

L'IMPORTANZA DEL BENESSERE MENTALE E COGNITIVO: CON INDENA UN AIUTO DALLA NATURA

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), la brain health è «lo stato di funzionamento del cervello in tutti i domini cognitivi, sensoriali, socio-emotivi, comportamentali e motori, che consente a una persona di realizzare il proprio pieno potenziale nel corso della vita» (https://www.who.int/health-topics/brain-health#tab=tab_1). Adottando sane abitudini, è possibile supportare le funzioni cognitive, migliorare il benessere mentale e godere di una vita appagante negli anni. Indena ha individuato diversi estratti botanici di alta qualità, che possono supportare la salute e il benessere della mente in modo naturale. Indena propone una serie di efficaci formulazioni specifiche per il benessere mentale.



VIRTIVA® Plus è una formulazione sinergica brevettata tra l'estratto alcolico standardizzato di Ginkgo biloba L. (circa il 25%) e la lecitina (da girasole: circa il 75%), contenente il 20% di fosfatidilserina, che sfrutta la sinergia tra questi due agenti nootropi. Evidenze cliniche dimostrano che una singola dose di Virtiva® Plus 480 mg ha un effetto significativo sulle prestazioni mentali e sull'ottimizzazione della velocità e della qualità della memoria. (1) Inoltre Virtiva® Plus influisce efficacemente sul tempo di reazione nelle scelte, permettendo migliori prestazioni, maggior sicurezza e una risposta più efficiente di fronte a cambiamenti o sfide improvvise.



MIRTOSELECT® è un innovativo estratto di mirtillo standardizzato contenente oltre il 36% di antociani, caratterizzato da un profilo HPLC molto specifico che ne rappresenta l'"impronta digitale" e conserva tutto il naturale patrimonio fitochimico delle bacche. Comprovati benefici di questi ingredienti sulla microcircolazione, sulla salute vascolare e sulla salute degli occhi (2), hanno aperto la strada a una nuova ricerca, attualmente in corso, per studiare l'azione di tali estratti sulla capacità cognitiva che è strettamente legata ad aspetti come memoria, concentrazione e acuità visiva. Mirtoselect® agisce per favorire la flessibilità cognitiva, definita come la capacità di gestire più compiti contemporaneamente e di passare rapidamente da un argomento all'altro, supportando il processo decisionale e la funzione esecutiva.



ENOVITA® è un estratto ricco di OPC prodotto esclusivamente con semi d'uva provenienti da una produzione di vino bianco rispettosa dell'ambiente e con alto contenuto di proantocianidine oligomeriche. L'estratto apporta benefici alla salute cardiovascolare e mentale grazie a un doppio effetto positivo comprovato sulla funzione endoteliale e sull'umore. L'integrazione a lungo termine di Enovita® ha rivelato un effetto positivo sulla modulazione dell'umore, corre-

lata agli item di rabbia e depressione (3). L'ingrediente ha anche dimostrato di essere efficace nell'influenzare positivamente la capacità di ricordare rapidamente un'informazione e nel ridurre gli errori.



Parlare di salute del cervello significa anche considerare la salute emotiva. Ecco perché la proposta di Indena in questo ambito include **RELISSA®**, una formulazione di Melissa officinalis con fosfolipidi (Melissa Indena Phytosome®) per ottimizzare la dispersione nei fluidi gastrointestinali e le prestazioni dell'estratto naturale. Recenti evidenze cliniche dimostrano che questo prodotto supporta la qualità del sonno, l'umore, l'equilibrio emotivo, il benessere mentale e la qualità della vita (4-5). Un aiuto efficace e privo di melatonina, per giornate più tranquille e notti più serene.

Referenze

- (1) Kennedy D.O. et al., Hum. Psychopharmacol Clin Exp. 22:199-210 2007.
- (2) Morazzoni P. et al, Fitoterapia, 67, 3-29. (1996)
- (3) Schön, Christiane, et al. "Grape seed extract positively modulates blood pressure and perceived stress: A randomized, double-blind, placebo-controlled study in healthy volunteers." *Nutrients* 13.2 (2021): 654.
- (4) Bano A, et al. (2023) *Front. Pharmacol.* 14:1250560. doi: 10.3389/fphar.2023.1250560.
- (5) Rondanelli M. et al., *Journal of Food Science and Nutrition Research.* 7 (2024): 125-130.

INDENA

Website: <https://www.indena.com/#>