Porphyra umbilicalis

Porphyra umbilicalis è un alga riequilibrante e ricostituente per il sistema nervoso centrale e periferico. Grazie all'apporto di presenza di omega 3 , ferro, oligoelementi e proteine, permette all'organismo di ritrovare equilibrio ed energia e alla mente di ritrovare lucidità e armonia.
E' indicata in gravidanza, durante l'allattamento ed è consigliata ai bambini.
Gli acidi grassi essenziali EPA e DHA di cui è ricca possono favorire la riduizione dei livelli di trigliceridi e colesterolo.

Ingredienti: Porphyra umbilicalis, cellulosa microcristallina, magnesio stearato.
Ogni compressa contiene 250 mg di alga Porphyra umbilicalis.

Per trarre il massimo beneficio dalle alghe BIOCEAN assumere il prodotto per 3 mesi consecutivi.

ISTRUZIONI

Adulti da 3 a 6 compresse al dì, distribuite ai tre pasti principali da assumere con molta acqua.
Bambini 1 compressa ogni 15 kg di peso corporeo.

Controindicazioni : Gravi insufficienze renali

Porphyra umbilicalis è un alga rossa (rodoficee) costituita da foglie fini lanceolate di colore violaceo lunghe circa 60 cm.

Sinonimi: Nori, Laver, Lattuga rossa - Area di raccolta: Finistère (FRA)

Composizione chimica:
100 grammi contengono: Principali elementi attivi contenuti in 100 grammi

TOTALE MINERALI 17 g
TOTALE CARBOIDRATI-FIBRE 43 g
TOTALE PROTEINE 30 g
TOTALE LIPIDI 1,5 g

FERRO 150 mg
ACIDO EICOSAPENTENOICO ω3 750 mg
PORPHYRANO 22 g
AMINOACIDI ESSENZIALI 12,3 g
VITAMINA B12 0,03 mg

Altri elementi attivi:

Acidi grassi
Numerosi lavori di ricerca sulle frazioni lipidiche di Porphira umbillicalis hanno dimostrato la presenza di acidi grassi polinsaturi essenziali. Questi acidi sono essenziali per l'organismo umano perchè esso non è in grado di sintetizzarli autonomamanete. Perciò essi possono essere assunti solo per via esogena con l'alimentazione.
Porphira umbilicalis è particolarmente ricca in acidi grassi polinsaturi: acido linoleico, acido linolenico, acido gamma-linolenico, acido eicosapentaenoico (EPA), acido docosaesaenoico (DHA).

Acidi Linoleico e Linolenico
Questi composti sono classificati anche con il nome di vitamina F. L'organismo trasforma l'acido linoleico in acidolinolenico per azione enzimatica. Essi hanno un ruolo strutturale poiché costituiscono la base per la sintesi delle prostaglandine (PGE1). Come certe vitamine, gli acidi linoleico e linolenico non hanno di per se stessi un'attività biologica ma richiedono trasformazioni biochimiche all'interno dell'organismo:
acido linolenico > acido gamma-linolenico > acido dihomogammalinolenico > pge1

Le PGE1 hanno proprietà: antiaggreganti, antitrombosi, ipocolesterolemizzanti, stimolanti della produzione di ormoni.

Questi due acidi grassi costituiscono la base delle Lipoproteine ad alta densità (HDL) che convogliano il colesterolo fuori dai tessuti prevenendone i depositi.
Le loro proprietà terapeutiche sono numerose: prevengono il cancro alla pelle e allo stomaco, prevengono i disordini cardio-circolatori, sono precursori degli ormoni: sono appropriati per le sindromi premestruali, giocano un ruolo essenziale contro i problemi cutanei (pelle secca e increspata, desquamazione), esperti clinici hanno provato la loro efficacia contro l'eczema.

L'acido gamma-linolenico prende parte nella rigenerazione dei fosfolipidi delle membrane dei fibroblasti. La pelle diventa più elastica e flessibile.

Acidi EPA e DHA
Inibiscono l'aggregazione delle piastrine, giocano un ruolo preventivo contro l'arteriosclerosi poiché riducono il tasso di colesterolo e trigliceridi nel sangue. Gli acidi grassi della Porphira umbilicalis si distinguono per l'assenza del caratteristico odore di pesce e sono più resistenti all'ossidazione.

Fibre dietetiche
Porphira umbilicalis è ricca in fibre dietetiche: polisaccaridi difficilmente digeribili. in quest'alga le fibre si dividono al 50% in fibre solubili e insolubili.

Betacarotene
Anche chiamata Provitamina A, il Betacarotene si trasforma in vitamina A nell'organismo umano. La Vitamina A è liposolubile e gioca un ruolo fondamentale nella crescita, nella costruzione dell'apparato scheletrico e nella rigenerazione dei tessuti. Inoltre la Vitamina A migliora la resistenza alle infezioni, agisce sulle funzioni della retina (acutezza visiva) e controlla l'intero sistema ormonale. Ha proprità antiossidanti e anti radicali liberi, prende parte nell'attività celulare epidermica, rinforza le difese cutanee e protegge la pelle dalla disidratazione.

Il Betacarotene è stato testato con successo come sostanza protettiva contro il cancro alla pelle. se assunto come alimento aiuta a ridurre i rischi di cancro dovuto all'esposizione ai raggi ultravioletti.

Proteine
Grazie ad un processo di estrazione mediante reazione alcalina, si è potuto verificare che tra le proteine di Porphira unbilicalis vi è una costante presenza di nitrogeni (dall'11% al 14%). Gli amminoacidi sono piuttosto simili a quelli delle classiche proteine. La loro composizione è qualitativamente migliore rispetto a quelle delle piante terrestri poiché sono molto simili all'albumina contenuta nell'uovo.

Ferro
Il ferro è fondamentale per la vita. Serve per il trasporto dell'ossigeno nel sangue, per tenerlo depositato nei muscoli, per l'attività respiratoria cellulare, per la replicazione cellulare e per costruire la struttura di tessuti ed organi.

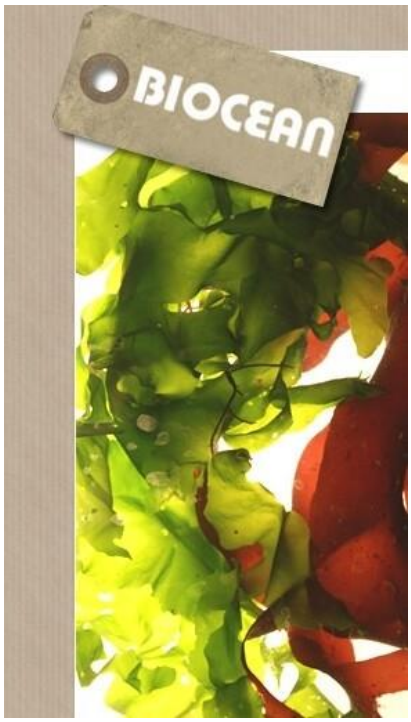
UTILITA'

Colesterolo
Grazie alla presenza di acidi grassi essenziali EPA e DHA, l'assunzione regolare dell'alga può contribuire a ridurre la presenza di colesterolo e trigliceridi nel sangue.

Lucidita' mentale
Negli stati di astenia e di depressione, l'assunzione quotidiana di Porphyra umbilcalis favorisce il ripristino di condizioni di equilibrio fisiologico atte a ritrovare le energie mentali e fisiche perdute.
Gli acidi grassi essenziali, gli oligoelementi e gli aminoacidi contribuiscono a rigenerare l'attività neuronale e ad incrementare la qualità ematica, favorendo un equilibrato recupero delle funzioni fisiche e mentali.

Gravidanza
L'alga Porphyra può essere assunta durante tutto il periodo della gravidanza per integrare sostanze indispensabili per mantenere l'organismo in buona salute. Durante la gravidanza il fabbisogno di micronutrienti è accresciuto dalle crescenti necessità del feto. Può essere quindi utile pianificare un alimentazione integrata alimenti ricchi in micronutrienti come le alghe.

PER MAGGIORI INFORMAZIONI CONTATTACI:
ERBORISTERIA ARCOBALENO
Tel. 3200469843 / 0445-524576
info@erboristeriarcobaleno.com
https://www.erboristeriarcobaleno.it/alghe/



erboristeria Arcobaleno