

Supercibi e nutrigenomici

Nell'ambito delle terapie oftalmologiche.



di Massimo Ferrari

Resp servizio di oculistica, ortottica e posturologia oculare applicata
H San Raffaele Resnati spa Milano
Direttore Eye technology research , Milano

Anche nell'ambito oculistico così come avviene in altre molteplici specialità, l'avvento e la prescrizione dei cosiddetti "Supercibi" e "Nutrigenomici" risulta ottimamente applicabile ed inseribile nel contesto delle più tradizionali terapie utilizzate nella cura delle principali affezioni che riguardano in maniera diretta o indiretta l'organo della vista.

Il più delle volte la prescrizione diretta o il gemellaggio fra questo genere di prodotti che sfruttano principi attivi naturali e/o fitoterapici e le terapie tradizionali, ha evidenziato tempi di guarigione e riduzione delle possibili recidive nella maggior parte delle affezioni oculari, soprattutto là dove sia implicato l'equilibrio e l'efficacia del sistema immunitario o dove vi siano alla base disfunzioni micro vascolari o su base infiammatoria cronica.

Negli ultimi anni l'acquisto ed il consumo dei "superfoods" si è quasi triplicato in tutto il mondo, basti pensare a quanti oggi conoscono ed impiegano le più conosciute bacche tibetane del Goji, forse uno dei più antichi antiossidanti presenti in natura, che da più di 2000 anni rappresenta in prezioso sostegno alla medicina orientale e naturale.

La gamma dei supercibi è davvero vasta e molto interessante e contempla varie sostanze naturali con proprietà che vanno dal più comune sostegno energetico al potenziamento del sistema immunitario, ad

azione antiflogistiche ed antimicrobiche, simulando il più delle volte gli stessi effetti ottenuti con sostanze medicali di estrazione chimica ma molto spesso non esenti dai temutissimi effetti collaterali e di tossicità a livello di vari organi.

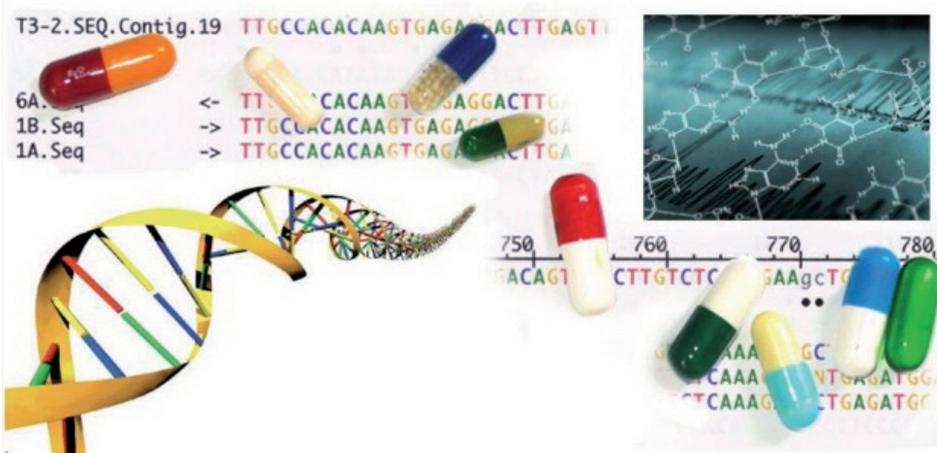
Bacche del Goji, semi di Chia, il succo di Noni, il miele di Manuka sono forse fra le sostanze più conosciute fra i Supercibi e svolgono enormi effetti antiossidanti, anti affaticamento e anti infiammatori, e possono quindi trovare indicazione nel trattamento delle varie forme flogistiche croniche, nell'alleviare i sintomi dell'astenopia (ossia dell'affaticamento oculare) e nel limitare gli effetti dell'ossidazione e dell'invecchiamento dell'organo della vista così come avviene per altri nobili tessuti.

Lo stesso si potrebbe dire per i Nutrigenomici e Farmacogenomici che oggi rappresentano un innovativo approccio scientifico e terapeutico utile sia a scopo preventivo che di trattamento di malattie complesse, fra cui disfunzioni metaboliche, neurodegenerative, neoplastiche, flogistiche, danni da stress ossidativo o di puro invecchiamento.

La Nutrigenomica è una scienza multidisciplinare che combina la conoscenza della genetica con la nutrizione e che consente di conoscere come alcuni micronutrienti e microrganismi possono condizionare le caratteristiche dei tessuti degli organi e delle singole cellule.

Questa interazione fra sostanze nutritive e genoma umano consente di selezionare e di predisporre i singoli individui a rispondere più o meno positivamente ad una determinata dieta o all'integrazione di uno o più micronutrienti.

Viene pertanto definito **Nutrigenomico** (micronutriente) o **Farmacogenomico** (microrganismo o molecola farmaceutica) quella molecola o sostanza in grado di correlarsi col sistema immu-



Supercibi e nutrigenomici

nitario e di interagire con le sequenze genetiche il cui malfunzionamento è causa delle principali patologie infiammatorie e metaboliche.

La Farmacogenetica è un settore emergente della terapia medica generale che oggi interessa un vasto gruppo di specialità e coinvolge in Italia e soprattutto all'estero un sempre maggior numero di specialisti che si sono resi conto dell'efficacia di questi prodotti e della loro espressività e specificità farmacologica, con assenza completa dei ben noti e temuti effetti collaterali ed indesiderati, più comuni dei farmaci chimici tradizionali.

Questa nuova branca si occupa dei fattori genetici ereditari che creano differenze tra i vari individui nella sensibilità ai vari farmaci.

Gli obiettivi della farmaco nutrigenomica sono quelli di studiare i meccanismi molecolari che sono alla base delle interazioni fra sostanze nutrienti, farmaci e salute, individuare le informazioni genetiche e le connessioni esistenti al fine di individuarne le terapie più idonee e personalizzate a quel tipo di individuo.

Allo stesso modo sono state create delle sostanze che saranno in un



prossimo futuro sempre più impiegate che sono denominate nanovettori o carrier biologici, capaci di legare alcune molecole farmacologicamente attive e di veicolarle nei distretti di interesse terapeutico, effettuando una terapia mirata e limitando effetti indesiderati agli altri tessuti.

Anche nel sistema visivo, così come negli altri tessuti, fenomeni di invecchiamento, di ossidazione di alterazione fisico chimica, di infiammazione cronica sono alla base di molte affezioni, alcune delle quali come

cataratta, glaucoma e degenerazione maculare senile, rappresentano oggi nel mondo le principali cause di invalidità o di perdita della capacità visiva con enormi risvolti clinici, socio economici e di gestione di questi pazienti.

La tutela dell'organo della vista come per il resto dell'organismo deve basarsi sulla prevenzione, sui corretti stili di vita e sulla qualità della nutrizione, a partire se possibile dai primissimi mesi di vita.

Yoga tasky: la frutta migliore ...sempre pronta da gustare

I freschissimi succhi di frutta in confezione squizzy, pratica e comoda, sono ideali per dissetarsi ovunque e in ogni momento con tutta l'energia salutare della frutta

Yoga Tasky è la linea di succhi di frutta arricchiti di sali minerali e vitamine, pensata per ricaricare le energie in ogni momento della giornata. I gusti sono rigeneranti perché alla frutta sono aggiunti vitamine, sali minerali e Calcio. Yoga Tasky è il succo di frutta ideale per l'estate e il fuori casa, si può bere e gustare ovunque: grazie alla sua confezione morbida, pratica e comoda, ma anche infrangibile, può essere portato in qualsiasi luogo, per dissetarsi con piacere in ogni occasione, facendo il pieno di tutte le proprietà nutritive della frutta.

Yoga Tasky infatti non solo soddisfa la sete, ma garantisce un valido apporto di nutrienti e sali minerali utili all'organismo, soprattutto in condizioni di affaticamento e forte sudorazione derivanti da attività fisica e dal clima. Il sapore è molto gradevole e lascia una fresca sensazione di piacere che conquista anche i piccoli consumatori.



Tanta frutta in 4 gusti da assaporare

- Yoga Tasky Ananas
- Yoga Tasky Multifruit
- Yoga Tasky Arancia Rossa
- Yoga Tasky ACE

Yoga Tasky è

1. infrangibile
2. impermeabile
3. con tappo a vite richiudibile