

Aiutare l'intestino con dolcezza è una buona regola



erbaregola®
intestino regolare

Fitomedical
Via Copernico, 5/7
20082 Binasco (MI)
www.fitomedical.com
info@fitomedical.com

 **FITOMEDICAL**
star bene è naturale

 **FITOMEDICAL**
star bene è naturale

Perchè l'intestino perde il suo ritmo?

La stitichezza rappresenta un problema per molte persone. La grande diffusione di questo disturbo è dovuta a uno stile di vita sedentario, abbinato ai ritmi frenetici del mondo contemporaneo, che generano stress e scorrette abitudini alimentari.



Ansia e nervosismo, una dieta ricca di proteine e povera di fibre ed acqua, la poca attività fisica, alterano il corretto funzionamento dell'intestino rendendolo pigro: con le conseguenti sensazioni di malessere diffuso, irritabilità, gonfiore, stanchezza.



Regolarità intestinale con la dolcezza di Erbaregola

Risvegliare il ritmo naturale dell'intestino significa quindi restituire benessere generale al nostro organismo. È importante però ristabilire la regolarità intestinale con dolcezza. Perché l'uso e l'abuso di lassativi, specialmente quelli più aggressivi, possono causare dipendenza, aumento progressivo del dosaggio, stitichezza cronica.

Per affrontare il problema con naturalezza e delicatezza c'è **Erbaregola**: la linea di prodotti studiata per riabituare l'intestino alla sua motilità spontanea.



linea

erbaregola®
intestino regolare



erbaregola®

Erbaregola è la linea di prodotti specifici per ogni tipo di stitichezza
Risveglia dolcemente
l'intestino e lo aiuta a mantenere
il suo ritmo naturale.

Il buon funzionamento
dell'intestino, inoltre, si riflette
su tutto l'organismo migliorando
l'umore, l'efficienza e la salute.

forte

bilanciato

delicato

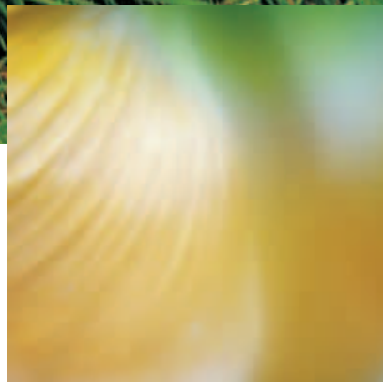
ritmo



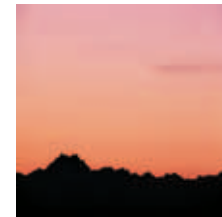


forte

*In un corpo in salute ogni organo ha un proprio ritmo,
armonico come quello dell'erba mossa dal vento.*



erbaregola® forte



È il prodotto più adatto per affrontare le forme di stitichezza ostinata, le situazioni in cui vi è necessità di un'azione rapida e per normalizzare le funzioni intestinali dopo aver fatto uso cronico di lassativi tradizionali.

Insieme alle specie vegetali contenenti antrachinoni, nella composizione di **Erbaregola Forte** sono presenti piante (Curcuma, Polygonum) che, oltre a idratare le pareti intestinali e a tutelarle dai radicali liberi, proteggono e drenano il fegato. I componenti sono: Rabarbaro, Senna, Frangula, Curcuma, Cascara, Altea, Zenzero, Tarassaco, Polygonum, Liquirizia, Finocchio, Rosmarino.



Consigli d'uso

Di norma si assumono 3 tavolette alla sera, prima di coricarsi.

bilanciato

In natura la perfezione può essere rappresentata dall'insieme di più elementi in perfetto equilibrio.

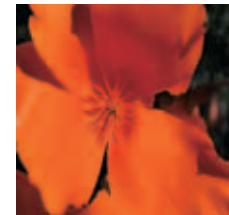


Consigli d'uso

Di norma si assumono 2 tavolette due volte al giorno.

erbaregola® bilanciato

Prodotto indicato nei casi di stipsi frequente. È una formulazione efficace e bilanciata che contiene una sufficiente quantità di Senna insieme alle piante di Polygonum e Tarassaco.



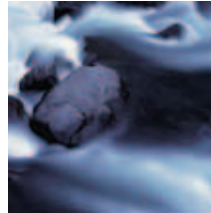
Erbaregola Bilanciato unisce ad una delicata azione di reidratazione dell'intestino e di normalizzazione della sua motilità, attività disintossicanti, drenanti e riequilibranti del fegato e dei reni.



delicato



Anche le piante e i fiori più piccoli e delicati possono creare grandi cambiamenti e forti miglioramenti.



erbaregola® delicato

«**Delicato**» perché studiato per ristabilire, in modo dolce e fisiologico, le naturali funzioni intestinali.

La sua formulazione è particolarmente indicata per i bambini e le donne in gravidanza e per forme occasionali di stipsi.

Consigli d'uso —
Di norma si assumono 2 tavolette due volte al giorno.



Questo preparato contiene piante (Polygonum, Tarassaco, Cynomorium) che agiscono sullo stato di idratazione delle mucose favorendone il recupero del tono e aiutando a drenare le pareti dell'intestino.



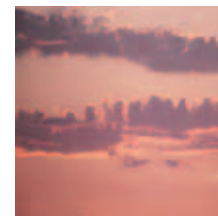
ritmo

*Il benessere ritrovato è paragonabile ad un risveglio,
alla nascita di una nuova stagione.*

erbaregola® ritmo

Prodotto innovativo a base di estratti meristemati di gemme
e di radichette di Fico (*Ficus carica*).

Riattiva la comunicazione «tra testa e pancia», cioè ripristina il libero
flusso di messaggi tra il cervello vero e proprio e il cervello cosiddetto
addominale, che coordina tutte le funzioni del sistema gastrointestinale,
rieducando l'intestino ad un'attività spontanea e puntuale.



Consigli d'uso

Di norma si assumono 40 gocce diluite in
acqua, tre volte nell'arco della giornata.

Erbaregola Ritmo è da utilizzare con gli altri prodotti della linea
Erbaregola - Forte, Bilanciato e Delicato - specifici per le diverse forme di
stitichezza, per favorire e mantenere la naturale funzionalità intestinale.

Erbaregola. Non solo prodotti specifici ma un vero e proprio programma

Erbaregola non solo è una linea per i diversi tipi di stitichezza, ma rappresenta anche un programma innovativo, in più fasi, studiato per riportare l'intestino ad una condizione di normalità, gradualmente e dolcemente. Il programma prevede l'abbinamento a tutti gli altri prodotti della gamma di **Erbaregola Ritmo** che affronta l'elemento fondamentale nel trattamento della stipsi: la corretta comunicazione tra i «due cervelli» del corpo umano. Infatti, oltre al cervello che si trova alla sommità della colonna vertebrale, la Neurogastroenterologia ne ha individuato un secondo che ha sede nell'intestino.

Si tratta del Sistema Nervoso Enterico (SNE) che ha il compito di regolare le funzioni gastrointestinali agendo sulla produzione di sostanze deputate al funzionamento della muscolatura del colon.

In questo ambito, è di cruciale importanza la comunicazione bidirezionale tra il SNE e il Sistema Nervoso Centrale (SNC).

Stimoli esterni (stress, alimentazione scorretta ecc.) vengono recepiti dal SNC alterando la comunicazione con il SNE; ne consegue il transito accelerato nel colon (diarrea) o rallentato (stipsi).

Erbaregola Ritmo agisce, quindi, per recuperare il corretto scambio di messaggi tra SNC e SNE e affrontare, insieme a **Erbaregola Forte**, **Bilanciato** e **Delicato**, il disturbo della stipsi in modo completo e risolutivo.

linea
erbaregola[®]
intestino regolare

Programma Linea Erbaregola

Come affrontare le diverse tipologie di stipsi
con i prodotti della Linea Erbaregola

Un tipico percorso che permette il recupero della funzionalità intestinale prevede di iniziare con Erbaregola Forte (da 2 a 4 tavolette alla sera) per il tempo necessario e proseguire con Erbaregola Bilanciato (2-3 tavolette al giorno), associati entrambi a Erbaregola Ritmo (40 gocce, tre volte al giorno).



Si propongono alcuni schemi di assunzione dei prodotti della linea Erbaregola, validi in particolari situazioni:

Stitichezza persistente

Erbaregola Forte (3-4 tavolette alla sera, prima di coricarsi),
più Erbaregola Ritmo (40 gocce, tre volte al giorno)

Stitichezza occasionale

Adulti: Erbaregola Bilanciato (2-3 tavolette, due volte al giorno)
Bambini: Erbaregola Delicato (1 tavoletta, una-due volte al giorno),
più Erbaregola Ritmo (4 gocce per anno d'età, diluite in acqua naturale)
Gravidanza: Erbaregola Delicato (2-3 tavolette al giorno),
più Erbaregola Ritmo (40 gocce, due volte al giorno)

Avvertenze: Se la stipsi persiste rivolgersi al proprio medico.
Questo opuscolo è fornito esclusivamente a scopo informativo e non è assolutamente inteso come sostitutivo dell'atto medico.
Pertanto, le informazioni ricevute non devono essere utilizzate per diagnosticare o curare un disturbo o una malattia.
Il lettore è invitato ad interpellare il medico curante per domande relative al proprio stato di salute.

Consigli per un intestino sveglia!

1

Fare regolarmente attività fisica. Per aiutare l'intestino basta fare una camminata al giorno, l'ideale sono venti minuti al mattino e venti alla sera, oppure salire le scale a piedi o andare in bicicletta. Sarebbe bene ritagliare un piccolo spazio nella giornata per qualche esercizio specifico per i muscoli addominali.

2

Aumentare la quantità di fibre, introducendo nella dieta i cereali integrali (riso, grano, avena, orzo, ecc.) e i loro derivati. Ma attenzione a non scegliere pane o prodotti ottenuti da farina bianca addizionata con crusca! Anche tavolette o pastiglie di crusca sono irritanti e il loro abuso può peggiorare lo stato intestinale.

3

Mangiare verdure cotte e crude: queste ultime, per migliorare il processo digestivo, andrebbero consumate all'inizio del pasto, mentre le cotte dovrebbero accompagnare primi o pietanze successive.

4

Usare i sapori in cucina. Le spezie, da quelle comuni (rosmarino, salvia, timo, peperoncino), a quelle esotiche (come curcuma o zenzero), ottimizzano il processo digestivo e migliorano l'equilibrio e la funzionalità intestinale.

5

Bere molti liquidi come acqua, tisane, bevande non gassate, non solo durante i pasti, ma soprattutto nell'arco della giornata. Per umidificare l'intestino è utile bere un bicchiere di acqua tiepida al mattino a digiuno.

6

Iniziare la giornata con una colazione abbondante per offrire all'organismo il giusto apporto di energia e per stimolare la peristalsi intestinale, agevolando l'evacuazione mattutina.

7

No a caffè e sigaretta insieme perché è una consuetudine che invece di educare l'intestino ad un corretto ritmo, lo abitua a rispondere solo se sollecitato da stimoli forti.

8

Non ignorare lo stimolo: rimandare l'evacuazione diminuisce la sensibilità dell'intestino che, condizionato da continue e ripetute inibizioni volontarie, nel tempo rinuncia a lanciare «segnali».

9

No ai lassativi in vacanza: il cambio di ambiente o di abitudini alimentari può indurre una temporanea stitichezza. In questi casi conviene lasciare che l'intestino ritrovi delicatamente il proprio ritmo, cosa che in genere avviene in pochi giorni.

10

No all'ansia da stitichezza! La stitichezza va affrontata con serenità (l'ansia la favorisce), senza la fretta di vedere subito i risultati: è decisivo l'impegno a cambiare abitudini poco alla volta, correggendo l'alimentazione, imponendosi un po' di moto e di esercizio fisico, dedicando maggiore attenzione a se stessi.



Fitomedical *star bene è naturale*

Fitomedical è un'azienda specializzata nella produzione di fitoderivati ottenuti dalla lavorazione di materie prime vegetali di origine certa e sicura. Selezioniamo raccoglitori di piante spontanee attenti alla conservazione del territorio e importatori rispettosi della dignità culturale dei luoghi d'origine; molte specie provengono da coltivazioni con metodi biologici.

Entro poche ore dalla raccolta, le piante vengono lavorate in ambienti controllati e appositamente progettati. Garantiamo un elevato standard qualitativo, per la

costante attenzione ad ogni passaggio della filiera produttiva, dalla selezione delle materie prime al controllo dei procedimenti estrattivi e del prodotto finito.

FitoNews

Fitonews è il periodico dedicato al Consumatore che tratta argomenti relativi alle proprietà salutistiche e cosmetiche delle piante, aiutando ad acquisire maggiore consapevolezza e cura del proprio benessere psicofisico.

Fitonews è distribuito gratuitamente nei punti vendita.



Sito web

L'indirizzo del nostro sito è www.fitomedical.com. È una vetrina on-line strutturata con un'architettura facilmente fruibile che permette all'utente d'incontrare l'Azienda, seguirne l'attività, conoscerne le proposte e accedere al materiale informativo disponibile.



linea

erbaregola®

intestino regolare

