



PROMEFIT

PROGRAM MEDICAL FITNESS

TRADATE (VA) 21049 - ITALIA

C.so Bernacchi 63

Tel. +39-333 6362630

PASSIFLORA (passiflora incarnata; famiglia delle Passifloracee)

Arbusto originario delle Regioni Tropicali dell'America Meridionale, si è adattato perfettamente alle regioni italiane dove cresce spontaneamente.

Prende il nome dalla "struttura del fiore" che è stata messa in relazione con la Passione di Cristo: "fiore della passione".

In erboristeria se ne impiegano le foglie e le parti aeree che contengono: alcaloidi, armano, passiflorina, luteolina, quercetolo, fitosteroidi, acidi fenoli, curarine, eterosidi, cianogenici, ossicumarina, steroli, aminoacidi, acidi grassi ed organici, oltre a tracce di: olio essenziale, flavonoidi, vitexina, isovitexina, saponaria, rutina, quercetina, apigenina, luteolina.

- Gli alcaloidi aromatici ed i flavonoidi avrebbero una azione spasmolitica, utile soprattutto a livello bronchiale;
- i flavonoidi hanno una azione sedativa;
- il maltolto (etil-maltolo) ed i flavonoidi potenziano l'effetto dei tranquillanti;
- le armatine sono leggermente stimolanti; dilatano le arterie coronarie.

L'attività farmacocinetica della passiflora è essenzialmente sedativa ed antispasmodica, utile nelle turbe del sonno, negli stati di ansia nevrotica, isterica, ossessiva, post-traumatica. Viene usata come facilitatore del sonno, riducendo anche i risvegli notturni.

Si utilizza anche nella menopausa anche perché riduce la tachicardia, la dispnea, le vampate di calore e le situazioni di stress.

L'azione della passiflora dovrebbe svolgersi a livello centrale, esercitando un lieve effetto sedativo senza produrre tuttavia effetti narcotici.

Rilassa il tessuto muscolare liscio, per cui è un ottimo antispastico, con effetti digestivi. È anche utile nei dolori mestruali in quanto rilassa i muscoli della parete uterina, nelle gastralgie, nelle dispepsie e nelle forme dolorifiche, anche perché potenzia gli effetti dei farmaci allopatrici.

È utile nel trattamento delle ferite perché uccide molte muffe, funghi e batteri patogeni

Non ha particolari effetti collaterali, tuttavia non si utilizza in caso di gravidanza perché le armatine inducono una stimolazione uterina.

Il Dott. Lucioni, sulla base anche degli studi del Dott. Walter Pierpaoli, ne auspica l'utilizzo negli stati di tensione e di ansia nei bambini disabili psichici. Questo

permetta di non utilizzare psicofarmaci che, per lo più, sono di difficile impiego dal momento che spesso inducono risposte paradossali (di eccitazione psicomotoria incontrollabile).

È stata osservata una stretta sinergia tra la passiflora e la melatonina per cui, attualmente, si utilizza anche l'uso combinato delle due sostanze, tenendo in conto, tuttavia, che non è auspicabile l'uso della melatonina nelle giovani età perché andrebbe a frenare l'azione normale dell'epifisi (che resta attiva sino all'età giovanili).

MELATONINA

È una sostanza naturale prodotta dalla ghiandola pineale (epifisi). È una "molecola intelligente" che viene intesa come facilitatore "utile dove ce ne sia bisogno", anche se tuttavia non se ne conoscano perfettamente le attività farmacocinetiche.

Non si conoscono controindicazioni di sorta per il suo uso non avendo effetti collaterali.

La migliore qualità si ottiene dall'estrazione dal cacao.

Oggi è usata particolarmente come regolatore del ritmo del sonno (per l'adattamento ai cambiamenti di latitudine = ristabilisce il ciclo circadiano) e, per questo, viene usata mezz'ora prima di coricarsi.

La melatonina agisce in modo diretto sulla ghiandola pineale, mantenendola efficiente e preservandola dall'invecchiamento.

La pineale è una piccola ghiandola sita alla base del cervello ed è connessa con una rete neuronale importante collegata con il sistema neuro-endocrino-ormonale.

La ghiandola pineale è la chiave per comprendere l'invecchiamento proprio perché controlla dalla nascita alla morte, la quotidiana variabilità degli ormoni che regolano tutte le funzioni biologiche.

È un efficace stimolatore del sistema immunitario, aumentando le difese naturali e preservando dalle malattie in genere (influenza, raffreddori, ecc.) ed in particolare anche da quelle più tipiche della vecchiaia.