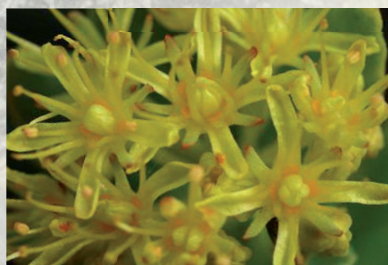


Rhodiola rosea

... pianta grassa tipica delle zone fredde della Siberia



Oltre al gentile profumo di rosa dei suoi bei fiori gialli, la natura dona alle sue radici qualità speciali, adatte a sopravvivere in condizioni estreme, e note da secoli alle popolazioni siberiane, che utilizzano la "*Rhodiola rosea*" per combattere lo stress, sempre nel rispetto dei limiti fisici del corpo.

Tra le montagne siberiane la chiamano "radice d'oro" (Zoloty Koren) ed anche "radice artica", e ne fanno una bevanda che aumenta la resistenza agli sforzi e aiuta a superare gli stati depressivi "da inverno siberiano" e i disturbi d'alta quota.

La ricerca intorno alla *Rhodiola* si è mossa dapprima in Unione Sovietica

(anni '70), ove studi clinici su larga scala hanno documentato le sue proprietà benefiche e individuato con chiarezza (Kurkin, 1986) che i principi vegetali si trovano solo nella varietà "*rosea*" e non nelle altre numerose varietà di *Rhodiola*. Studi successivi, in Svezia, hanno confermato il potenziale della pianta contribuendo a delinearne i campi d'applicazione.

La tradizione popolare attribuisce alla *Rhodiola rosea* molte proprietà, tra cui l'aumento della **resistenza fisica**, delle prestazioni intellettuali, la stimolazione del sistema immunitario, la capacità di contrastare i **disturbi dell'umore e dell'ansia**.

È una pianta "adattogena"; con ciò si intende una pianta i cui principi vegetali inducono un adattamento e quindi una resistenza dell'organismo a qualsiasi forma di stress, apportando allo stesso tempo dei benefici.

Rosavin, rosin, rosarin e salidroside, sono sostanze adattogene tipiche della *Rhodiola*, ma solo rosavin, rosin e rosarin rendono la *Rhodiola rosea* unica e le conferiscono numerose proprietà.

La *Rhodiola* stimola la produzione di serotonina, un ormone che contribuisce al controllo di appetito, sonno, umore e funzioni cardiovascolari, e al **potenziamento di memoria,**

attenzione e apprendimento.

La *Rhodiola rosea* di Natural Point, originaria dalla Siberia, è senza glutine, priva di sostanze allergeniche e non ha subito alcuna modificazione genetica. L'estratto dalle radici si distingue per la quantità dei principi vegetali contenuti e per l'elevata qualità produttiva.

