

BREVI CENNI SU ACIDOPHILUS PLUS

I batteri intestinali benefici aiutano a migliorare il nostro benessere, inibiscono lo sviluppo di batteri e funghi che potrebbero dare origine a malattie e soprattutto tendono ad equilibrare la presenza dei microbi che normalmente si trovano nell'intestino.

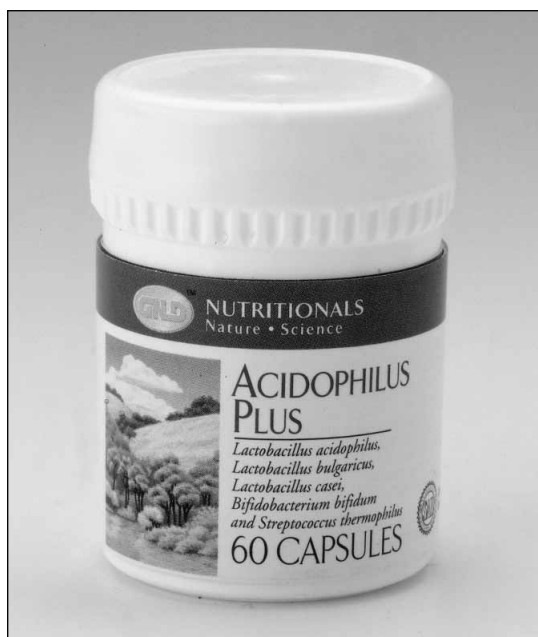
I prodotti derivati dal latte, ottenuti dalla fermentazione di questo tipo di benefici batteri intestinali (yogurt, formaggi, latte fermentato) sono consumati in tutto il mondo da millenni. Sia la scienza che le usanze tradizionali riconoscono gli effetti benefici di questi alimenti. Acidophilus Plus è l'integratore di batteri intestinali benefici prodotto dalla GNLD; unisce la sua potenza alla tecnologia per garantire che gli organismi vivi riescano a sopravvivere agli acidi prodotti dallo stomaco e possano raggiungere l'intestino, per poter fornire almeno 5 miliardi di organismi vitali in grado di esercitare i loro effetti benefici nel sostenere al meglio le funzioni dell'apparato digerente.

PERCHÉ I BATTERI INTESTINALI BENEFICI?

- I batteri intestinali benefici aiutano a mantenere il giusto equilibrio di microrganismi nell'intestino.
- Questi batteri favoriscono la produzione di vitamine, aiutando indirettamente il sistema immunitario a contrastare infezioni e malesseri.
- I latticini (yogurt, formaggi, latte fermentato), prodotti tramite l'azione dei batteri dell'acido lattico, sono stati usati in tutto il mondo per secoli per contribuire a migliorare la salute. Il loro nome deriva dal fatto che questi microscopici organismi (batteri) sono capaci di trasformare gli zuccheri presenti naturalmente, in particolare il lattosio, in acido lattico. Dato che una delle fonti più abbondanti di lattosio è il latte, non è sorprendente che questi batteri siano stati largamente impiegati nella produzione dello yogurt e dei formaggi per secoli.

PERCHÉ ACIDOPHILUS PLUS DELLA GNLD?

- È derivato da alimenti integrali. Contiene batteri benefici, isolati da prodotti derivati dal latte, per mantenere un salutare equilibrio di microrganismi nel tratto gastrointestinale.
- Ha un ampio spettro. Fornisce quantità uguali di 5 tipi di batteri benefici che producono acido lattico: *Lactobacillus acidophilus*, *Lactobacillus bulgaricus*, *Lactobacillus paracasei*, *Bifidobacterium animalis* e *Streptococcus thermophilus*.
- È concentrato. Contiene una quantità di batteri benefici pari a circa 10 porzioni di yogurt o 5 porzioni di latte a base di Acidophilus.
- Ha efficacia garantita. Ogni capsula fornisce all'intestino almeno 5 miliardi di microrganismi vivi.
- È prodotto da colture attive. Un sistema di protezione esclusivo assicura che la massima quantità di batteri vivi possa sopravvivere all'acido dello stomaco e raggiungere l'intestino dove deve agire.
- È conveniente. Ogni confezione contiene un rifornimento per due mesi.



LA STORIA DI ACIDOPHILUS PLUS

I BATTERI BENEFICI MIGLIORANO LA QUALITÀ DEL NOSTRO CIBO

Prima ancora che fosse possibile osservare i batteri con l'aiuto del microscopio, questi minuscoli organismi venivano utilizzati da millenni per produrre colture di prodotti derivati dal latte, quali il formaggio, la panna acida e lo yogurt.

Il latte fermentato è consumato con sicurezza in tutto il mondo da millenni, come è dimostrato dai dipinti sumeri che risalgono al 2500 avanti Cristo, e dalla loro menzione nell'Antico Testamento (Genesi 18:8). Il consumo dello yogurt ha fatto parte degli usi e costumi di molte popolazioni assai longeve, come gli abitanti degli Urali, molti dei quali vivono più di cento anni! Essendo risaputo che i cibi derivati dal latte sono importanti per una dieta salutare, questi prodotti hanno aumentato la loro popolarità, e oggi è più che mai disponibile una varietà di alimenti derivati del latte.

FONTI ALIMENTARI DI LACTOBACILLI DA TUTTO IL MONDO

Derivati del Latte	Batteri Benefici
Yogurt	<i>Streptococcus thermophilus</i> <i>Lactobacillus bulgaricus</i> <i>Lactobacillus acidophilus</i>
Burro	<i>Lactobacillus lactis</i> <i>Streptococcus cremoris</i>
Formaggi	<i>Lactobacillus acidophilus</i> <i>Lactobacillus brevis</i> <i>Lactobacillus casei</i> <i>Lactobacillus caucasicus</i> <i>Lactobacillus helveticus</i> <i>Lactobacillus lactis</i> <i>Lactobacillus plantarum</i> <i>Streptococcus cremoris</i> <i>Streptococcus faecium</i>
Formaggio fresco	<i>Lactobacillus lactis</i> <i>Streptococcus cremoris</i>
Yakult	<i>Lactobacillus casei</i>
Latte con bifidus	<i>Bifidobacterium bifidum</i> <i>Bifidobacterium longum</i>

LA NASCITA DEI PROBIOTICI

La maggior parte della gente conosce gli "antibiotici", che i medici prescrivono per combattere diversi tipi di batteri che causano malattie. Per contrasto esistono altri batteri, che invece aiutano a migliorare la nostra salute, e si chiamano "probiotici": il loro nome deriva dal greco "pro", favorevole, e "bios", vita.

I probiotici sono integratori microbici vivi, che agiscono beneficamente in chi li ospita, migliorando l'equilibrio intestinale. Anche se da secoli si parla dei salutari effetti benefici che

derivano dal regolare consumo dei derivati fermentati del latte, solo in questo secolo gli scienziati hanno iniziato a scoprire in che modo questi alimenti migliorino la nostra salute.

Nel 1908, lo scienziato Elie Metchnikoff, dell'Istituto Pasteur di Parigi e vincitore del Premio Nobel, diede la prima dimostrazione che i microrganismi potevano essere responsabili degli effetti benefici derivati dai lattici fermentati. Dopo aver osservato che i contadini bulgari raggiungevano età molto avanzate, Metchnikoff si convinse che la loro salute e longevità erano in relazione con i microbi contenuti nel latte acido che bevevano in abbondanti quantità.

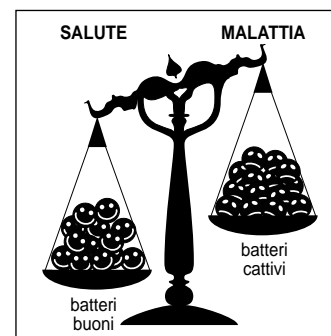


Nel suo libro *L'allungamento della vita*, egli suggerì che i batteri nocivi, capaci di generare malattie, potessero essere annientati ingerendo grandi quantità di latte acido bulgaro, il quale conteneva un batterio benefico, più tardi identificato col nome di "Lactobacillus bulgaricus". Questi organismi facevano parte di un gruppo chiamato "Lactobacilli", o batteri che producono acido lattico come prodotto finale della fermentazione del latte.

I BATTERI CHE PRODUCONO ACIDO LATTICO MIGLIORANO IL NOSTRO BENESSERE

Il tratto gastrointestinale umano è un ecosistema vario e complesso che ospita più di 400 specie di batteri. La loro importanza è dimostrata dalla loro presenza impressionante:

l'intestino contiene 1,5 Kg di batteri! Questa quantità di batteri non è sorprendente, dato lo straordinario effetto della crescita e del metabolismo batterico sulla nostra salute.



Comunque non tutti i batteri sono uguali o agiscono nello stesso modo. Alcuni sono benefici per il nostro corpo e sono necessari per una buona salute, mentre altri invece danneggiano il nostro corpo producendo tossine. Quelli che producono acido lattico sono benefici per la nostra salute.

Convertendo il lattosio in acido lattico, essi diminuiscono il pH del colon e inibiscono la crescita di batteri nocivi.

Quando i batteri produttori di acido lattico sono presenti in quantità limitata, i batteri nocivi possono aumentare di numero. Gli effetti possono variare da un semplice disagio nella digestione fino a malattie gastrointestinali più gravi.

Uno squilibrio tra batteri "buoni" e batteri "cattivi" in favore

di questi ultimi può creare le premesse per una sequenza di avvenimenti che possono essere la causa scatenante di problemi più gravi.

ESEMPI DI BATTERI “BUONI” CHE PRODUCONO ACIDO LATTICO

<i>Bifidobacterium animalis</i>	<i>Lactobacillus acidophilus</i>
<i>Lactobacillus paracasei</i>	<i>Lactobacillus bulgaricus</i>
<i>Streptococcus thermophilus</i>	

Sapevate che... alcuni batteri “buoni” hanno dei nomi che potrebbero farli sembrare batteri nocivi?

Lo *streptococco*, per esempio può essere un batterio benefico anche se la maggior parte delle persone pensano al mal di gola (in inglese: “*strep throat*”) quando sentono il nome.

Streptococco si riferisce soltanto alla “forma” del batterio, e non ha niente a che fare con le sue proprietà di favorire la salute o di causare malattie (dal greco “*streptos*”, che significa “*ritorto*” e “*kokkos*” che significa “*chicco*”).

Streptococcus thermophilus, *Streptococcus cremoris* e *Streptococcus faecium* sono stati utilizzati con sicurezza per secoli nei prodotti derivati dal latte.

ESEMPI DI BATTERI POTENZIALMENTE PATOGENI, “CATTIVI”

<i>Clostridium botulinum</i>	<i>Escherichia coli</i>
<i>Salmonella typhimurium</i>	<i>Shigella dysenteriae</i>

Di norma vi è un **equilibrio** tra i diversi tipi di batteri che sono presenti nel nostro intestino. Però, quando ci si ammala o si fa uso di antibiotici, questo equilibrio può venire sconvolto, e i Lactobacilli sono i primi ad essere carenti.

IN CHE MODO I BATTERI BENEFICI AIUTANO A MIGLIORARE LA NOSTRA SALUTE

I batteri produttori di acido lattico tendono a combinarsi in modo benefico con le tossine e gli acidi biliari. Mentre questo tipo di azione evita che le sostanze tossiche possano essere riassorbite, esso uccide i microrganismi, che vengono poi eliminati come scorie solide dal nostro organismo.

Il *Lactobacillus acidophilus* (dal latino: “che ha affinità con l’acido, che produce acido lattico”), il batterio benefico più conosciuto, iniziò ad attirare l’attenzione come integratore alimentare già nella metà degli anni venti.

Nel 1935 furono pubblicati i primi risultati delle ricerche cliniche, che dimostravano che l’*acidophilus* aveva regolarizzato le funzioni intestinali in pazienti che soffrivano di stitichezza cronica.

Da allora, gli scienziati hanno identificato molti altri benefici per la salute che i batteri produttori di acido lattico possono apportare, e che probabilmente sono il risultato indiretto della loro capacità di :

- produrre acido lattico, aumentando il livello di acidità dell’intestino inibendo la crescita di batteri nocivi, quali *Clostridium*, *Salmonella*, *Shigella* ed *Escherichia coli*;
- diminuire la crescita di diversi metaboliti tossici;
- migliorare l’assorbimento di minerali quale il calcio, grazie all’aumento dell’acidità intestinale;
- utilizzare il lattosio, al quale molte persone sono intolleranti,

per produrre acido lattico. Dato che i prodotti derivati dal latte hanno un contenuto di lattosio molto più basso, essi vengono digeriti più facilmente del latte. Inoltre i Lactobacilli sono capaci di produrre enzimi che riducono il livello di lattosio;

- produrre una vasta gamma di sostanze antibiotiche (acidofillina, batteriocina, etc.) che aiutano a controllare il livello di batteri patogeni e di funghi come la *Candida*;
- produrre vitamine, specialmente le vitamine del gruppo B e la vitamina K;
- agire come barriera per prevenire la colonizzazione dell’intestino da parte di batteri patogeni.

Ogni specie di batterio benefico è unica: ciascuna produce enzimi speciali, disintossica da diverse sostanze, e colonizza diverse zone dell’intestino. Per queste ragioni è preferibile avere un ampio spettro di organismi.

I batteri “buoni” aumentano la resistenza alle invasioni batteriche indesiderate. Quando la quantità di batteri dell’acido lattico nell’intestino è più bassa della norma, anche la resistenza agli agenti patogeni risulta inferiore al normale.

I BENEFICI DEI BATTERI DELL’ACIDO LATTICO

La letteratura scientifica ha documentato l’effetto positivo che i prodotti derivati dal latte e gli integratori probiotici possono avere in diverse situazioni:

- diarrea
- stitichezza
- colite (infiammazione del colon)
- gastroenterite (infiammazione dello stomaco e dell’intestino)
- infezioni causate da batteri patogeni e da funghi (per esempio: infezioni da lievito, avvelenamento da cibo che causa infezioni)
- flatulenza
- intolleranza al lattosio
- cattiva digestione
- scarsa utilizzazione dei nutrienti dagli alimenti

LA CARENZA DI PROBIOTICI

I seguenti fattori possono impoverire i batteri benefici e creare un loro disequilibrio nell’intestino:

- antibiotici, che possono distruggere sia i batteri buoni che quelli cattivi
- altri farmaci
- infezioni (batteriche, virali, e causate da funghi)
- diarrea cronica
- stress

L’equilibrio tra batteri buoni e cattivi all’interno dell’intestino può influenzare:

- il livello nutrizionale
- l’efficacia dei medicinali
- le funzioni fisiologiche
- le infezioni
- il benessere

E’ spesso difficile ottenere un buon apporto di batteri benefici attraverso ciò che mangiamo. Inoltre anche se fossero pre-

senti batteri vivi, si dovrebbero consumare grandi quantità di yogurt per ottenere un effetto positivo, specialmente se consideriamo quanto segue:

- a causa della pastorizzazione, molti degli yogurt più diffusi in commercio non contengono colture di organismi vivi;
- i test di laboratorio hanno dimostrato che, in molti prodotti derivati dal latte, le specie di batteri che dovrebbero essere presenti, spesso lo sono in quantità molto piccole;
- i cibi cotti non contengono organismi vivi, ogni prodotto derivato dal latte dovrebbe essere consumato crudo per poter trarre vantaggio da qualsiasi beneficio probiotico;
- i batteri benefici non riescono a sopravvivere all'ambiente acido dello stomaco. Perciò sono pochi gli organismi vivi che riescono ad arrivare all'intestino per esercitare i loro effetti benefici.

ACIDOPHILUS PLUS AIUTA A RESTARE IN FORMA

Una vasta gamma di organismi dalla catena alimentare umana! Mangiare regolarmente tutti i giorni prodotti derivati dal latte provenienti da tutto il mondo sarebbe il modo ideale, ma impraticabile, di assumere diversi microrganismi. Per fornire un supporto ad ampio spettro per la salute del tratto gastrointestinale, la GNLD ha selezionato ed isolato solo le migliori specie utilizzate nella preparazioni di alimenti integrali: yogurt europeo, latte fermentato con Acidophilus, latte fermentato con Bifidus e lo "Yakult", un latte fermentato molto usato in Giappone.

L'identità delle diverse specie è sottoposta a continui rigorosi controlli, per poter assicurare che esattamente le giuste specie siano sempre presenti. Il prodotto fornisce 5 tipi di batteri, che producono acido lattico, nella proporzione 1:1:1:1:1.

- *Lactobacillus acidophilus*
- *Lactobacillus bulgaricus*
- *Lactobacillus paracasei*
- *Bifidobacterium animalis*
- *Streptococcus thermophilus*

È conveniente! Mentre i prodotti derivati dal latte hanno vita molto breve, Acidophilus Plus della GNLD può durare molto a lungo se conservato adeguatamente (cioè: conservare in un luogo fresco e asciutto, e tenere in frigorifero dopo l'apertura). Inoltre, mentre i prodotti derivati dal latte possono essere scomodi da trasportare, immagazzinare e a volte anche da trovare, Acidophilus Plus potrà seguirvi ovunque vi porti la vostra frenetica vita quotidiana.

Assumere una capsula di Acidophilus Plus ogni giorno è un sistema pratico per aiutare a mantenere un equilibrio sano e costante della flora intestinale.

Ha efficacia garantita! Le diverse specie di batteri della GNLD sono coltivate in condizioni di controllo molto rigorose, per poter garantire un livello elevato di batteri attivi, molto superiore infatti a quello contenuto in una porzione di prodotti derivati dal latte. Infatti una sola capsula di Acidophilus Plus contiene una quantità di batteri benefici pari a circa 10 porzioni di yogurt o 5 porzioni di latte con Acidophilus. Per mantenere la salute del tratto gastrointestinale, il nostro organismo ha bisogno di una quantità di batteri che va da 100 milioni ad 1 miliardo al giorno. E' garantito che ogni capsula di Acidophilus Plus fornisce almeno 5 miliardi di microrganismi vivi.

Sfrutta la "Tecnologia dell'Apporto Mirato"! La nostra esclusiva "Tecnologia di Apporto Mirato" protegge i batteri benefici dall'ambiente acido e ostile dello stomaco, e rende altissimo il numero di batteri vivi che raggiunge l'intestino. Nella produzione di Acidophilus Plus, diverse specie di batteri che producono acido lattico sono state miscelate insieme con polisaccaridi gelatinosi, che sono insolubili in condizioni acide, e infine incapsulate in capsule gelatinose dure. Quando la capsula incontra l'ambiente acido dello stomaco, essa si scioglie ed il suo contenuto forma una matrice insolubile che



protegge i batteri. Quando il contenuto dello stomaco raggiunge l'intestino, questa matrice si dissolve rilasciando i batteri. Ecco! Queste colture attive vengono apportate direttamente nel sito dove dovranno esercitare i loro effetti salutari!