

## IL RUOLO DEGLI INGREDIENTI

**GIUGGIOLO (*Zizyphus jujuba*):** I semi di Giuggiolo presentano numerose proprietà benefiche e proprio per questo hanno trovato largo impiego soprattutto per le sue proprietà rilassanti, scientificamente confermate. Ricercatori giapponesi hanno isolato i componenti responsabili dell'attività dei semi dello *Zizyphus* tra cui spiccano per importanza e specificità le saponine triterpeniche denominate jujubosidi. Studi scientifici effettuati dopo gli anni '90 hanno confermato le proprietà rilassanti del Giuggiolo correlate alla capacità dei costituenti attivi di interagire con i sistemi monoaminergici cerebrali (vie della serotonina, noradrenalina, dopamina). Questi sistemi, con la propria attivazione normale e coordinata, sono i responsabili del controllo di tutte le manifestazioni emotive non patologiche.

**INOSITOLE E MIO-INOSITOLE:** l'inositolo è una sostanza essenziale per l'organismo, che è in grado di procurarselo in autonomia affiancandolo a quello di origine alimentare. È considerato un nutriente vitamino-simile (vit. B7) e può trovarsi in diverse forme fra le quali spicca per il suo ruolo biologico di prim'ordine il mio-inositolo. Una volta assunta o prodotta questa sostanza entra nelle cellule dove è in gran parte trasformata in fosfatidilinositolo le cui azioni biologiche sono molteplici: a livello delle membrane plasmatiche partecipa ai sistemi di trasmissione dei segnali che controllano l'equilibrio biologico di ogni cellula. Recenti studi hanno evidenziato per il mio-inositolo un primario ruolo biologico quale intermediario nella formazione di importanti neurotrasmettitori del sistema nervoso centrale, come la serotonina, che è coinvolta soprattutto nella regolazione dell'umore.

**MELATONINA:** la melatonina è una molecola ubiquitaria e ampiamente distribuita in natura, la cui attività funzionale si riscontra in organismi unicellulari, piante, funghi e animali. Nella maggior parte dei vertebrati, tra cui l'uomo, la melatonina viene sintetizzata per lo più nella ghiandola pineale e viene regolata dal ciclo luce/buio dell'ambiente. Le proprietà della melatonina sono intimamente correlate al ritmo circadiano. Questo è un ciclo giornaliero, caratterizzato da una periodicità di 24 ore, che si registra nei processi fisiologici degli esseri viventi. In sintonia con esso vengono regolati molti dei fenomeni che avvengono nell'organismo da cui la definizione di sostanza con proprietà cronobiotiche.

SERENA...MENTE

# ANSIO REVIL®



Riduce

il senso di inquietudine del  
nostro vivere quotidiano

*la qualità ha un nome*



A.B.C. Trading S.r.l.  
Via Buozzi, 21 - 20851 Lissone  
Tel. 039.2454591 - Fax 039.2454624  
[www.abctrading.it](http://www.abctrading.it)

# ...CHIAMALE SE VUOI EMOZIONI

La nostra vita ne è piena: sono come un fiume perenne, scorrono placide o tumultuose e ci accompagnano nel corso del nostro vivere quotidiano. Se vogliamo definirle possiamo azzardare: "ogni agitazione o turbamento della mente sia in senso di esaltazione ed eccitazione sia di abbattimento e frustrazione, le emozioni sono reazioni, vibrazioni agli stimoli della vita".

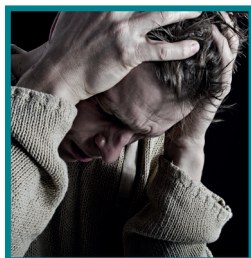
Amore, rabbia, paura, gioia, tristezza generano sensazioni, sentimenti, stati d'animo profondi con i quali il nostro vissuto razionale deve fare i "conti tutti i giorni". Ed è dalla rottura dell'equilibrio emozioni-ragione che nascono i disagi psicologici e le inquietudini del nostro vivere quotidiano.



## CONOSCI TE STESSO

*Già nell'antichità...*

Questa è la scritta che campeggiava sulla facciata del tempio del dio Apollo a Delfi che ha influenzato per secoli la cultura filosofica del mondo occidentale. Nell'antica Grecia era innanzi tutto un richiamo ad ognuno a riconoscere ed accettare i propri limiti. Non a caso troviamo questo concetto sviluppato in vari elementi filosofici: lo slancio dell'uomo, quale essenza materiale e spirituale, verso la conoscenza, liberato finalmente da pregiudizi e condizionamenti culturali ed ambientali. L'esortazione "conosci te stesso" è una sentenza sicuramente religiosa che induceva tutti a prendere coscienza della fragilità ed imperfezione dell'essere umano: induceva a pensare, insomma, e si sa che il pensiero più è profondo più è lento a fluire.



# CONOSCI TE STESSO

*...al giorno d'oggi*

Da allora il mondo occidentale è inevitabilmente e radicalmente cambiato: il quotidiano ha assunto caratteristiche nuove, una velocità nuova. Oggi viviamo in una società in cui fragilità e limiti sono demonizzati ed ancor più, ignorati. La parola d'ordine è quindi negare ogni nostra limitazione o debolezza, cancellarla. Troppe persone vivono con un costante senso di disagio i ritmi di una civiltà che si fa sempre più complessa ed esigente: società ad "alta richiesta", è stata definita. Non sono passati molti anni da quando stress è diventata una delle parole più usate nelle conversazioni, nei giornali, nei libri. Non è solo fatica e difficoltà, è stato emotivo negativo, irritabilità, perdita del sonno, calo del tono dell'umore, stanchezza fisica che porta con sé cambiamenti e mutamenti comportamentali.

## MENTE SERENA

Sappiamo che l'agitazione è uno stato d'animo passeggero, quale segno dell'adattamento individuale alle situazioni della vita che ci richiedono risposte sempre soddisfacenti. Quando le tensioni che per lungo tempo ci hanno infastidito, così accumulate e così trascurate, raggiungono la soglia critica, diventano segnali di un profondo disagio emotivo. Ed ecco sopraggiungere una serie di manifestazioni reazionali con pesanti coinvolgimenti strettamente soggettivi sia a livello fisiologico sia comportamentale così da ridurre sempre più la sensibilità e la vitalità della nostra mente e del nostro corpo.



**ANSIOREVIL,  
AIUTA A SCIogliere  
LE TENSIONI EMOTIVE  
QUANDO  
INVADONO LA VITA  
DI TUTTI I GIORNI,  
FAVORENDO  
RILASSAMENTO  
E BENESSERE  
MENTALE.**