



Linee guida da adottare per implementare la salute del Sistema Immunitario





Questo manuale vuole fornire delle indicazioni di supporto al rafforzamento del sistema immunitario affiancandosi alle metodiche e ai prodotti già utilizzati e presenti nella quotidianità di ognuno o in farmacia. Tali linee guida sono basate su ricerche ed esperienze cliniche dei nostri KOL di riferimento in tutto il mondo: USA, Canada, Regno Unito e Australia altamente specializzati in salute gastrointestinale, salute metabolica, sistema immunitario, ormoni, salute delle persone anziane e molto altro.

Questo documento è stato sviluppato grazie alle indicazioni del Dott. Samuel Yanuck, esperto in immunologia, assistente professore nel programma di medicina integrativa presso la UNC School of Medicine, fondatore del “Centro Yanuck per la vita e la salute” e creatore del corso online di immunologia funzionale chiamato “Cogence Immunology”

Questa guida è strutturata in 4 livelli e sviluppata per implementare la funzionalità del sistema immunitario in 4 passaggi chiave:



Assicurare l'utilizzo ottimale dei nutrienti che supportano il sistema immunitario



Sostenere la risposta immunitaria innata e la difesa cellulo-mediata



Mantenere il bilancio delle citochine, prendendo come target le vie metaboliche del NLRP e NFκB



Supportare la funzionalità immunitaria attraverso il sonno e il riposo

Sviluppato dal nostro gruppo di esperti in medicina funzionale e integrativa provenienti da USA, Canada, Regno Unito e Australia e guidati dal Dott. Samuel Yanuck, immunologo funzionale.



Peter Bongiorno
N.D., L.Ac.



Caroline Cederquist
M.D.



Denise Furness
Ph.D.



Felice Gersh
M.D.



Daniel Kalish
D.C.



Shelena Lalji
M.D.



Angela Mazza
D.O.



Nathan Morris
M.D.



Nigel Plummer
Ph.D.



Chris Spooner
N.D.



Jacob Teitelbaum
M.D.



Izabella Wentz
Pharm.D., FASCP



Samuel F. Yanuck
D.C., FACFN, FIAMA

Livello 1: Nutrienti essenziali per il Sistema Immunitario



Nutrienti	Suggerimento Prodotto Pure Encapsulations®	Descrizione
Vitamina C	Vitamina C 1000 (978100523)	La vitamina C presenta molte funzioni fisiologiche tra cui quella immunitaria e l'integrità vascolare. Supporta le difese immunitarie dell'organismo incrementando la funzionalità ed attività dei globuli bianchi, i livelli degli interferoni, le risposte degli anticorpi e la secrezione degli ormoni timici.
Zinco	Zinco (978100550)	Lo zinco supporta il sistema di difesa dell'organismo. Citrato e piccolinato di zinco sono formule altamente assorbibili, che contribuiscono nel promuovere la funzionalità di neutrofili, cellule natural killer e linfociti T.
Vitamina D	Vitamina D₃ 1000 U.I. (978100535)	Il ruolo della vitamina D rapportato al sistema immunitario è noto da tempo: i recettori della vitamina D si ritrovano in numerose cellule del sistema immunitario tra cui linfociti e macrofagi che supportano l'attivazione delle stesse. In alcuni soggetti, la vitamina D supporta la funzionalità cardiovascolare.
Selenio	Selenio (978100497)	Il selenio è un antiossidante che supporta le difese immunitarie e la salute cellulare. È consigliata l'assunzione più volte a settimana, ma non giornaliera.
Vitamina A	Vitamina A (978100511)	La vitamina A è essenziale per il corretto funzionamento di diversi processi biologici tra cui vista, crescita e sviluppo, funzionalità riproduttiva e sistema immunitario. Inoltre, supporta il corretto mantenimento delle mucose.

Livello 2: nutrienti che aumentano la risposta immunitaria linfocitaria



Nutrienti	Suggerimento Prodotto Pure Encapsulations®	Descrizione
Sulforafano	Detox Nrf2 (978100384)	Il sulforafano derivante dai broccoli promuove diversi aspetti dell'omeostasi del sistema immunitario mantenendo la salute delle cellule della mucosa. Studi su modelli animali e cellulari evidenziano il supporto di questo composto nella produzione dell'interferone gamma il quale promuove la differenziazione in Th1 e la produzione di interleuchina 2.

Livello 3: Nutrienti che mantengono l'equilibrio delle citochine



Nutrienti	Suggerimento Prodotto Pure Encapsulations®	Descrizione
Curcumina	<u>Curcumina</u> (978100372)	La curcumina è viene da tempo utilizzata per supportare il corretto metabolismo della ciclossigenasi, delle prostaglandine e dei leucotrieni. Sembra inoltre, che contribuisca a mantenere la funzionalità del ciclo cellulare e presenti un'azione antiossidante. Inoltre, supporta la naturale detossificazione dell'organismo e aiuta a mantenere una corretta funzionalità epatica.
Resveratrolo	<u>Resveratrolo extra</u> (978100473)	il resveratrolo aiuta a mantenere un corretto livello delle proteine SIRT1 che supportano l'omeostasi cellulare. Il resveratrolo modula l'attività dell'Nrf2, importante fattore di trascrizione che supporta la funzionalità cellulare promuovendo l'espressione genica, la protezione delle cellule dallo stress ossidativo e la detossificazione dell'organismo.

Livello 4: Sonno e ghiandole surrenali



Nutrienti	Suggerimento Prodotto Pure Encapsulations®	Descrizione
Adattogeni	<u>Energia Extra</u> (977732371) <u>Panax Ginseng</u> (978100461)	Panax ginseng ed Eleuterococco sono piante adattogene promuovono l'equilibrio fisiologico e moderano lo stress occasionale. Recenti studi in doppio cieco hanno evidenziato il supporto della rodiola nel moderare il senso di fatica in condizioni di stress. Nel loro complesso, questi elementi supportano l'attività e la salute delle ghiandole surrenali.



www.shop.purecaps.it