

# MICROBIOTA E INTEGRAZIONE

Per ritrovare e mantenere l'equilibrio è necessario un percorso su misura

## NUTRIVEL

Nutrivel viene in soccorso quando mancano le energie, quando il colonio della pelle è spento.



**L**i di **Veronica Bolutto** Innovation Team del'azienda italiana Galfini ha sviluppato un algoritmo avanzato che analizza lo stile di vita e il microbiota della persona e identifica la soluzione più adatta per ogni esigenza. Il risultato è Nutrivel, un sistema di integrazione su misura capace di agire laddove ne abbiamo più bisogno. Ora ha intervistato Robert Di Nicola, Strategic Development Director dell'azienda.

**Qual è il vantaggio di questo piano personalizzato?**

Nutrivel, il primo trattamento su misura, basato sull'analisi dello stile di vita di ogni singolo individuo. Infatti, ognuno di noi ha un suo stile di vita e un organismo differenti, così come è differente il nostro microbiota intestinale, ovvero l'insieme di microrganismi che popolano il tratto intestinale e che è responsabile del nostro benessere. Perciò, per ritrovare e mantenere l'equilibrio è necessario seguire un percorso su misura, capace di agire proprio laddove ne abbiamo più bisogno.

**A chi è consigliato e come funziona?**

Diciamo che in linea di me-

sima è per tutti, per chi in quel determinato momento a livello fisico, ne sente l'esigenza. Il nostro valore aggiunto è quello di fare l'analisi attraverso l'urina che è più facile ed accurata. In breve tempo e con una gestione semplice per il cliente, si riesce

ad avere i risultati e definire quale strada intraprendere. Abbiamo predisposto un piano base per gli utenti che non desiderano sottoporsi al test del campione biologico. La nostra analisi ci aiuterà a capire il microbiota intestinale

della persona. Inoltre l'indicazione di un diario alimentare di massima, ci aiuterà a trasmettere alcune indicazioni alimentari per risolvere eventuali disequilibri. Il piano avanzato oltre alle caratteristiche del base, ci aiuterà anche a nutrirci meglio.

**Quando è il momento più indicato per ricorrere a Nutrivel?**

Nel momento in cui noi lo riteniamo più utile. Sentiamo che ci manca energia? Che il nostro colonio della pelle è spento? Che abbiamo mille fastidi? Ci sono momenti soggettivi non prevedibili, come il cambio di stagione, il metabolismo non performante, lo stress. Una volta effettuato il passaggio del questionario e, per chi ha scelto il Piano Avanzato, dopo aver completato il percorso raccogliendo ed inviando anche il campione biologico, il piano di integrazione vale per 3 mesi. Nei ogni 15 giorni chiediamo di rispondere a 4 brevi domande per capire gli umili più importanti nei quali iniziare ad agire. Anche alla fine dei 3 mesi daremo una strategia specifica da seguire. ■



Roberto Di Nicola



1. **BIONKE**. ProSkin. Integratore alimentare che apporta 3 ceppi di fermenti lattici che favoriscono l'equilibrio della flora batterica intestinale. La Bionke contribuisce al mantenimento di una pelle normale. È indicato per quegli individui il microbiota intestinale è crollato e per i trattamenti topici nel miglioramento della pelle secca. 30 cps. € 19,90
2. **AIME**. Pure Glow. Contiene tre ceppi di fermenti lattici, simili al microbiota intestinale a mano, oltre a curcuma e piperno che prevengono l'accumulo di grassi e ne favoriscono l'eliminazione attraverso il fegato. 60 cps. € 40,90
3. **EcoFLORA**. Ecoflora Plus Biozadil è un integratore alimentare a fermenti lattici e S. Brautleri, tradizionalmente utilizzati per l'equilibrio della flora intestinale, con vitamine del gruppo B tra cui acido folico, Vit B6 e Vit B12 che contribuiscono alla normale funzione del sistema immunitario. 100 cps. 20 cps. € 15,50
4. **BIOTIC**. Fermenti lattici inacidolati. Stress, alimentazione sbagliata, o carenze antibiotiche hanno effetti fortemente distruttivi sulla flora batterica con diminuzione dei batteri "buoni", quali i fermenti lattici. € 6,50
5. **BIONKE**. ProSkin. Integratore alimentare a base di Lactobacillus e Alfa Spirulina. L'Alga Spirulina svolge azione di sostegno e ricostituente. 60 CPS. € 24,50

6. **HERBALIFE NUTRITION**. Microbiotic Mix. Integratore alimentare con fibre prebiotiche e 2 miliardi di batteri "buoni" vivi. È un integratore alimentare che contiene fibre prebiotiche e 2 miliardi di batteri "buoni" vivi per porzione, che agiscono insieme per supportare i tuoi obiettivi nutrizionali. € 54,22
7. **NATURADIVA**. Green Boost Skin Complex è un melatonina naturalissimo by Naturadiva che sfrutta i poteri dei probiotici per nutrire la pelle dall'interno. I suoi principi attivi naturali collaborano alla rigenerazione e protezione della pelle dai danni ossidativi contribuendo a nutrire l'epidermide e idratandola in profondità. € 36,90
8. **RINGANA**. Beyond biotic contribuisce attivamente al benessere attraverso microrganismi funzionali da ceppi di lattobacilli e bifidobatteri.
9. **SOLGAR**. Biophilus è un integratore alimentare contenente ceppi probiotici utili a favorire l'equilibrio della flora intestinale. Formula stabile a temperatura ambiente, naturalmente priva di lattosio e lattodisidrasi. Senza glutine. € 42
10. **LUNA**. Profaria è un integratore alimentare a base di 6 diversi ceppi probiotici in forma microcapsulata e gastroprotetta, associati a fibre prebiotiche, utili per l'equilibrio della flora intestinale. 10 bustine - 15,20€

## COME FUNZIONA IL PIANO NUTRITIVEL?

L'intelligenza artificiale di Nutrilite applica un algoritmo con l'aiuto di un questionario on line su NutriVEL. Attraverso le risposte che ogni persona ha a delle semplici domande sul proprio stile di vita e sulle proprie abitudini alimentari, l'Algoritmo elabora le informazioni, classifica il livello di azione in cui intervenire (lo metabolismo è dipendente, urto e concentrazione, diete, energia, oppure vitale) e, in base al percorso di integrazione più adatto alle singole esigenze, selezionando un mix di 3 integratori tra le 17 referenze (5 mix di probiotici e 12 altre sostanze). Mix che è disponibile in due versioni: Piano Nutritel a Personalizzazione Base che si compone del Kit di Abbi, creato in base al risultato del questionario Piano Nutritel a Personalizzazione Avanzata che prevede lo scostare Kit Test Microbiota per la raccolta

di un campione di urine che (Gutkit provided) si ricopre, ritorna e fa analizzare in laboratorio esclusivo. L'analisi permette di rilevare un numero maggiore di informazioni sul microbiota intestinale. In base ai risultati del test del campione biologico, all'individuo è richiesto di completare sul sito o sull'app il Diario Alimentare che permetterà a Gialini di creare il Piano Nutrizionale personalizzato. Perché, dopo avergli il Piano Personalizzato Avanzato ricevuto prima di tutto il necessario per la raccolta del campione biologico, per la box Nutritel per 3 mesi di integrazione, il risultato dell'analisi del test Microbiota e anche il Piano Nutrizionale complessivo di un piano alimentare personalizzato in base alle proprie abitudini e delle tendenze di alimenti ricchi di sostanze per lo quali una persona è ricettiva particolarmente coerente.



## CURA IL LOOK

di Elena Ballerini conduttrice tv



## Ciglia finte

**A** Minnie bastava un battito di ciglia per incantare Topolino e oggi nel 2023 questa tecnica femminile è ormai piuttosto consolidata e testata sui più prestigiosi red carpet hollywoodiani, come in ogni occasione in cui una donna possa farlo. Le ciglia finte sono anche un'ottima soluzione (si da te per sottolineare lo sguardo e il make up artist Massimo Polese ci svela i modelli adatti a ciascuna di noi).

**Quali tipologie esistono?**

- 1) Le ciglia finte individuali sono una delle soluzioni migliori per enfatizzare la pienezza e la lunghezza delle ciglia naturali e per chi intende colmare eventuali mancanze sulle proprie ciglia.
- 2) I cluster si utilizzano sulla linea delle ciglia e per evitare sollevamenti negli angoli: sono ideali per chi non ha ancora praticità con l'applicazione delle ciglia o striscia piena, essendo più piccole e facili da utilizzare.
- 3) Le strisce vengono indossate su tutta la linea delle ciglia superiori con l'aiuto di una colla. Questa tipologia è la più venduta e conosciuta. Ci vuole un po' di praticità per applicarle, ma con un solo passaggio il lavoro è fatto.
- 4) Le ciglia finte magnetiche sono le più recenti sul mercato e sono un'ottima soluzione per chi vuole evidenziare lo sguardo senza troppa fatica e senza l'utilizzo della colla. Sono riutilizzabili.

**Le consiglio per un uso abituale?**

Le ciglia sono la cornice dell'occhio e hanno la funzione di proteggerlo dai corpi estranei come la polvere. Un uso abituale (24 di ciglia finte può incrementare la quantità di polvere trattenuta e per questo le consiglio solo per eventi ed occasioni).



Massimo Polese

