

**IL CONSIGLIO.** I medici di Specchiasol. «Non ci sono medicine per sconfiggere il virus. Proviamo a lavorare su di noi»

## «Fondamentale aiutare l'organismo»

Consigliati il propoli, l'echinacea e la vitamina C «Rinforzare al massimo il sistema immunitario»

«Il germe non è nulla, il terreno è tutto». La teoria di Louis Pasteur, fondatore della moderna microbiologia, è forse azzardata per l'emergenza sanitaria provocata dal Coronavirus. Tuttavia qualcosa di vero, in quella frase, c'è.

«Prendere delle precauzioni per rendere più forte l'organismo è fondamentale in questo periodo», sentenzia Bruno Brigo, esperto di fitoterapia, ex primario di Borgo Roma e oggi direttore medico di Specchiasol, l'azienda veronese guidata da Giuseppe Maria Ricchiuto, specializzata in realizzazione e commercializzazione di oltre 750 prodotti tra integratori alimentari,

cosmetici, oli essenziali.

«Ho inventato questa attività 50 anni fa», ricorda l'inventore, «e mai avrei pensato a una emergenza come quella che stiamo vivendo. Ma proprio in questa situazione diventa fondamentale prevenire, tanto quanto curare. È necessario mantenerci in buona salute utilizzando prodotti naturali la cui efficacia noi siamo stati in grado di dimostrarla scientificamente, grazie al nostro team di ricercatori e consulenti: per questo parliamo di medicina naturale». «In genere», sottolinea Brigo, «il Coronavirus tende a creare più problemi alle persone già debilitate: è fondamentale allora ottimizzare i meccanismi di difesa», integrando l'alimentazione attingendo da prodotti che offre la natura.

Il medico ne elenca tre. Il primo è la vitamina C, che si trova in molti alimenti, spe-

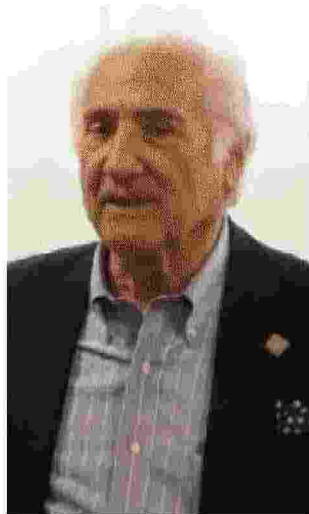
cie in frutta e verdura, «ma degli integratori possono aiutare a raggiungere la razione quotidiana consigliata, dai 250 ai 500 milligrammi», spiega Brigo. Sono utili anche i preparati a base di propoli, sostanza che le api raccolgono dalle gemme e dalla corteccia delle piante ed in grado di mantenere allertato il sistema immunitario. Il suo nome in greco significa «in difesa della comunità» e nessuna definizione oggi sembra più azzeccata. C'è poi l'echinacea, che riduce l'incidenza dei malanni nelle prime vie respiratorie, provoca- te sia da batteri che da virus.

«Questi tre prodotti naturali sono ottimi per rendere più forte il sistema immunitario», prosegue il medico, «e sono alla base di preparati destinati nello specifico ai bambini, realizzati anche da Specchiasol». La natura regala poi un altro ingrediente, l'a-

stragalo, conosciuto per le sue proprietà immunostimolanti e disintossicanti, utile per sostenere le difese del corpo: «La radice di questa pianta, originaria dell'Asia, in particolare dal Tibet e dalla Mongolia, è preziosa, soprattutto se unita alla propoli: ne deriva un preparato perfetto indicato soprattutto per gli adulti», aggiunge Brigo. Diverse sono le esigenze delle persone più in là con l'età, più fragili e spesso con un sistema immunitario più debole. In questo caso un soccorso può arrivare dalla papaia e dall'uncaria. «Non essendoci medicine in grado di sconfiggere il virus, è fondamentale ottimizzare le funzioni del nostro sistema immunitario. E questi rimedi naturali sono ottimi». C'è poi un altro suggerimento, «Bisogna dormire di più. così si produce la melatonina, che è molto importante per aumentare le nostre difese». ● F.L.O.



Bruno Brigo



Giuseppe Maria Ricchiuto

