

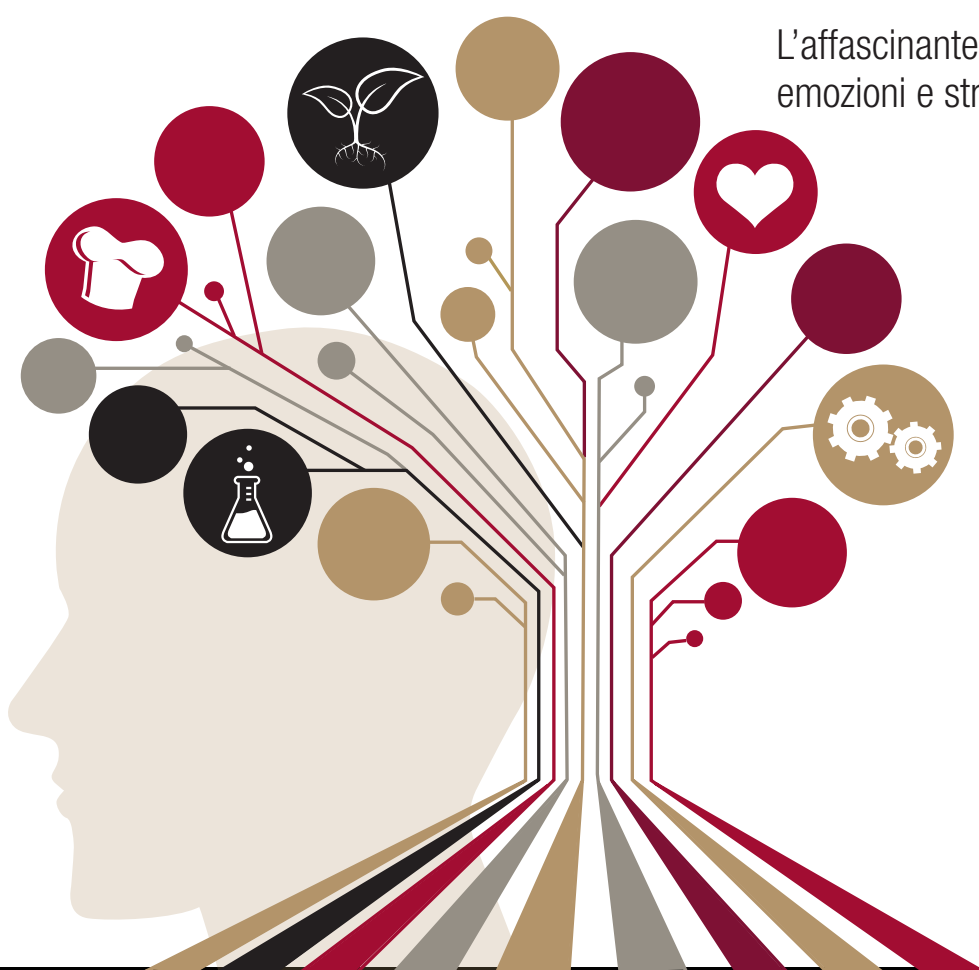
SOLGAR ITALIA MULTINUTRIENT

SOLGAR MASTERCLASS
Biennial Congress

Abano Terme 25 e 26 Aprile 2015

BRAIN and MIND

L'affascinante convergenza di nutrienti, food,
emozioni e strategie per un autentico benessere



Ufficio stampa
SM STRATEGIE COMUNICAZIONE srl
Via A. Massena, 10 - 20145 Milano
Tel. 02.347168 - Fax. 02.33614775
filippo.solaroli@smcom.it

SOLGAR®
Since 1947

solgar.it

Numero Verde* S.T.S. Solgar
800.129.444

* Numero verde gratuito sia da rete fissa che da telefoni cellulari
Per richieste tecnico-scientifiche.
Attivo dal lunedì al venerdì 9-13 14-18

BRAIN and MIND

L'affascinante convergenza di nutrienti, food, emozioni e strategie per un autentico benessere

Il 25-26 Aprile 2015 Solgar Italia ha rinnovato, con la quarta edizione, il Masterclass biennale nazionale dedicato all'approfondimento di tematiche scientifiche attuali nel contesto della nutraceutica e della fitoterapia. L'edizione di quest'anno **'BRAIN and MIND – l'affascinante convergenza di nutrienti, food, emozioni e strategie per un autentico benessere'** ha descritto il funzionamento del cervello umano, l'organo più complesso del nostro corpo, dalla genetica all'immagine cerebrale, fino alla psicologia.

Hanno partecipato al Masterclass in qualità di Relatori autorevoli Medici e Biologi esperti di Medicina Integrativa, Fitoterapia e Discipline del Benessere per descrivere quali modifiche di alimentazione e di stile di vita sostengono la salute del cervello.

Hanno dato il benvenuto all'assemblea la dr.ssa Anna Giuliani, Presidente di Solgar Italia Multinutrient S.p.A., la dr.ssa Giada Caudullo, Vice Presidente, il dott. Leopoldo Caudullo, Executive manager e il dott. Michelangiolo Caudullo, Responsabile Finanziario.



Il Solgar Masterclass è stato aperto dal prof. Vittorino Andreoli, Psichiatra di fama mondiale, con la *lectio magistralis* intitolata 'Brain and Mind: alla ricerca del ben d'essere individuale e relazionale'.

Tra i prestigiosi nomi intervenuti al Convegno, la prof.ssa Lucia Bacciottini, Biologa Nutrizionista Docente di Nutrizione Integrata presso l'Università di Firenze, il prof. Ivo Bianchi, Medico chirurgo specializzato in Medicina Interna ed esperto in Medicina Integrativa, il prof. Pierluigi Gargiulo, Medico Chirurgo Specialista in Medicina dello Sport, il dott. Filippo Ongaro, Medico Chirurgo Direttore dell'Istituto di Medicina Rigenerativa Anti-Aging ISMERIAN, il dott. Gianluca Pazzaglia, Medico Chirurgo Specialista in Diagnostica delle Immagini, il dott. Richard Passwater, Biochimico PhD già Direttore al Solgar Nutritional Research Center, la dr.ssa Pucci Romano, Medico Chirurgo Specialista in

Dermatologia e Presidente Skineco, il dott. Erus Sangiorgi, Medico Chirurgo e Professore di Medicina Complementare all'Università di Milano, il prof. Giovanni Scapagnini, Medico Chirurgo e Neuroscienziato, esperto in meccanismi biologici dell'invecchiamento, il prof. Umberto Solimene, Professore di Terapia Medica e Medicina Termale, il prof. Piergiorgio Spaggiari, Fisico e Medico Specialista in Medicina dello Sport, il dott. Attilio Speciani, Medico Chirurgo Specialista in Allergologia e Immunologia Clinica, il dott. Ciro Vestita, Medico Chirurgo, Docente in Nutrizione Umana e Fitoterapia presso l'Università di Pisa e il dott. Mario Vignoni, Medico Chirurgo Specialista in Scienze dell'Alimentazione. Il Solgar Scientific Board, rappresentato dalla dr.ssa Francesca Carapellese, dalla dr.ssa Maria Chiara Nardi e dalla dr.ssa Silvia Vitturi, ha effettuato relazioni scientifiche sugli innumerevoli nutrienti trattati nel corso del Masterclass.

Ha moderato il masterclass il dott. Carlo Gargiulo, Medico Chirurgo Specialista in Chirurgia Generale e rinomato opinionista scientifico.

Solgar Masterclass 2015 ha approfondito il tema delle Neuroscienze descrivendo come le funzioni cognitive, i processi mnemonici, lo stato dell'umore, il benessere mentale ed emotivo possano essere supportati dalla corretta alimentazione, dalla Nutraceutica e cioè dall'utilizzo di alimenti o parte di essi con un'azione favorevole sul benessere e da un'attività fisica regolare che possa indurre e modulare la produzione di sostanze neuro-attive.



Il Prof. Vittorino Andreoli, uno dei massimi esponenti della Psichiatria contemporanea, professore italiano di riferimento per l'EMEA, nella sua *lectio magistralis* ha illustrato la plasticità del cervello. A differenza dell'imperativo dettato dal Positivismo, che identificava il cervello come un organo determinato e costituito da cristalli disposti in maniera definitiva, le teorie attuali identificano alcune parti del cervello strutturate

in maniera rigida e una parte plastica che modifica le proprie connessioni in funzione delle esperienze vissute. Nella *lectio*, il prof. Andreoli ha ripercorso quel viaggio affascinante che, attraverso le ricerche condotte da Lorenz Konrad, Giuseppe Moruzzi ed Eric Kandel, ha consentito ai neuroscienziati di scoprire che le esperienze modificano il cervello imponendo una continua modificazione delle interconnessioni neuronali. Il Prof. Andreoli ha sottolineato l'importanza degli elementi nutritivi indispensabili per nutrire la 'fame' della mente ricordando che il 20% delle energie derivanti dal cibo che consumiamo vengono messe a disposizione del

cervello; la quota energetica consumata raggiunge il 60% nel bambino di 3-4 anni comportando un rallentamento della crescita in altezza. La 'fame' della mente è straordinaria e insaziabile e questa è la ragione per cui viene utilizzato solamente il 25% del cervello, qualsiasi attività si svolga.

Nelle relazioni successive è emerso come il nutriente più strategico per la costruzione plastica del cervello durante la gestazione e durante i primi anni di vita sia DHA, un acido grasso polinsaturo della serie Omega-3. In particolare, la formulazione **VEGAN DHA** di Solgar fornisce DHA di derivazione algale e può essere assunto dalle madri durante la gravidanza e l'allattamento per contribuire al normale sviluppo del cervello e della vista del feto e dei neonati allattati al seno.

Gli acidi grassi polinsaturi sono importanti per la fisiologica funzionalità cerebrale per tutta la durata della vita; ottime concentrazioni di acidi grassi polinsaturi a lunga catena della serie omega-3 EPA e DHA (504 mg di EPA e 378 mg di DHA per perla) si trovano nel prodotto **NEURO PESCE** di Solgar, un integratore alimentare a base di olio di pesce concentrato ottenuto da pesci che vivono in acque fredde attraverso un processo di distillazione molecolare che assicura l'assenza di metalli pesanti.

EPA e DHA possono essere prodotti nell'organismo umano a partire da ALA (acido alfa-linolenico), l'acido grasso essenziale a corta catena della serie omega-3 presente ad esempio negli oli vegetali come l'olio di semi di lino. La conversione di ALA in EPA e DHA è però inefficiente nell'uomo, e per tale motivo l'integrazione di EPA e DHA risulta essere significativamente più utile. **Il DHA contribuisce a conservare la fisiologica funzione cerebrale** e al mantenimento della capacità visiva normale (almeno 250 mg di DHA al giorno). EPA e DHA contribuiscono alla normale funzione cardiaca (almeno 250 mg di EPA e DHA al giorno) e al mantenimento di livelli normali di trigliceridi nel sangue (almeno 2 g di EPA e DHA al giorno).

Il Dott. Richard Passwater ha descritto le teorie fondamentali dell'invecchiamento evidenziando anche quali potenziali cause di invecchiamento si possono contrastare tra cui l'azione dannosa dei radicali liberi (responsabili dello stress ossidativo) e i processi di glicazione (legati ad un'alterazione dei livelli di glucosio nel sangue). Ha segnalato quindi l'importante ruolo di sostanze antiossidanti che contribuiscono alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo. **LIPOIC CANNELLA** è un integratore alimentare a base di acido alfa lipoico ed estratto secco di corteccia di Cannella (*Cinnamomum zeylanicum* Blume) che possiede antiossidante e sostiene il fisiologico metabolismo dei carboidrati. **THE GUARDIANS** è un integratore alimentare a base di antiossidanti, come ad esempio l'estratto di corteccia di *Pinus pinaster* Aiton (Pycnogenol®) e l'estratto di Rosa canina (*Rosa canina* L.). Contiene vitamina B2 (Riboflavina), vitamina C ,

vitamina E e minerali quali zinco chelato Albion®, rame chelato Albion®, manganese chelato Albion® e selenio che contribuiscono alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo.

Nel corso del Masterclass si è affrontato il tema della stanchezza mentale e dello stress che conduce a stanchezza, paura e perdita di motivazione. **FITORODIOLA** di Solgar è un integratore a base di *Rhodiola rosea* L., una pianta conosciuta anche come radice d'oro o radice artica, che è stata utilizzata nella medicina tradizionale euroasiatica per oltre trecento anni per la sua versatilità come tonico erbale. La radice di Rodiola agisce come **tonico-adattogeno** contrastando la **stanchezza fisica e mentale**. Favorisce inoltre il normale **tono dell'umore**. Particolarmente indicata a **uomini** e **donne** che per motivi lavorativi, sociali, sportivi o relazionali sono molto impegnati fisicamente e mentalmente.

Lo stress emotivo e fisico può facilmente “bruciare” le riserve di nutrienti e tono, concentrazione e memoria ne possono risentire. Il Masterclass ha descritto i nutrienti che favoriscono il ripristino dell'equilibrio e del tono, e che sono utili anche per la memoria e per la concentrazione. In particolare **AMINO-RELAX** è un integratore alimentare contenente una miscela di estratto standardizzato di semi di *Griffonia simplicifolia* L., estratto secco di radice di *Valeriana officinalis* L. e Vitamina B6. I semi di Griffonia forniscono il 5-idrossitriptofano (5-HTP). Il 5-HTP è il precursore della serotonina. La Griffonia contribuisce a mantenere un normale tono dell'umore, favorisce il rilassamento e il sonno, il benessere mentale e aiuta a controllare il senso di fame. L'estratto di Valeriana favorisce il rilassamento in caso di stress e favorisce il sonno. La vitamina B6 contribuisce alla riduzione della **stanchezza** e **dell'affaticamento**, favorisce il normale funzionamento del **sistema nervoso** e la normale **funzione psicologica**. **NEURO-NUTRIENTS** di Solgar contiene aminoacidi (L-fenilalanina, L-tirosina, L-glutamina) precursori di neurotrasmettitori cerebrali, vitamine tra cui vitamina B1, B2, B3, B6 e vitamina C che contribuiscono al **normale funzionamento del sistema nervoso** e l'estratto standardizzato *Ginkgo biloba* L., che **favorisce la funzionalità del microcircolo** e rappresenta un valido aiuto per la **memoria e le funzioni cognitive** oltre ad avere un'azione **antiossidante**.

Infine i Relatori hanno affrontato il tema della neurodegenerazione che fisiologicamente compare nel soggetto anziano. Il disturbo della memoria che accompagna l'invecchiamento è senza dubbio il deficit neuro-psicologico più noto e diffuso. Un numero sempre maggiore di persone vive con apprensione la percezione del calo del proprio rendimento cognitivo, lamenta improvvisi vuoti di memoria, prova un senso di inadeguatezza nei confronti di un mondo dove è aumentato enormemente il numero di informazioni che ci vengono fornite, ad un ritmo sempre più veloce. La **fosfatidilserina** (PS) è il principale fosfolipide presente nel cervello, ed è presente principalmente nel foglietto interno della membrana plasmatica dei neuroni. Come

altri fosfolipidi, la fosfatidilserina può essere prodotta dal nostro organismo ma la produzione può diventare meno efficiente con l'avanzare dell'età quando iniziano a presentarsi deficit neurologici con cali di memoria. L'integrazione orale con fosfatidilserina è in grado di modificare la composizione delle membrane neuronali. **CORTI-SOL-PS** di Solgar è un integratore alimentare a base di fosfatidilserina di derivazione naturale (da lecitina di soia) e contiene 200 mg di fosfatidilserina per perla.

Per approfondire l'interazione tra fattori nutrizionali e corretto sviluppo e mantenimento delle funzioni psichiche, in questa edizione, alle comunicazioni scientifiche sui nutrienti a supporto del benessere cerebrale, sono state affiancate con format di spettacolo le performance di talentuosi Chef. Durante i 3 showcooking, gli Chef Andrea Ribaldone, Andrea Mainardi e Gianfranco Pascucci hanno accompagnato con la Cucina le comunicazioni scientifiche dei Relatori su Nutrizione e Integrazione alimentare.



L'evento scientifico ha coinvolto 800 uditori tra Medici, Biologi nutrizionisti, Farmacisti, Erboristi ed Operatori del benessere.

COMPANY PROFILE

Solgar Italia Multinutrient S.p.A.

solgar.it

Solgar è stata fondata nel 1947 a New York e fin da allora si è dedicata alla ricerca e alla produzione di **integratori alimentari** di **nutraceutici, vitamine, minerali e aminoacidi di altissima qualità**. Solgar è **azienda leader** nel campo dell'integrazione nutrizionale e offre ai Consumatori una gamma di oltre **450 referenze** attraverso una rete di **50 filiali** in tutto il mondo. In Italia essa opera tramite **Solgar Italia Multinutrient S.p.A.** da 20 anni.

Fin dal 1947, Solgar ha adottato **l'etichetta dorata** quale emblema di serietà, rigore, garanzia di integrità e qualità di ogni ingrediente. Importante è inoltre l'utilizzo delle certificazioni **Kosher** e **Halal**: al di là della tutela delle popolazioni ebraiche e musulmane, sottende il messaggio di **qualità** che sempre caratterizza il brand Solgar.

Da sempre volta alla costante **innovazione tecnologica**, Solgar nelle sue formulazioni è caratterizzata dalla presenza di **numerosi brevetti**. Nel 1978 è stato fondato nel Maryland USA il Nutritional Research Centre che per primo ha introdotto nel mercato novità destinate ad aprire nuovi orizzonti quali il primo multinutriente con vitamine, aminoacidi e minerali chelati secondo la procedura brevettata **Albion®** e le prime **capsule vegetali** al mondo.

Solgar caratterizza le sue formulazioni con numerosi brevetti e marchi registrati quali: **BioPure DHA™** brevetto che fornisce olio di pesce che deriva esclusivamente dalla testa di tonni di mare, caratterizzato da un'elevata purezza e dall'assenza di metalli pesanti, **life'sDHA™** DHA da fonte vegetale (*alga Schizochytrium* sp.), **Suntheanine®** che fornisce L-Teanina pura al 99% ottenuta per fermentazione batterica, **Pycnogenol®** miscela brevettata di proantocianidine oligomeriche ottenuta dalla corteccia di Pino marittimo (*Pinus pinaster* Aiton), **Chromax®** forma particolarmente biodisponibile di cromo. In ambito fitoterapico si utilizzano **estratti erballi standardizzati** tra cui la Rodiola (*Rhodiola rosea* L.), tonico-adattogeno che contrasta la stanchezza fisica e mentale e favorisce il normale tono dell'umore. **"PhytO2X™ System"** è una esclusiva miscela di antiossidanti che preserva naturalmente i preparati a base di estratti erballi. Solgar utilizza anche l'estratto brevettato di semi di caffè verde decaffeinato **Svetol®** e il brevetto **Bioperine®** (estratto di Pepe nero) che supporta l'assorbimento dei nutrienti.

Per decenni considerata la **"compagnia degli antiossidanti"**, Solgar si distingue per un **ampia gamma di prodotti a base di coenzima Q10** e numerose formulazioni a base di **antiossidanti d'avanguardia**. Solgar distribuisce inoltre enzimi digestivi, probiotici e prodotti a base di acidi grassi polinsaturi omega 3-6-9.

Solgar utilizza infine i marchi: **Albion®**, Brevetto di chelazione di minerali con aminoacidi che migliora la biodisponibilità dei minerali, **BioCell Collagen II®**, **5-Loxin® Advanced**, **UC-II®**, **Caricol®**, **Kaneka Q10®**, **Kaneka QH®**, **OptiMSM™** e **NovaSoL®**, una tecnologia brevettata in grado di aumentare la biodisponibilità dei nutrienti rispetto alle forme tradizionali.

Qualità, coerenza e innovazione i principi a cui Solgar quotidianamente si ispira!