

## DESCRIZIONE

perle softgel da 700 mg. Olio di carota ottenuto per estrazione in olio vegetale di soia delle radici di carota (*Daucus carota L.*) 70%, pari a 500 mg (apporto in  $\beta$ -carotene 1000  $\mu$ g).

## COMPOSIZIONE

l'olio è ricco soprattutto dei composti liposolubili presenti nella carota tipo vitamina A sotto forma di caroteni (presenti in quantità variabile fra 1.8 e 2.2 mg/g), lipidi e piccole quantità di glucidi, proteine, vitamine del gruppo B e pectine.

## PROPRIETÀ

le proprietà dell'oleolito di carota sono strettamente connesse con il suo contenuto in  $\beta$ -carotene, convertito in retinolo (vitamina A) a livello dell'intestino tenue. Alla vitamina A si possono attribuire proprietà antiossidanti ed immunostimolanti. Le perle possono essere assunte prima e durante l'esposizione solare (non perchè aumentino l'abbronzatura in virtù del fatto che in quantità elevate la carota può conferire una colorazione giallastra alla pelle) perchè proteggono (ed eventualmente "riparano") la cute dagli eventuali danni provocati dai raggi solari. Tra le numerose funzioni della vitamina A, importante è infatti quella a livello cutaneo che consiste nel controllo e induzione dei processi di differenziazione epiteliale: l'integrità funzionale e strutturale delle cellule epiteliali dell'organismo dipendono da un apporto adeguato di vitamina A. La vitamina A è inoltre molecola fondamentale per la formazione della porpora retinica ed è quindi indispensabile per il buon funzionamento dell'apparato visivo (specialmente della visione notturna), regola lo sviluppo delle cellule ed il sistema immunitario. La carota inoltre coadiuva e sostiene le funzioni fisiologiche del sistema digerente.

## INDICAZIONI

per quanto detto sopra, è buona abitudine assumere perle di olio di carota prima, durante e dopo l'esposizione al sole poichè, grazie al contenuto in provitamina A, permettono di mantenere la cute elastica, ostacolando l'invecchiamento cutaneo e la formazione di rughe dovuta all'assottigliamento del derma. Le perle possono inoltre essere indicate per il benessere della pelle in caso di acne, psoriasi, eccessiva disidratazione cutanea e per il benessere della vista, specialmente per le persone che si adattano difficilmente alla visione crepuscolare.

## EFFETTI COLLATERALI

a differenza della vitamina A, il cui iperdosaggio determina una sindrome tossica nota come ipervitaminosi A, l'assunzione di  $\beta$ -carotene e quindi di olio di carota non comporta effetti tossici, al massimo una leggera colorazione gialla della pelle che regredisce spontaneamente.

## POSOLOGIA

si consiglia l'assunzione di due perle al giorno (1 g di oleolito di carota rendono disponibile 2000  $\mu$ g di  $\beta$ -carotene).

## AVVERTENZE

gli integratori alimentari non vanno intesi come sostituto di una dieta variata ed equilibrata e devono essere utilizzati nell'ambito di un sano stile di vita.

