



▶

LATTOFERRINA POTENZIARE IL

Postato da **Redazione Radio WOW** il 26 Dicembre 2022

Privacy Overview ✕

This website uses cookies to improve your experience while you navigate through the website. Out of these cookies, the cookies that are categorized as necessary are stored on your browser as they are essential for the working of basic functionalities...

[Mostra altro](#)

Necessary Sempre abilitato

Non-Necessary **Abilitato**

ACCETTA E SALVA



Come rafforzare il sistema immunitario? Tra le sostanze su cui puntare sembra esserci la **lattoferrina**, che potrebbe rivelarsi utile specie in questo periodo in cui i **casi di influenza** sono in netto aumento.

Secondo i dati di **InfluNet**, il sistema nazionale di sorveglianza epidemiologica e virologica dell'influenza, coordinato dall'Istituto Superiore di Sanità (ISS) con il sostegno del Ministero della Salute, infatti, nella prima settimana di dicembre del 2022, **l'incidenza è stata pari a 16,0 casi per mille assistiti contro i 13,1** della settimana precedente, e ha superato la soglia di intensità alta.

Per correre ai ripari, dunque, può essere importante puntare sulla prevenzione, adottando strategie in grado di **rafforzare il più possibile il sistema immunitario**.

Ma quali sono i principali elementi che intervengono sulla produzione delle difese immunitarie?

*«Il meccanismo alla base del sistema immunitario è molto complesso – spiega **Annalisa Curcio, responsabile ricerca e sviluppo Aqma Italia** – È possibile parlare principalmente di un'immunità innata e di un'immunità adattativa e di una serie di regolatori e mediatori biochimici su cui si può agire per rafforzare il sistema immunitario, che regolano la proliferazione di determinati tipi cellulari, come ad esempio i linfociti T e i linfociti B. Nell'ambito di questa complessità un valido supporto può essere dato da micro e macro nutrienti, principi attivi che coadiuvano diverse fasi della risposta immunitaria. Infatti, nel momento in cui l'organismo viene sollecitato da un agente patogeno si innesca una reazione di risposta all'attacco di virus e batteri (fagocitosi) nel caso dell'immunità innata, o tramite secrezione di sostanze e che vanno poi ad attaccare l'agente esterno (immunità adattativa)».*

Come rafforzare il sistema immunitario?

Per potenziare il sistema immunitario è quindi possibile **assumere dei principi attivi** che possano stimolare la risposta immunitaria. Ma quali sono i più importanti?

*«Ad esempio le **vitamine c e d, lo zinco, il rame, il selenio**, che hanno un effetto diretto nel potenziare la risposta innata e adattativa – prosegue la dottoressa Curcio- e la **lattoferrina** che è una **molecola endogena dell'organismo** e ha diverse proprietà biologiche, tra cui la **stimolazione del sistema immunitario**».*

La lattoferrina è infatti presente in natura nel **latte materno e nel colostro**, oltre che in tutti quei fluidi che sono a contatto con le barriere esterne dell'organismo, come ad esempio nelle lacrime, per prevenire l'attacco dell'agente patogeno. La sua presenza all'interno del colostro, non a caso, riveste un ruolo fondamentale per **fornire al neonato una prima ed efficace forma di protezione** dagli

#WOW MAGAZINE

Alessitimia: che cos'è il deficit della consapevolezza emotiva e come si riconosce

I trend beauty che ricorderemo del 2022 e quelli di cui ci innamoreremo nel 2023

I figli delle star nati nel 2022

Come allestire uno spazio bar in casa

Close: il nuovo film di Lukas Dhont su amicizia e identità si prepara a conquistare l'Oscar

NOW ON AIR



Con **Andrea Meggio** e **Giusva**

Tutte le mattine dalle 7.00 inizia la tua giornata facendo **WOW CHE SVEGLIA**, con **Andrea Meggio** e...

[Info and episodes](#)

UPCOMING SHOWS

Questo sito utilizza cookie di profilazione, propri o di altri siti, per inviare messaggi pubblicitari mirati. Se vuoi saperne di più o negare il consenso a tutti o ad alcuni cookies

[Accetta](#) [Leggi tutto](#)

Lattoferrina: può essere d'aiuto per potenziare il sistema immunitario?

Come rafforzare il sistema immunitario? Tra le sostanze su cui puntare sembra esserci la lattoferrina, che potrebbe rivelarsi utile specie in questo periodo in cui i casi di influenza sono in netto aumento. Secondo i dati di Influnet, il sistema nazionale di sorveglianza epidemiologica e virologica dell'influenza, coordinato dall'Istituto Superiore di Sanità (ISS) con il sostegno del Ministero della Salute, infatti, nella prima settimana di dicembre del 2022, l'incidenza è stata pari a 16,0 casi per mille assistiti contro i 13,1 della settimana precedente, e ha superato la soglia di intensità alta. Per correre ai ripari, dunque, può essere importante puntare sulla prevenzione, adottando strategie in grado di rafforzare il più possibile il sistema immunitario. Ma quali sono i principali elementi che intervengono sulla produzione delle difese immunitarie? «Il meccanismo alla base del sistema immunitario è molto complesso - spiega Annalisa Curcio, responsabile ricerca e sviluppo **Aqma** Italia - È possibile parlare principalmente di un'immunità innata e di un'immunità adattativa e di una serie di regolatori e mediatori biochimici su cui si può agire per rafforzare il sistema immunitario, che regolano la proliferazione di determinati tipi cellulari, come ad esempio i linfociti T e i linfociti B. Nell'ambito di questa complessità un valido supporto può essere dato da micro e macro nutrienti, principi attivi che coadiuvano diverse fasi della risposta immunitaria. Infatti, nel momento in cui l'organismo viene

sollecitato da un agente patogeno si innesca una reazione di risposta all'attacco di virus e batteri (fagocitosi) nel caso dell'immunità innata, o tramite secrezione di sostanze e che vanno poi ad attaccare l'agente esterno (immunità adattativa)». Come rafforzare il sistema immunitario? Per potenziare il sistema immunitario è quindi possibile assumere dei principi attivi che possano stimolare la risposta immunitaria. Ma quali sono i più importanti? «Ad esempio le vitamine c e d, lo zinco, il rame, il selenio, che hanno un effetto diretto nel potenziare la risposta innata e adattativa - prosegue la dottoressa Curcio- e la lattoferrina che è una molecola endogena dell'organismo e ha diverse proprietà biologiche, tra cui la stimolazione del sistema immunitario». La lattoferrina è infatti presente in natura nel latte materno e nel colostro, oltre che in tutti quei fluidi che sono a contatto con le barriere esterne dell'organismo, come ad esempio nelle lacrime, per prevenire l'attacco dell'agente patogeno. La sua presenza all'interno del colostro, non a caso, riveste un ruolo fondamentale per fornire al neonato una prima ed efficace forma di protezione dagli agenti patogeni. Lattoferrina: quali proprietà? Oltre ad avere un ruolo nel metabolismo del ferro, la lattoferrina è nota per altre sue importanti azioni, tra cui quella immunostimolante e antinfiammatoria, antivirale e antimicrobica e di protezione delle mucose dall'attacco di agenti patogeni. L'articolo originale Lattoferrina: può essere d'aiuto per potenziare il sistema immunitario?

lo potete trovare al seguente Link L'articolo il sistema immunitario? proviene da Radio
Lattoferrina: può essere d'aiuto per potenziare Wow.