

## SPORT Tabella dosaggio CELLFOOD® gocce riservata agli operatori del settore:

**Modalità di somministrazione.** Agitare prima dell'uso e assumere almeno 15/20 minuti prima dei pasti principali. CELLFOOD® gocce va diluito in un bicchiere di acqua oligominerale (residuo fisso a 180° <50-100 mg/L), preferibilmente a pH neutro (o tra 6,5-7,5) ad esempio: (PLOSE, S.ANNA DI VINADIO, S. BERNARDO, LEVISSIMA, SURGIVA, FONTEVIVA, ecc...) seguendo un classico protocollo incrementale. Una volta effettuata l'assunzione BARRARE CON UNA X la casella vuota a fianco del dosaggio in gocce ( gtt) corrispondente al giorno e all'ora: ( mattina, pomeriggio, sera). Il seguente schema posologico è facoltativo ma anche importante per una lenta disintossicazione.

<b>Protocollo specifico per lo sport N. 1</b>	<b>Mattino</b>			<b>Pomeriggio</b>			<b>Sera</b>		
1° - 2° - 3° giorno	1 gtt			1 gtt			1 gtt		
4° - 5° - 6° giorno	2 gtt			2 gtt			2 gtt		
7° - 8° - 9° giorno	3 gtt			3 gtt			3 gtt		
10° - 11° - 12° giorno	4 gtt			4 gtt			4 gtt		
13° giorno	5 gocce			5 gocce			5 gocce		
14° giorno	6 gocce			6 gocce			6 gocce		
15° giorno	7 gocce			7 gocce			7 gocce		
16° giorno	8 gocce			8 gocce			8 gocce		
	<b>Mattino</b>			<b>Pomeriggio</b>			<b>Sera</b>		
<b>17° - 18° - 19° giorno ( e nei giorni di riposo )</b>	8 gtt			8 gtt			8 gtt		
20° - 21° - 22° giorno	8 gtt			8 gtt			8 gtt		
23° - 24° - 25° giorno incremento	9 gtt			9 gtt			9 gtt		
26° - 27° - 28° giorno incremento	10 gtt			10 gtt			10 gtt		
29° - 30° - 31° giorno incremento	11 gtt			11 gtt			11 gtt		
32° giorno incremento	12 gtt			12 gtt			12 gtt		
33° giorno incremento	13 gtt			13 gtt			13 gtt		
34° giorno incremento	14 gtt			14 gtt			14 gtt		
35° giorno incremento	15 gtt			15 gtt			15 gtt		
36° giorno incremento	16 gtt			16 gtt			16 gtt		
<b>Dosaggio SPORT nei giorni di allenamento e anche nei 15 giorni dopo la gara</b>	16 gtt			16 gtt			16 gtt		
<b>Dosaggio da mantenere nei giorni di riposo</b>	8 gocce			8 gocce			8 gocce		
<b>Schema posologico SPORT semplificato N. 2</b>									
<b>E' possibile assumere CELLFOOD® solo al mattino e una goccia prima di cena come segue:</b>									
<b>Aumentare tutti i giorni di una goccia al mattino e una goccia alla sera prima di cena con incremento tutti i giorni di una goccia fino ad arrivare alle 25 gocce al mattino e alle 10 gocce prima di cena</b>									
Iniziare con 1 gtt solo al mattino ed Incrementare ogni mattina di una goccia fino al dosaggio di 25 gtt al mattino e 10 gtt prima di cena	<b>Prima di colazione + 1 gtt fino a 25</b>						<b>Prima di cena +1 gtt fino a 10</b>		
<b>Dosaggio da mantenere nei giorni di riposo</b>	12 gocce								
<b>Si consiglia un minimo di 3 mesi</b>	3	6	9	12	15	18	21	24	36
<b>* Durata del trattamento in mesi:</b>									

**Protocollo ottimale ed associazioni con altri prodotti specifici della linea CELLFOOD:**

<b>Multivitamine spray sublinguale</b>	<b>3/6 spray alla mattina e 3/6 spray nei 30 minuti dopo la gara o allenamento.</b>
<b>DIET SWITCH gocce</b>	<b>20 gocce prima di andare a dormire</b>
<b>Diluire in acqua</b>	<b>20/30 gocce prima della gara o allenamento</b>
<b>DNARNA spray sublinguale</b>	<b>2 spray tre volte al giorno / oppure 3 x 2</b>
<b>SILICIO gocce diluire in acqua</b>	<b>15 gocce mattino e 15 gocce la sera</b>

Per informazioni: numero verde 800650800

Data inizio assunzione \_\_\_\_\_

## **Integrazione antiossidante ottimale naturale a base di ossigeno CELLFOOD® Ossigeno per la Vita – Un PASS per il Benessere**

CELLFOOD® è il più importante prodotto ad alta prestazione per la salute del consumatore a base di ossigeno ed idrogeno nel mondo. Per più di 40 anni, CELLFOOD® ha apportato con sicurezza benefici nutrizionali, senza tossicità. Inventato da Everett L. Storey, CELLFOOD® è una formulazione originale di un concentrato minerale colloidale super energizzato. CELLFOOD® fornisce un importante apporto di ossigeno e un sistema di distribuzione al corpo a livello cellulare. Gli scienziati riconoscono che la maggior parte dei disturbi e delle infezioni è causata da mancanza d'ossigeno a livello cellulare. Questa formula, la cui efficacia è stata riconosciuta, fornisce in modo naturale il massimo livello di ossigeno ed idrogeno allo stato nascente in forma supplementare, aiutando a migliorare l'energia, la resistenza, e la salute.

**E' stato dimostrato che in seguito ad un intenso programma di esercizio fisico c'è un notevole incremento della produzione di radicali liberi.**

**Ciò ha fatto convertire il medico americano Kenneth H. Cooper, padre dell'aerobica, ad una visione molto più soft dell'attività fisica.**

### **La rivoluzione antiossidante**

I radicali liberi sono stati ormai identificati dalla scienza come fattori decisivi nella genesi delle malattie degenerative e nell'invecchiamento. Sono delle molecole estremamente reattive che, se prodotte in grande quantità e soprattutto se non bilanciate da sistemi antiossidanti, endogeni ed esogeni, possono produrre danni significativi al nostro organismo.

Gli antiossidanti possono avere un ruolo determinante per evitare che l'eccesso di radicali liberi possa compromettere le nostre risposte immunitarie.

E' nota l'efficacia della frutta e delle verdure nell'apportare antiossidanti (vitamine, vitamino-simili, minerali, flavonoidi, aminoacidi), al nostro organismo dall'esterno.

Esiste uno studio approfondito pubblicato dall'università di Boston sul potere antiossidante dei vari vegetali. Al primo posto come antiossidante tra gli antiossidanti c'è la frutta nera tipo uva nera e prugne nere, mirtilli, more. E' stata stabilita un'unità di misura del potere antiossidante dei vegetali cui è stato dato il nome di ORAC (oxygen radical absorbance capacity).

Spesso però sia per lo scarso apporto di questi vegetali nella dieta, ma anche e soprattutto per il depauperamento al quale questi alimenti sono sottoposti per i metodi industriali di coltivazione e raffinazione, l'apporto di antiossidanti risulta essere insufficiente. Risulta quindi necessaria una integrazione efficace.

### **POTERE ANTIOSSIDANTE di CELLFOOD®**

CELLFOOD® grazie ai suoi 78 oligoelementi in traccia, 34 enzimi, 17 aminoacidi ed elettroliti della formula originale Everett Storey risulta essere uno dei più potenti antiossidanti disponibili in commercio.

Il Deutrosulfazyme, principio attivo del CELLFOOD®, utilizzando un legame tra idrogeno e ossigeno così stabile da consentire all'ossigeno di liberarsi in forma molecolare solo all'interno della cellula stessa, riesce a svolgere una efficace azione antiradicalica oltre che ossigenante.

Tra gli aminoacidi di CELLFOOD® vi sono tutti e cinque quelli antiossidanti: Arginina, Cisteina, Istidina, Lisina e Metionina.

Tra gli enzimi di CELLFOOD® vi sono due dei tre antiossidanti endogeni: Catalasi e Perossidasi. Indirettamente però anche il terzo enzima antiossidante endogeno, la SuperOssiDismutasi è garantito grazie all'apporto dei suoi costituenti base: i tre minerali Manganese, Zinco e Rame che troviamo tra i minerali del CELLFOOD®.

Tra i minerali di CELLFOOD® infatti vi sono tutti e sei quelli antiossidanti: Manganese, Zinco, Rame, Germanio, Selenio, Molibdeno.

La caratteristica distintiva del prodotto è quella di presentare i minerali sotto forma di colloide, in modo da ottimizzarne l'assorbimento, ma soprattutto rendere disponibile le sostanze solo in caso di effettiva necessità. Queste caratteristiche uniche del prodotto ne fanno un potente ANTIOSSIDANTE.

Ogni prodotto CELLFOOD® é composto dalle migliori sostanze naturali, estratte criogenicamente (con il massimo grado di freddo) e non chimicamente e sono totalmente innocue. Tutti i prodotti sono stati estesamente testati e NON contengono alcuna sostanza che sia inclusa "nell'elenco delle sostanze bandite", che concerne le associazioni e le competizioni internazionali, professionali e sportivo-dilettantistiche. La ricerca sui prodotti e le informazioni sui test sono state completate e compilate da vari servizi di ricerca, oltre che da diversi laboratori e cliniche indipendenti.

CELLFOOD è una formula brevettata e registrata che sviluppa Ossigeno, contiene elettroliti, 78 minerali in forma ionica e 17 aminoacidi, fornisce una insuperabile fonte di Ossigeno e un sistema di trasporto nutrizionale a tutte le cellule, aiutando a pulire e tonificare il nostro corpo.

### **CELLFOOD non è un medicinale ma un integratore alimentare**

Restituisce al corpo i “nutrienti” necessari a rinnovarsi. Il DNA del nostro corpo si rinnova sin dalla nostra nascita; esso ha un modello della salute al suo interno e può svolgere il suo lavoro solo quando ha a disposizione i mattoncini con cui rinnovare il nostro corpo. L’Ossigeno ed i Minerali in traccia sono alcuni dei più importanti elementi necessari in questo processo.

Da più di 40 anni CELLFOOD® apporta benefici nutrizionali in completa sicurezza.

### **Cosa accade quando manca l’ossigeno?**

I sintomi iniziali della mancanza d’ossigeno possono includere stanchezza generale (CFS - Chronic Fatigue Sydrome), disturbi circolatori, difficoltà di digestione, dolori muscolari, sensazioni di instabilità e vertigini, stati depressivi, perdita della memoria, comportamenti irrazionali, acidità gastrica e complicazioni bronchiali.

Quando c’è una mancanza di ossigeno anche il sistema immunitario risulta essere compromesso e l’organismo diventa più sensibile ai batteri opportunistici, alle infezioni virali e parassitarie. Gli scienziati riconoscono che la maggior parte dei disturbi e delle infezioni è causata da mancanza d’ossigeno a livello cellulare. La formula del CELLFOOD® fornisce in modo naturale il massimo livello di ossigeno attivo ed idrogeno in forma supplementare, migliorando l’energia, la resistenza, e la salute.

Per produrre ogni partita di CELLFOOD® sono necessari 9 mesi . Ricavato da fonti naturali e pure, è unico tra gli integratori.

**In uno studio doppio cieco e controllo con placebo condotto presso l’Università di Pretoria (Medicina dello Sport) per valutare gli effetti di CELLFOOD su 45 atleti eterogenei professionisti, si sono ottenuti i seguenti risultati:**

**Aumento dei valori di ferritina, emoglobina, globuli rossi ed ematocrito.**

**Aumento della velocità massima di corsa e diminuzione dello sforzo misurato.**

**Diminuzione della produzione di acido lattico misurato.**

### **PROTOCOLLO CELLFOOD PER ATLETI**

CELLFOOD® nella sua formulazione “base” (formula Everett-Storey) in gocce, è un INTEGRATORE ALIMENTARE naturale notificato e registrato presso il Ministero della Salute.

Non essendo un farmaco, esso non possiede “indicazioni” nel senso stretto del termine. La sua assunzione è suggerita a tutti coloro che, in buona salute, desiderino stare o mantenersi in forma a lungo, ritardando l’invecchiamento e prevenendo qualsiasi tipo di malattia. Possono trarre particolare giovamento dalla sua somministrazione coloro che praticano attività sportiva (a livello sia amatoriale che agonistico) o che già soffrono di una qualunque malattia. Naturalmente, l’efficacia della formulazione è potenziata dall’adozione di un congruo stile di vita. E’ stato dimostrato che Deutrosulfazyme® possiede attività microbica su alcuni ceppi batterici e ciò contribuisce a spiegare alcuni favorevoli effetti locali del prodotto.

**Modalità di somministrazione.** CELLFOOD® gocce va diluito in un bicchiere di acqua oligominerale (residuo fisso a 180° <50-100 mg/L), preferibilmente a pH neutro(6,5-7,5) ad esempio: PLOSE, S.ANNA DI VINADIO, S. BERNARDO, LEVISSIMA, SURGIVA, FONTEVIVA, ecc...) seguendo un classico protocollo incrementale (vedi tabella).

### Schema posologico classico di CELLFOOD®

Schema posologico	Mattino	Pomeriggio	Sera
1° - 2° - 3° giorno	1 goccia	1 goccia	1 goccia
4° - 5° - 6° giorno	2 gocce	2 gocce	2 gocce
7° - 8° - 9° giorno	3 gocce	3 gocce	3 gocce
10° - 11° - 12° giorno	4 gocce	4 gocce	4 gocce
13° giorno	5 gocce	5 gocce	5 gocce
14° giorno	6 gocce	6 gocce	6 gocce
15° giorno	7 gocce	7 gocce	7 gocce
16° giorno	8 gocce	8 gocce	8 gocce
dal 17° giorno	8 gocce	8 gocce	8 gocce

**Precauzioni per l'uso.** E' buona norma agitare accuratamente il flacone prima dell'uso e di tapparlo adeguatamente dopo l'impiego, onde ridurre il rischio di evaporazione e, quindi, di concentrazione del prodotto. L'uso della comune acqua di rubinetto per diluire CELLFOOD® è sconsigliato, in quanto i procedimenti di potabilizzazione, basati sull'impiego di agenti ossidanti, possono ridurre l'efficacia del prodotto. Tenere lontano dalla portata dei bambini. In caso di contatto accidentale con gli occhi, sciacquare immediatamente con abbondante acqua.

Poiché CELLFOOD® contiene tracce di enzimi idrolitici si suggerisce di evitare il contatto diretto del prodotto con materiali organici, naturali (es. lana, seta) o di sintesi (es. similpelle, formica). Non disperdere nell'ambiente il flacone dopo l'uso.

**Rapporto con i pasti.** Si suggerisce di assumere CELLFOOD® almeno 20-30 minuti prima dei pasti. Il prodotto, tuttavia, può essere assunto anche lontano da questi, ogni qualvolta ci si sente astenici o stressati. Immediatamente dopo un pasto copioso, CELLFOOD®, per la sua ricca componente enzimatica, favorisce i processi digestivi.

### PROTOCOLLO CELLFOOD STANDARD DETTAGLIATO PER ATLETI

Con il CELLFOOD gocce base si può gradualmente arrivare alle 8 gocce tre volte al giorno come indicato nelle tabelle dosaggio.

Una goccia tre volte al giorno in un bicchiere di acqua con basso residuo fisso.  
Aumentare di una goccia ogni due giorni fino alle 8 per tre.

Si mantiene il dosaggio per una settimana alle 8 gocce tre volte al giorno e poi si incrementa di una goccia tutti i giorni fino al dosaggio di 16 gocce tre volte al giorno.

Oppure arrivati alle 8 per tre si può aumentare a 12 per tre mantenendo per una settimana e poi 16 gocce per tre volte al giorno.

Una delle assunzioni giornaliere si può prendere mezzora prima della gara o dell'allenamento.

Si consiglia il dosaggio 8 x 3 nei giorni di riposo ed il dosaggio desiderato fino alle 16 x 3 durante i giorni della gara o allenamento. (Vedi tabella iniziale)

## **PROTOCOLLO SEMPLIFICATO PER VELOCIZZARE L'ASSUNZIONE**

Iniziare con assunzione graduale. Quindi dopo che si è raggiunto il dosaggio di 16 gocce tre volte al giorno si può passare al seguente dosaggio:

**CELLFOOD® gocce** 25 gocce alla mattina ed eventualmente 10 gocce alla sera prima di cena  
**CELLFOOD® MULTIVITAMINE SPRAY:** 6 spray alla mattina e 3/6 spray dopo gara o allenamento

**CELLFOOD® DIET 20/25** gocce LA SERA sempre diluite in un bicchiere di acqua PRIMA DI ANDARE A DORMIRE.

Nei giorni delle gare o allenamento anche 30 gocce prima della gara o allenamento.

**CELLFOOD® DNARNA** 2 spray tre volte al giorno. Oppure 3/6 spray alla mattina o il pomeriggio in concomitanza a quando si hanno le gare o allenamenti.

**CELLFOOD® SILICA** 15/20 gocce diluite in acqua due volte al giorno mattina e sera nei giorni delle gare o allenamento.

**CELLFOOD® VITAMINA C SPRAY** 4/6 spray 3 volte al giorno

### **TUTTI I GIORNI**

**CELLFOOD® gocce** come sopra descritto

**CELLFOOD MULTIVITAMINE SPRAY 100% RDA** 6 spray alla mattina e eventualmente anche 3/6 spray dopo gli allenamenti!

**CELLFOOD® DNARNA** 2 spray tre volte al giorno

### **NEI GIORNI DI ALLENAMENTO E GARA SI AGGIUNGONO I SEGUENTI PRODOTTI:**

**CELLFOOD® VITAMINA C SPRAY** 4/6 spray 3 volte al giorno ( facoltativo)

**CELLFOOD® SILICA** 15/20 gocce due volte al giorno mattina e sera. ( Facoltativo)

**CELLFOOD DIET SWITCH** 20/30 gocce subito prima di partire per gara o allenamento, si possono associare anche 20 gocce di DIET SWITCH prima di andare a dormire.

A questi prodotti si possono associare a rotazione, uno al mese, gli altri prodotti della linea CELLFOOD a seconda specifiche necessità.

Ottimo **CELLFOOD SILICA** e **CELLFOOD MSM SPRAY** per il recupero da strappi muscolari o recuperopost-traumatico.

### **MOLTO IMPORTANTE: LA DISINTOSSICAZIONE**

CELLFOOD® è un integratore che, grazie alla sua esclusiva formulazione colloidale, agisce anzitutto a livello delle mucose (bocca, stomaco ed intestino) esaltandone globalmente le funzioni (assorbimento, secrezione ed escrezione). Questo effetto è talvolta percepito dal paziente con transitori disturbi intestinali ( dai 3 ai 7 giorni) (es. gonfiore addominale, stipsi, diarrea, flatulenza) i quali, anziché allarmare, devono essere interpretati come una risposta favorevole dell'organismo all'assunzione del prodotto (attivazione mucosale).

Una volta giunto in circolo, specialmente dopo assunzione mediante spray orale o sublinguale, CELLFOOD® rende immediatamente biodisponibili i suoi preziosi principi attivi permeando in profondità la matrice extracellulare fino a liberarla dalla presenza delle sostanze tossiche accumulate, spesso, a causa dell'inquinamento ambientale e/o di erronei stili di vita.

Questo effetto, che va favorito attraverso l'ingestione di adeguate quantità d'acqua (preferibilmente a basso residuo fisso), si accompagna ad una significativa stimolazione della diuresi e, talvolta, delle secrezioni a livello della cute (azione drenante, disintossicante e purificante).

Il ripristino della comunicazione tra sangue e cellule, conseguente allo "sblocco" della matrice, consente ai preziosi costituenti di CELLFOOD® di penetrare e distribuirsi rapidamente nelle cellule, pronti ad essere utilizzati sulla base delle effettive necessità ("on demand").

In particolare, l'aumentata biodisponibilità di ossigeno e di micronutrienti (sali minerali e vitamine), ottenuta in modo del tutto naturale, determina un'attivazione della funzione respiratoria mitocondriale non più gravata dagli effetti nocivi dei radicali liberi (azione antiossidante) ma accompagnata da una stimolazione generalizzata di tutte le funzioni vitali (cardiocircolatoria, respiratoria, gastro-enterica, genito-urinaria, immunitaria) e da un sensibile miglioramento delle performance sia neuropsichiche (incremento del tono dell'umore, aumento della capacità di concentrazione e di attenzione) che motorie (riduzione del senso di stanchezza ed aumento della resistenza agli sforzi muscolari, per la capacità di contenere la produzione di acido lattico) (azione energizzante).

Ecco perché i nutrizionisti di tutto il mondo suggeriscono l'integrazione a base di CELLFOOD®, soprattutto quando l'inquinamento ambientale, le piogge acide, la desertificazione dei terreni, le manipolazioni tecnologiche, sinergizzando negativamente con stili di vita incongrui (eccesso calorico, attività fisica inadeguata) riducono la biodisponibilità di ossigeno e micronutrienti ed aumentano la produzione dei radicali liberi, accelerando l'invecchiamento e predisponendo il nostro organismo a malattie spesso ad esito infausto (ictus, infarto, tumori).

## **I 7 BENEFICI PIU' IMPORTANTI DI CELLFOOD®**

### **1. Aumenta la respirazione a livello cellulare.**

Quando CELLFOOD® viene mescolato all'acqua, esso dà luogo ad una reazione che fornisce ossigeno ed idrogeno alle cellule del nostro corpo, nutrendole in modo naturale ed efficace.

### **2. Agisce da catalizzatore del rendimento metabolico.**

CELLFOOD® riesce ad aumentare l'assorbimento delle sostanze nutritive, migliorando così il nostro metabolismo.

### **3. Potenzia l'energia.**

CELLFOOD® permette all'organismo di funzionare in modo pulito ed efficiente, con conseguente aumento del livello energetico nel tempo.

### **4. Disintossica l'organismo a livello profondo.**

CELLFOOD® nella sua azione consente all'organismo di espellere dal corpo le tossine accumulate all'interno dei tessuti.

### **5. Riequilibra l'organismo.**

CELLFOOD® è caricato elettricamente in modo elevato e la sua azione bibasica ha una valenza bipolare, che tende a rimediare agli squilibri nei tessuti.

### **6. Per la sua natura colloidale, consente un assorbimento ottimale dei minerali per la sua natura colloidale.**

I minerali contenuti in CELLFOOD® sono in una speciale soluzione colloidale per un più facile assorbimento e utilizzo da parte del corpo.

### **7. Consente una bionutrizione cellulare ottimale.**

Grazie all'azione di CELLFOOD® anche altri nutrienti introdotti con l'alimentazione ne giovano e riescono ad arrivare più efficacemente alle nostre cellule.

## **Un'integrazione di ossigeno con CELLFOOD® fa bene perché:**

- Aumenta i livelli di energia senza stimoli artificiali
- Disintossica, ossigena e nutre le cellule
- Aumenta le funzioni cerebrali, l'attenzione e la concentrazione
- Protegge i polmoni e aiuta la funzione respiratoria
- Rafforza il sistema immunitario
- E' un potente antiossidante: elimina i radicali liberi in eccesso
- Facilita la digestione e il metabolismo globale
- Aiuta a ripulire l'intestino, ristabilendo le normali funzioni intestinali
- Accelera la rimozione di acido lattico, favorendo migliori prestazioni sportive
- Accelera il processo di guarigione post-traumatica
- Incrementa l'assorbimento di tutti gli altri nutrienti ingeriti
- E' un coadiuvante per la digestione ed il metabolismo
- Aiuta ad equilibrare il pH
- Garantisce maggior resistenza e forza vitale
- Garantisce un più rapido recupero delle lesioni
- Aumenta la funzionalità cerebrale, lo stato di allerta e la capacità di concentrazione
- Dà sollievo in caso di allergie

## **Inoltre CELLFOOD®:**

- E' a base di ingredienti vegetali
- È assorbito al 95-100%, grazie al suo inimitabile sistema di distribuzione
- È assolutamente atossico
- Non contiene lieviti né glutine

## **L'OSSIGENO E' VITA**

La linea di prodotti CELLFOOD® rappresenta un grande passo verso una corretta integrazione alimentare quotidiana, sia per l'apporto di innumerevoli sostanze indispensabili per la vita e ormai difficili da ritrovare nell'alimentazione di tutti i giorni, sia per la qualità e per la garanzia dei singoli componenti.

**CELLFOOD® NON CONTIENE CARBOIDRATI  
CELLFOOD® NON CONTIENE LIPIDI  
CELLFOOD® NON CONTIENE PROTEINE  
CELLFOOD® NON CONTIENE CAFFEINA  
CELLFOOD® NON CONTIENE EFEDRINA  
CELLFOOD® NON CONTIENE STIMOLANTI  
CELLFOOD® NON CONTIENE SINTETICI**