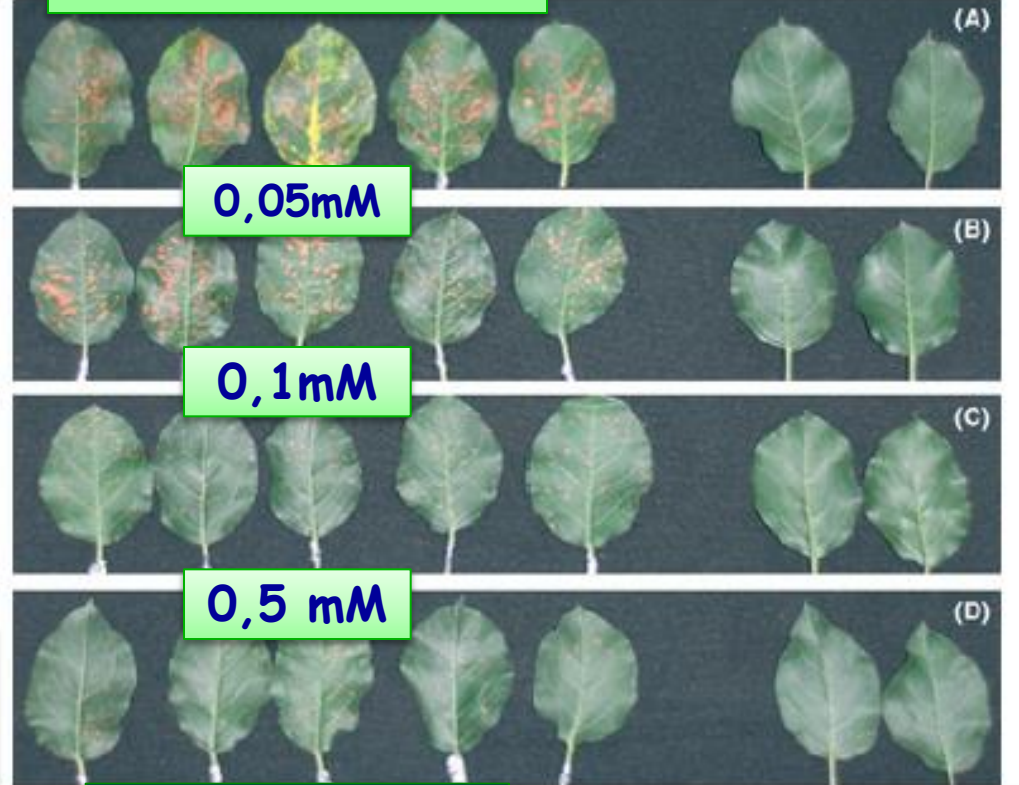
La melatonina protegge le piante dallo stress biotico



*malus
prunifolia*

Il pretrattamento delle foglie di alberi di mele con la melatonina migliora la resistenza alla *Marssonina*, mentre senza melatonina le foglie diventano ingiallite e le macchie fogliari si espandono.

NO MELATONINA



Foglie
trattate con
Marssonina

Foglie non
trattate con
Marssonina



-FITOMELATONINA-

La melatonina ritarda l'invecchiamento nelle piante



Solo H₂O

10mM



Quando le foglie di mele sono state tenute all'oscuro per provocare un invecchiamento più rapido, quelle trattate con la melatonina 10 mM hanno perso la clorofilla più lentamente e hanno mantenuto il massimo potenziale di efficienza del fotosistema II.



1- ANTIAGING DI ECCELLENZA

LICOPENE + RESVERATROLO + MELATONINA

2- RICOSTITUENTE ENERGIA CELLULARE STANCHEZZA CRONICA

SCIROPPO DI VITAMINA E + A + D3 + BETA CAROTENE

3- DETOSSINANTE NEL CAMBIO STAGIONALE

Acetyl Glutathione nel cambio di stagione





Grazie per l'attenzione.

Dr.ssa Francesca Ferri



EFFEGILAB
ITALIA

Dr Francesca Ferri
www.effegilab.com

FITOMELATONINA