



BRONCHIOL Gusto lampone

NOTE: L'**HEDERA HELIX** era una pianta sacra per i druidi celtici, e i culti che si eseguivano con essa (ricette a base d'edera nei trattati stregoneschi, specialmente se si tratta di ricette di amore) hanno resistito fino al medioevo. L'Edera contiene delle *saponine* responsabili dell'attività espettorante che **contribuisce alla fluidità delle secrezioni bronchiali**. **HELICHRYSUM ITALICUM** o *Helichrysum angustifolium*, è una pianta officinale erbacea perenne. L'etimologia del nome Elicriso è di origine greca "*helios*" che significa sole e "*chrysos*" che significa oro. Il nome si adatta perfettamente alla pianta, infatti, ha il fiore di un colore giallo dorato molto luminoso, cresce in regioni mediterranee calde che fiorisce in estate da giugno a luglio. L'Elicriso ha **effetto balsamico e contribuisce al benessere di naso e gola**. La **ROSA DI MACCHIA** (*Rosa canina*), chiamata anche rosa selvatica, contiene Vitamina C, pectine, tannini, acidi organici, carotenoidi (*rubixantina, licopina e β -carotene*), tracce di antociani e flavonoidi. È la specie di rosa spontanea più comune in Italia, molto frequente nelle siepi e ai margini dei boschi. La rosa canina fiorisce da maggio a luglio, la maturazione delle bacche si ha in ottobre-novembre. La rosa canina simboleggia l'indipendenza. Si pensa che la corona di spine che cingeva la fronte di Gesù sia stato realizzato con rami di Rosa canina. piccoli frutti (bacche) della rosa canina sono considerati le "*sorgenti naturali*" più concentrate in Vitamina C, presente in quantità fino a 50-100 volte superiore rispetto ad arance e limoni, per questo in grado di avere un **effetto antiossidante**. La Rosa canina ha un'**azione antiossidante e contribuisce alla regolarità del transito intestinale**. *Da non dimenticare la sua azione di sostegno e ricostituente*. Le foglie di **PLANTAGO MAJOR** (*Piantaggine*) contengono glucosidi iridoidi, flavonoidi (*luteolina*), mucillagini, tannini, pectine, acido salico, sali minerali. La presenza di questi principi attivi conferisce alla pianta un'**azione emolliente e lenitiva sulla mucosa orofaringea**. *Contribuisce alla funzionalità delle prime vie respiratorie, nonché alla funzionalità delle mucose dell'apparato respiratorio e al normale tono della voce*.

BIBLIOGRAFIA:

1. Benigni R., Capra C., Cattorini P.E. - "Piante medicinali: chimica, farmacologia e terapia" - Inverni della beffa ed, Milano.
2. Duraffourd C., D'Ervicourt L., Lapraz J.C. - "Cahieres de Phytothérapie clinique" - Masson ed., Paris 1983
3. 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.
4. Tina Cecchini - "Enciclopedia delle erbe medicinali," - DE VECCHI EDITORE
5. Padre Gianfranco Lazzari - "L'Erbario del Frate" - EDIZIONI S. MARCO LITOTIPO
6. Alberto Fidi - "Erbe e Piante medicinali" - FRATELLI MELITA EDITORI
7. AA.VV. - "Enciclopedia chimica" - USES ed., Firenze
8. Enrica Campanili - "Dizionario di fitoterapia e piante medicinali" - Tecniche Nuove - MI
9. Larousse - "Encyclopédie des PLANTES MÉDICINALES identification, préparations, soins" - Larousse-Bordas - 1997
10. 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 dei 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. L'uso del prodotto è sconsigliato in caso di allergia presunta o accertata verso uno dei suoi componenti. Conservare in un luogo fresco e asciutto, al riparo dalla luce. 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.