

più forti verso l'inverno

Tosse, mal di gola, raffreddore e influenza sono i tipici malanni che ogni anno accompagnano l'arrivo della stagione fredda. È meglio, allora, agire d'anticipo rinforzando le difese naturali dell'organismo con estratti e principi naturali in grado di contenere i disagi e ridurre al minimo i sintomi. I preparati più efficaci e diffusi contengono vitamina C, zinco, propoli, echinacea, erisimo, eleuterococco e noni.

IL SALICE

- Inlu-pirin CZ, Pronto Benessere, Pool Pharma, (in farmacia, 12 bustine da 4,5 g, € 9,50).
- Integratore di vitamina C e zinco con estratti di salice, spirea ulmaria ed echinacea.
- Aiuta a proteggere l'organismo ai primi sintomi di raffreddamento, grazie ai suoi componenti, tutti di origine naturale, che svolgono un'azione antinfiammatoria e immunoprotettiva.
- Disponibile anche in compresse effervescenti.



LA ROSA CANINA

- Rosa canina, Arkocapsule, Arkopharma (in farmacia e in erboristeria, 45 capsule, € 9,70).
- Il frutto della rosa canina, ricco di vitamina C, è tradizionalmente utilizzato per aumentare le difese immunitarie dell'organismo.
- Se ne possono prendere 1 o 2 capsule 2 volte al giorno al momento dei pasti; possono essere associate all'echinacea e al ribes nero.



IL NONI

- Omeotox Noni, Guna (in farmacia, flaconcino da 150 ml, € 10,60).
- Un integratore a base di principi vegetali "adaptogeni", in grado di favorire l'attività immunitaria dell'organismo a sostegno dell'apparato respiratorio.
- È a base di succo di noni, una pianta che svolge un'azione antibatterica, antivirale, antimicotica e immunostimolante.
- Completano il prodotto 14 estratti di piante, note per la loro azione benefica sulle vie respiratorie.



L'ERISIMO

- Winterforte spray orale, Winter (in farmacia e in erboristeria, 30 ml, € 9,50).
- Spray a base di propoli ed estratti vegetali, per combattere i bruciori di gola.
- Grazie all'aloè vera, nota per la sua azione antiarrossante, all'erisimo, dalle efficaci proprietà protettive della voce, e ai semi di pompelmo, utile contro i malanni da raffreddamento, dona sollievo alla gola e ha un effetto antibatterico.

LE MICROALGHE

- Bio-Immuné, Bios Line (in erboristeria e nelle farmacie con reparto erboristico, 30 tavolette, € 22).
- Un aiuto contro i malanni invernali a base di estratti naturali, tutti provenienti da agricoltura biologica.
- L'integratore contiene Immunoxan, un estratto di microalghe Klamth e l'echinacea, particolarmente efficaci nel sostenere le difese naturali. È arricchito con papaya, ottima fonte di vitamine A, C ed E, e altea, emolliente sulle mucose delle prime vie aeree.



L'ELEUTEROCOCCO

- Bioton Difesa Forte, Laboratori Farmaceutici Sella (in farmacia, 12 bustine effervescenti, € 13).
- Un integratore alimentare che favorisce le difese immunitarie, aiutando l'organismo a combattere influenza e raffreddore.
- A base di eleuterococco, estratto di arancia rossa, echinacea, propoli e vitamina C, è un utile supplemento al vaccino anti-influenzale e svolge anche una valida azione antiossidante.



LA VITAMINA C

- Cebion Defend, Bracco (in farmacia, 12 compresse effervescenti, € 5,90).
- Un integratore di vitamina C, zinco ed echinacea, che aiuta ad affrontare la stagione fredda.
- Contribuisce a rinforzare le difese naturali, a difendersi dagli agenti infettivi e a reagire alla debolezza del sistema immunitario.
- Al gradevole gusto di arancia rossa, non contiene zucchero né conservanti.

LA PROPOLI

- Propol2, tavolette bimbi, Aboca (in farmacia e in erboristeria, 45 tavolette, € 6,50).
- Un estratto di propoli che coadiuva le naturali difese dell'organismo ed è utile per il benessere della bocca, soprattutto durante l'inverno.
- Al gradevole gusto di miele e fragola, è pensato appositamente per i piccoli.



A cura di Letizia Sofia Comolo.