ORTHOFOODS
LABORATOIRES

VITAMINOR

Sole e salute della pelle



Il sole è un alleato per la nostra salute, ma non è un vero amico. Dobbiamo usare i suoi benefici con cautela e tenere conto dell'aumento delle temperature estive, che minaccia la salute anche dei più vulnerabili.

L'esposizione al sole (e più specificamente ai raggi UVB) ci permette di sintetizzare la vitamina D, una vitamina e un ormone essenziale, in particolare, per la salute del nostro scheletro e del sistema immunitario.

Alcuni professionisti sanitari deplorano la nocività delle creme solari e il loro ruolo di schermo, che impedisce la sintesi di vitamina D. Tuttavia, adottare una buona strategia non è facile, poiché dobbiamo anche tenere conto del tipo di pelle (chiara o scura), dell'età, dei trattamenti medici e del rischio di cancro della pelle.



Come regola generale, una buona esposizione al sole consiste nell'esporsi al sole tutti i giorni d'estate, tra le 11:00 e le 15:00, che è il periodo alle nostre latitudini in cui i raggi UVB sono più presenti degli UVA, e quindi il momento ideale per sintetizzare la vitamina D. Si consiglia di esporre la pelle al sole per 10-15 minuti al giorno (per le pelli scure, è consigliabile aumentare la durata dell'esposizione). Un'esposizione del 25% della superficie corporea è sufficiente per sintetizzare una quantità sufficiente di vitamina D. Per il resto del tempo, è opportuno proteggersi con indumenti e crema solare (biologica se possibile).

Se la pelle si arrossa o inizia a scottarsi, con o senza protezione solare, è consigliabile ripararsi e vestirsi. Le persone con pelle molto sensibile e i bambini piccoli dovrebbero esporsi al sole solo la mattina presto o nel pomeriggio dopo le 16:00.

Modificare la propria dieta consumando frutta e verdura colorate (contenenti nutrienti antiossidanti: carotenoidi e polifenoli) aiuterà ad aumentare le difese della pelle contro i danni dei raggi UVA causati dal sole.

È consigliabile preparare la pelle con integratori alimentari contenenti nutrienti essenziali per proteggere la pelle e mantenerne l'elasticità.

Vitaminor offre le seguenti soluzioni

I carotenoïdi (beta-carotene, licopene, luteina e zeaxantina) riducono gli effetti aggressivi del sole sulla pelle bloccando parzialmente i radicali liberi dei raggi ultravioletti: l'insorgenza delle scottature è ritardata e la loro intensità è ridotta.

Tutti gli alimenti ricchi di **polifenoli** forniscono protezione alla pelle.

Inibendo i radicali liberi generati dal sole, **le vitamine C ed E** contribuiscono a ridurre i danni cutanei. In combinazione con rame, zinco e biotina (B8), questo aiuta a rigenerare il collagene, a mantenere l'elasticità della pelle e a rallentare l'invecchiamento precoce. **La vitamina C, il beta-carotene (provitamina A), le vitamine B3-B6-B8-B9** e i minerali rame, selenio e zinco sono cofattori enzimatici nel metabolismo della pelle, delle mucose e degli annessi cutanei.

L'acido gamma-linolenico contenuto nell'enotera e nella borragine ha un effetto antinfiammatorio sulla pelle e combatte la secchezza.

La pelle è composta da aminoacidi contenenti zolfo, essenziali per la sua coesione. Un apporto di **cheratina idrolizzata** favorirà la rigenerazione naturale della pelle e rafforzerà capelli e unghie.



Kerato complex È composto da due tipi di capsule:

Capsula A (olio di enotera e borragine)

Capsula B (sinergia di cheratina idrolizzata con estratto secco di equiseto, vitamine e minerali)

Consigli d'uso : 1 capsula A e B al mattino o alla sera per un mese.

Precauzioni per l'uso: Per donne in gravidanza e in allattamento.

MsM complex, offre una sinergia di azione attorno allo Zolfo organico favorendone l'azione sul sistema di difesa e sullo stress ossidativo (Rame - Zinco) e la sua azione sul tessuto connettivo (in particolare nelle articolazioni e nelle mucose) con il Rame.

Consigli d'uso : 1 capsula a cena. Ciclo di trattamento di un mese.



Antioxido complex è a base di vitamine, minerali, cisteina, glutatione, OPC, licopene e astaxantina. Questo integratore offre una sinergia molto completa di ingredienti idro- e liposolubili attivi sullo stress ossidativo.

Consigli d'uso : 1 capsula al mattino per tutta la durata dell'esposizione al sole.

Alcune delle nostre capsule (non vegane) non sono raccomandate per le persone con allergie al pesce (involucro della capsula)

Per preparare adeguatamente la pelle prima dell'esposizione al sole

•**Kerato complex** : 1 capsula A e B al mattino o alla sera per un mese

•**MsM complex** : 1 capsula con il pasto serale per un mese

Durante i periodi di esposizione al sole

•**Kerato complex** : 1 capsula A e B al mattino o alla sera

•**Antioxido complex** : 1 capsula al mattino

Dopo l'esposizione al sole, al ritorno dalle vacanze per mantenere la salute della pelle, delle unghie e dei capelli,

Kerato complex : 1 capsula A e B al mattino o alla sera per un mese



Contatti & Ordini web: www .vitaminor.it

Ordini: eduan@omnialibera.eu

Contatti e consigli: vitaminor .manager@omnialibera.eu

Numeri di telofoni gratuiti Particulari : +39 051 04 20 134 / +39 0774 44 96 09
Watsapp: +39 342 798 2838
da lunedì a giovedì dalle 9 alle 19, venerdì 9 alle 14



ORTHOFOODS LABORATOIRES

VITAMINOR