

Herboplanet®

TSA AVENA SATIVA

Prodotto incluso nel Registro degli integratori del Ministero della Salute Belga, *codice PL 1653/75*.

NOTE: L'estratto idroalcolico di **AVENA SATIVA** (*Avena*) è stato ottenuto mettendo a macerare i semi, appena raccolti nel suo tempo balsamico (*giugno*), in una *soluzione composta da alcool e acqua depurata* e lavorata secondo il metodo **Solanimus**. L'avena comune è una pianta della famiglia delle graminacee. Le varietà utilizzate in agricoltura furono selezionate circa 4500 anni fa a partire da specie selvatiche da coltivatori europei e mediorientali. All'inizio l'avena fu data come alimento solo ai cavalli, solo in un secondo momento anche l'uomo iniziò a cibarsene. La pianta contiene amido, *vitamina B₁, B₂ e B₆*, alcaloidi, presenti anche nella Gramigna. I frutti dell'Avena sativa **contribuiscono al rilassamento (in caso di stress), al benessere mentale. Hanno un'azione emolliente e lenitiva sul sistema digerente e contribuiscono alla regolarità del transito intestinale e alla modulazione/limitazione dell'assorbimento dei nutrienti. Antiossidante.**

Sintesi psichica: **AVENA SATIVA** aiuta a liberarsi delle vecchie abitudini, aiuta a superare le difficoltà di comunicazione.

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
- AA.VV. - *Enciclopedia chimica* - USES ed., Firenze
- Benigni R., Capra C., Cattorini P.E. - *Piante medicinali: chimica, farmacologia e terapia* - Inverni della beffa ed, Milano.
- Duraffourd C., D'Ervicourt L., Lapraz J.C. - *Cahiers de Phytothérapie 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. - *Phytothérapie 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
- Max Tètau - "Gemmoterapia nuovi studi clinici" - NUOVA IPSA Editore srl - Palermo, 1989
- Larousse - "Encyclopédie des PLANTES MÉDICINALES identification, préparations, soins" - Larousse-Bordas - 1997
- 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 ed uno stile di vita sano.

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.