

# Herboplanet®

## ALBA CELESTA

**NOTE:** La **CENTELLA** (*Hydrocotyle asiatica*) volgarmente detta anche "tigre del prato" in quanto gli animali vi si rotolano sopra per curarsi le ferite, è una pianta officinale appartenente alla famiglia delle Umbrellifere, è originaria del continente asiatico (fascia pantropicale), ma cresce anche in Australia ed in Africa e oggi è diffusa soprattutto in India. Cresce spontanea in luoghi umidi e ombrosi, lungo i corsi d'acqua o in luoghi paludosi. La pianta contiene derivati triterpenici pentaciclici chiamati genericamente centelloidi (*asiaticoside*, *madecassoside* e *centelloside*). La Centella **contribuisce alla memoria e funzioni cognitive**. Da non dimenticare il suo contributo alla funzionalità del microcircolo (pesantezza delle gambe) e al contrasto degli inestetismi della cellulite. I frutti dell'**ANICE STELLATO** (*Illicium Verum Hook. f.*) contengono un olio essenziale costituito da *anetolo* ed altri terpeni. Il nome "*Illicium*" deriva dal latino "*illicio*", che significa attrarre, mentre il nome volgare stellato deriva dalla forma del frutto che ricorda una stella con 8 punte che all'interno contiene un seme oleoso. L'anice stellato è utilizzato in cucina, ma anche per la produzione di cosmetici e prodotti per la cura e l'igiene delle persone. È un albero tropicale sempreverde, alto tra i 5-10 metri originario dell'Asia orientale. L'Anice stellato contiene *anetolo*, *metilcavicololo*, *pinene*, *limonene*. L'Anice stellato **contribuisce alla funzione digestiva e alla regolare motilità gastrointestinale ed eliminazione dei gas**. L'**ARANCIO AMARO** (*Citrus aurantium*), detto anche melàngolo, è un albero da frutto appartenente al genere *Citrus*, che raggruppa gli agrumi. È un antico ibrido, probabilmente fra il pomelo e il mandarino. Gli Arabi lo coltivavano fin dal secolo nono, poi nei primi anni del secondo millennio lo importarono in Sicilia. L'olio essenziale, ricavato dai fiori, è ricco in *linalolo*, *pinene*, *geraniolo* e *nerolo*; tutti alcoli terpenici. L'olio essenziale **contribuisce al rilassamento e benessere mentale**, alla funzione digestiva e all'eliminazione dei gas intestinali. **CATERPILLAR FUNGUS** (*Cordyceps sinensis*) è un fungo che cresce nelle regioni montuose della Cina e del Tibet. La scoperta delle proprietà di questo fungo è da riportare agli antichi pastori tibetani di yak e capre, i quali, avendo notato un comportamento vigoroso delle loro bestie dopo il pascolo sulle grandi altitudini degli altipiani, ne hanno ricercato la causa, scoprendo che insieme alla comune erba, cresceva un'altro particolare "vegetale", anch'esso brucato dalle loro bestie. Da quel momento cominciò la sperimentazione e la scoperta dei poteri del fungo. **Il Caterpillar fungus contribuisce alle naturali difese dell'organismo e ha un'azione tonica e di sostegno**. Da non dimenticare il suo contributo alla funzionalità delle prime vie respiratorie. L'**AGARICUS BLAZEI** Murill (*ABM*) è un famoso fungo commestibile originario di un piccolo villaggio, Piedade, nelle zone degli altipiani della foresta Atlantica vicino a San Paulo del Brasile ed è stato scoperto dal ricercatore giapponese *Takatoshi Furumoto*. Il fungo è stato portato in Giappone a metà degli anni '60 e sottoposto a ricerca biomedica. L'ABM è **ricco in  $\beta$ -glucani e proteoglicani**. **L'ABM contribuisce alle naturali difese dell'organismo e al metabolismo dei carboidrati**. La **SALVIA** (*Salvia officinalis*) è una pianta della famiglia delle Lamiaceae ed è conosciuta in quanto molto usata in cucina per aromatizzare diverse pietanze. I Galli la ritenevano capace di guarire tutte le malattie e, una parte della popolazione, addirittura che avesse il potere di resuscitare i morti e per questo veniva utilizzata in alcuni riti magici. I Romani la consideravano una pianta sacra. In Cina la salvia era talmente apprezzata che si potevano avere tre cesti di foglie di tè in cambio di un cesto di foglie di salvia. La pianta contiene olio essenziale (*tujone* - circa il 50%, *cineolo*, *canfora*, *pinene* e *salvene*), diterpeni amari, flavonoidi, saponina, resina, *acido fosforico*, *malico* ed *ossalico*, mucillagini, *calcio*, *magnesio*, *potassio*, *ferro*, *vitamina B<sub>1</sub>* e *C*., tannini ed altre sostanze. **La Salvia contribuisce al contrasto dei disturbi della menopausa e**

alla **regolarità del processo di sudorazione**. Da non dimenticare il suo contributo alla **funzione digestiva, eliminazione dei gas intestinali e benessere di naso e gola. Antiossidante. Tonic (stanchezza fisica e mentale)**. Il **LEMONGRASS** è conosciuto anche con il nome di o citronella: pianta aromatica originaria dell'India e delle regioni a clima tropicale dell'Asia. A diffonderla in Occidente furono i soldati di Alessandro Magno, dopo averne valutato gli effetti benefici durante le lunghe campagne militari. L'olio essenziale della pianta **contribuisce al rilassamento e al benessere mentale**.

#### **BIBLIOGRAFIA:**

- Ernesto Riva - "L'universo delle PIANTE MEDICINALI trattato storico, botanico e farmacologico di 400 piante di tutto il mondo" - Ghedina & Tassotti editori s.r.l. - Bassano del Grappa (VI), Maggio 1995.
- Tina Cecchini - *Enciclopedia delle erbe medicinali, .....* - DE VECCHI EDITORE
- Padre Gianfranco Lazzari - *L'Erbario del Frate* - EDIZIONI S. MARCO LITOTIPO
- Alberto Fidi - *Erbe e Piante medicinali* - FRATELLI MELITA EDITORI
- Duraffourd C., D'Ervicourt L., Lapraz J.C. - *Cahiers de Phytotérapie clinique* - Masson ed., Paris 1983
- Maugini E. - *Botanica farmaceutica* - CLUSF ed., Firenze 1976
- Pomini L. - *Erboristeria italiana* - Vitalità ed
- Valnet J., Duraffourd C., Lapraz J.C. - *Phytotérapie et aromatherapie* - Presse de la Renaissance, Paris 1978
- Massari E. - *Erbe in Cina* - Milano 1981
- Penso G. - *Piante medicinali nella terapia medica* - Org. Med. Farm. Ed., Milano
- Enrica Campanili - *Dizionario di fitoterapia e piante medicinali* - Tecniche Nuove - MI
- Tom Wilsons - "Guarire con le erbe, i consigli, le malattie, le ricette, le dosi nella più ricca raccolta di erboristeria" - Fratelli Melita Editori

**AVVERTENZE:** Tenere fuori dalla portata dei bambini al di sotto di tre anni. Non superare la dose giornaliera consigliata. Il prodotto va utilizzato nell'ambito di una dieta variata ed equilibrata e uno stile di vita sano. Si consiglia l'uso del prodotto in gravidanza, durante l'allattamento e al di sotto dei 12 anni. Consultare il medico prima dell'uso se le condizioni cardiovascolari non sono nella norma. In caso di alterazioni della funzione epatica, biliare o di calcolosi delle vie biliari, l'uso del prodotto è sconsigliato. Se si stanno assumendo farmaci, è opportuno sentire il parere del medico. L'uso del prodotto è sconsigliato in caso di allergia presunta o accertata verso uno dei suoi componenti. La data di scadenza si riferisce al prodotto in confezione integra e correttamente conservato.

Le informazioni contenute all'interno di questo file non possono e non intendono porsi in alternativa alla diagnosi e/o alla terapia che sono e rimangono di stretta competenza medica. Il fine della presente applicazione è, infatti, quello di fornire una fonte di consultazione di alcuni integratori alimentari regolarmente notificati presso il Ministero della Salute, senza volontà alcuna di sostituirsi al medico che rimane il referente fondamentale a cui rivolgersi per affrontare i problemi riguardanti la salute personale