



Citrus aurantium

*In questo numero di infomu  
presentiamo due rimedi  
che possono aiutare  
l'organismo a riequilibrare  
il nostro metabolismo.*

n.6

## EDITORIALE

L'efficienza metabolica è uno dei principali fattori di successo tra le specie viventi. Questo meccanismo, infatti, rappresenta la misura dell'equilibrio tra l'apporto e la spesa energetica. Questi parametri sono tarati biologicamente per ottimizzare la resa in termini di capacità operativa di ogni singola specie. Mentre, con le dovute eccezioni per le specie domesticate animali e vegetali, tutti gli altri esseri viventi prosperano all'interno di una finestra metabolica che ne costituisce il limite e ne determina la sopravvivenza in relazione all'ambiente di appartenenza, per la nostra specie questo legame stretto ed ancestrale si è alterato in maniera proporzionale alla capacità che abbiamo via via sviluppato di condizionare e modificare l'ambiente.

Tuttavia il nostro soma è una macchina ben più antica rispetto al tempo effimero del nostro recente sviluppo sociale in un rapporto di uno a mille se si considera l'esperienza dell'homo sapiens rispetto ai suoi antenati.

La conseguenza è che ci siamo adattati prima che trasformati da raccoglitori in coltivatori. Il passaggio ha segnato una nuova ed inedita disponibilità alimentare che ha reso meno efficienti i nostri individuali meccanismi di accumulo. Sono così comparse nell'orizzonte dell'uomo malattie e condizioni che, con un neologismo non privo di ironia, definiamo del benessere.

Cosa succede ad un organismo programmato per accumulare riserve energetiche che non ha più la possibilità di utilizzarle? Normalmente ingrassa ed ingrassando innesca

l'ulteriore paradosso della dipendenza dal cibo e di fabbisogni crescenti, in una spirale che prima o poi sfocerà in una patologia più o meno grave. Al nostro arco abbiamo, comunque, alcune frecce: la consapevolezza e la disciplina alimentare, in primis, ed a seguire, la pratica di sport o attività ad alto dispendio energetico ed infine una minore sedentarietà. Ma soprattutto, poiché è indispensabile compensare tempestivamente ogni deriva di accumulo, possiamo utilizzare quei rimedi che la natura e la scienza medica mettono a nostra disposizione. Tra i molti, gli acceleratori metabolici e gli stimolatori del ciclo endocrino rappresentano una valida alternativa per chiunque voglia recuperare, almeno in parte, quell'equilibrio tra forma e benessere fisico che il nostro corpo anela per motivi di salute e benessere complessivo e la nostra mente insegue come retaggio di una attrattività sociale che, comunque, fonda le sue radici e la sua ragion d'essere nel successo biologico inteso come capacità ed appetibilità riproduttiva.

# Riequilibrare il nostro metabolismo

## meta.mu

Rimedio peculiare nella rigenerazione della termogenesi e del metabolismo basale per il conseguimento del giusto equilibrio ponderale. Interviene sulla regolazione ipotalamica modulando l'azione dei nuclei ventrali e laterali, riducendo la così detta fame nervosa verso i carboidrati. Svolge altresì una efficace azione lipolitica senza peraltro interessare la massa magra. Particolarmente indicato in corso di programmi dietetici controllati.

*Citrus aurantium*: interessante per la sua attività termogenetica selettiva, stimola

delle lipasi ormono-sensibili e conseguente mobilizzazione degli acidi grassi dal tessuto adiposo, specie se si associa un'adeguata attività fisica ed una dieta mirata. Considerevole anche la sua attività anabolica peraltro sinergizzata dall'intervento sul riequilibrio degli stimoli fame/sazietà.

*Paullinia cupana*: eccellente dimagrante per l'azione associata fra incremento dei livelli di AMP ciclico e relativa inibizione della fosfodiesterasi. Ciò determina notoriamente un aumento funzionale della lipasi ed induzione della lipolisi.

*Cromo picolinato*: utile nella regolazione del metabolismo glucidico e lipidico, potenzia l'azione insulinica legandosi ed attivandone i recettori periferici. A causa del ridotto assorbimento a livello enterico, circa l'1%, si rende necessaria un'integrazione di circa 50-200 mcg/die. N.B.- Non somministrare in gravidanza e allattamento, nelle sindromi cardiovascolari e in caso di ipertensione già in trattamento farmacologico.

meta.mu interviene sulla regolazione ipotalamica modulando l'azione dei nuclei ventrali e laterali, riducendo la così detta fame nervosa verso i carboidrati.

i recettori beta-3 adrenergici ubicati a livello epatico e nel tessuto adiposo deputati alla lipolisi. Considerata l'assenza di interferenze su altri recettori catecolaminici quali alfa-1, alfa-2, beta-1, beta-2, alla posologia suggerita è privo di effetti avversi sia sul SNC sia sul SCV. Per l'azione peculiare sulla beta-ossidazione dei grassi trova impiego nel riequilibrio fra massa grassa e massa magra ed è quindi indicato nelle diete dimagranti, oltre a fornire un significativo implemento della performance fisica.

*Commiphera mukul*: ricca in guggulsteroni, diterpenoidi, esteri alifatici e carboidrati favorisce il metabolismo lipidico e modula la funzionalità tiroidea.

*Rhodiola rosea*: inconfutabili ricerche scientifiche ne hanno evidenziato l'efficacia per quanto attiene la stimolazione

## CASO CLINICO

E.P. - aa. 38 - F

A.P.P.: Si reca in visita per sovrappeso, dispnea da sforzo, tachi-aritmia sine materia, ansia, irritabilità, insonnia, sudorazione. Nega fumo e alcool. Dieta decisamente orientata verso i carboidrati, scarsa idratazione. Nessuna terapia in atto.

A.P.R.: Buone condizioni di salute fino



Commiphera mukul



# Sovrappeso e depressione



Rhodiola rosea

alla prima gravidanza, dopo la quale non è più riuscita a recuperare il peso-forma. Anche il quadro sopra descritto pare ascrivibile al post-partum. Riferisce pregressi tentativi dietetici, con assunzione di amfetamine, peraltro vani se si esclude l'apparente successo iniziale.

A.F.: Genitori viventi, madre diabetica e padre affetto da ipertensione essenziale. Null'altro a carico di ascendenti e collaterali.

E.O.: Tratti di obesità ginoide, normotesa, modico ingrossamento epatico senza riscontro ecografico di steatosi. Ciclo mestruale regolare, non assume contraccettivi. Parametri ematochimici nella norma, se si eccettua una lieve tendenza all'iperglicemia. Opto per la seguente terapia della durata di due mesi almeno:

- meta.mu + slim.mu: 1 CPS. X TIPO 2 volte al dì
- depur.mu + seren.mu: 20 GTT. X TIPO 2 volte al dì

Non è ancora tornata al controllo, tuttavia da una telefonata intercorsa ho appreso che tutta la sintomatologia si è attenuata ed anche il peso ha iniziato lentamente a calare.



## slim.mu

Semplice ma interessante complesso fitoterapico, aumenta il metabolismo lipidico, riduce la ritenzione idrica, migliora il tono dell'umore, ripristina l'equilibrio elettrolitico, modula il S.I. ed incrementa la resistenza allo stress.

*Laminaria digitata*: grazie allo iodio presente, spicca per la sua attività eutiroidica e stimolante metabolica. Inoltre potassio, laminarina, fucoxantina e alginati ivi contenuti potenziano il drenaggio tossinico, il metabolismo dei grassi, la circolazione dei liquidi interstiziali, la ritenzione idrica. Tonifica i tessuti e riduce la cellulite.

Studi eseguiti all'Università di Okkaido hanno dimostrato come la fucoxantina

*Grazie allo iodio presente, la Laminaria digitata spicca per la sua attività eutiroidica e stimolante metabolica.*

*Inoltre potassio, laminarina, fucoxantina e alginati ivi contenuti potenziano il drenaggio tossinico, il metabolismo dei grassi, la circolazione dei liquidi interstiziali, la ritenzione idrica.*



Laminaria digitata

incrementi l'azione dell'UCPI e conseguentemente accelera lo smaltimento del c.d. grasso bianco, corresponsabile di patologie cardiovascolari e diabete.

*L-Tirosina*: aminoacido essenziale sintetizzato dalla fenilalanina è, insieme ad essa, precursore della dopamina e della noradrenalina. Questi neuropeptidi, unitamente alla serotonina derivata dal triptofano, implementano il tono dell'umore e la resistenza allo stress. La Tirosina regola altresì T3 e T4 tiroidei aumentando la concentrazione, riducendo la faticabilità, inibendo il senso della fame, regolando il metabolismo e adeguando la risposta sessuale.

N.B.- In gravidanza, allattamento, ipertiroidismo, ipersensibilità allo iodio, insufficienza renale severa, psicopatie e bambini sotto i 12 anni non eccedere oltre la posologia suggerita di 2 CPS. al giorno.

## CASO CLINICO

E.R. - aa. 16 - F

A.P.P.: Viene accompagnata dalla madre lamentando preoccupazione per l'irriducibile sovrappeso associato ad inestetismi cutanei agli AA.II. oltre ad astenia mattutina, turbe mestruali, sensazione di gonfiore generalizzato. Riferisce fatica nello studio per difficoltà di attenzione, concentrazione e

memoria. Non senza disagio dichiara il recente calo del tono dell'umore e della libido. Nega alcoolici, ma fuma 15 sigarette al dì. Ancorché vigile e orientata, fatica a seguire l'interrogatorio anamnestico.

AP.R.: Soggetto linfatico fin dalla prima infanzia, ha sofferto di faringo-tonsilliti recidivanti fino alla tonsillectomia eseguita a 5 anni. Appendicectomia a 12 anni. Usa contraccettivi os. da circa un anno per policistosi ovarica pur di modica entità.

E.O.: Normotesa, eupnoica, addome meteorico, pannicolo adiposo diffuso. Esami ematochimici e urinari nella norma, tranne un lieve aumento dell'esterasi leucocitaria peraltro di n.d.d.

A.F.: Nulla di rilevante eccetto la zia materna affetta da tiroidite di Hashimoto in terapia farmacologica.

Procedo con il seguente schema terapeutico da protrarre per due mesi:

- slim.mu + redux.mu: 1 CPS. X TIPO 2 volte al dì
- gyne.mu + sprint.mu: 20 GTT. X TIPO 2 volte al dì

Rivista al controllo riferisce netto miglioramento della componente cognitiva e del tono dell'umore. Attività mestruale più regolare - ha deciso di interrompere la pillola poiché l'ecografia pelvica evidenzia la riduzione delle cisti ovariche - e discreto recupero della libido. Malgrado la scarsa collaborazione sotto il profilo dietetico, sovrappeso e ritenzione tendono a ridursi con costanza. Propongo ancora un mese di cura per consolidare e possibilmente migliorare i risultati conseguiti.

.....  
Semplice ma interessante complesso fitoterapico, slim.mu, aumenta il metabolismo lipidico, riduce la ritenzione idrica, migliora il tono dell'umore, ripristina l'equilibrio elettrolitico, modula il S.I. ed incrementa la resistenza allo stress.  
.....

Cari Colleghi,  
spero abbiate apprezzato questa iniziativa editoriale oltre che per la descrizione della materia medica dei fito-composti anche e soprattutto per l'inserimento dei casi clinici, a mio parere più interessante rispetto alla mera descrizione tecnica dei preparati che quotidianamente ci vengono sottoposti. Trovo sia questo un piccolo contributo in grado di fornire linee-guida per un percorso terapeutico pratico e funzionale. Attendo naturalmente il vostro parere e vi rimando al ns. prossimo numero.

A presto.

**Dott. Giancarlo Cavallino**

[info.smige@gmail.com](mailto:info.smige@gmail.com)

<http://www.smige.it>



medicina unica srl  
Via Cadlolo 21 - 00136 Roma  
Tel. 06 35497888  
[www.musrl.it](http://www.musrl.it)

Riservato esclusivamente alla classe medica.  
Copia omaggio.

