

Il microbiota e la flora vaginale L'igiene intima giusta

Il corpo umano è colonizzato da miliardi di microrganismi di diverse specie definiti **microbiota**.

Il microbiota più conosciuto è il microbiota intestinale, ma per le donne è **importante** anche l'**equilibrio del microbiota vaginale**.

La **flora vaginale** è prevalentemente costituita da **lattobacilli** che, in una condizione di equilibrio, **ostacolano** la proliferazione di batteri nocivi.

Il **microbiota vaginale** non è un ambiente statico e **cambia** la sua composizione in vari momenti di vita di una donna (nascita, pubertà, età fertile, gravidanza, allattamento e menopausa).



I **fattori** che possono influenzare il microbioma vaginale e modificarne l'equilibrio sono molteplici, ad esempio **attività sessuale**, **condizioni igienico-sanitarie**, **patologie sistemiche**, **antibiotici**, **stress quotidiano**.

Quando il microbiota perde il suo equilibrio, si manifesta una situazione di **disbiosi vaginale** e le conseguenze possono essere **vaginosi batterica**, **rapporti sessuali dolorosi**, comparsa di infezioni uro-genitali quali **candida** o **cistite**.

La pelle delle parti intime, come quella del viso, è molto delicata e richiede una cura particolare. L'ambiente intimo è naturalmente umido e una regolare routine igienica è essenziale per prevenire la formazione di cattivi odori, prurito e infezioni batteriche.

Intimoflor salviette intime

Sono utili per l'igiene intima di ogni giorno. Grazie alla formula a PH fisiologico, detergono delicatamente l'area intima, donando una piacevole sensazione di freschezza. La lozione è arricchita con Acido Lattico e Inulina, che contribuiscono a mantenere il **naturale equilibrio del PH** delle parti intime ed estratto di malva e calendula, ad **azione lenitiva e calmante**. La formula è potenziata da un ingrediente ad **attività anti-odore** per una freschezza più duratura.



*Fino ad esaurimento scorte



e per completare...

Intimoflor pH 5.5 detergente intimo

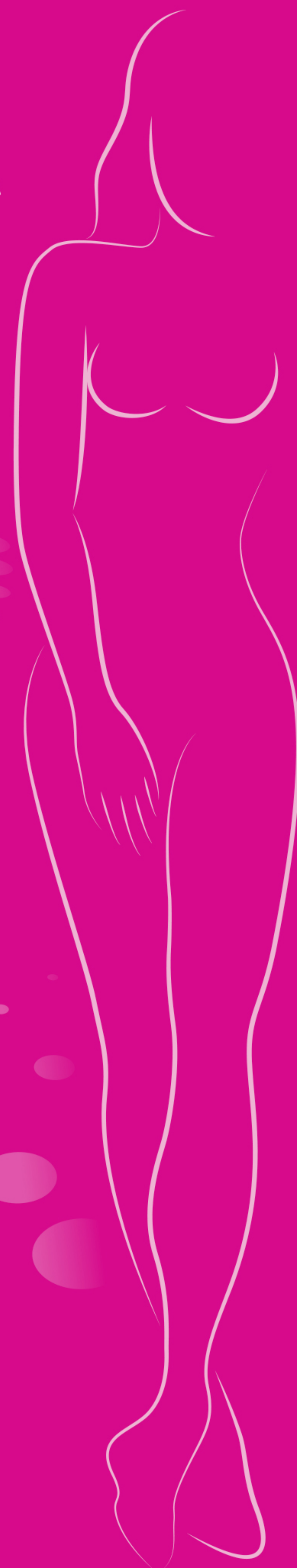
A base di **estratto standardizzato di propoli** dalle proprietà lenitive e purificanti; **succo di aloe vera** rigenerato dall'azione calmante che contribuisce a prevenire piccoli fastidi come arrossamenti e pruriti; **inulina**, un prebiotico che aiuta a mantenere l'equilibrio del microambiente intimo.



Lactoflorene® CIST

UNA RISPOSTA per il benessere delle vie urinarie

con ESTRATTI VEGETALI



I disturbi alle vie urinarie



I **disturbi alle vie urinarie** sono condizioni molto comuni con un'incidenza più elevata nella donna rispetto all'uomo. Si tratta principalmente di una causa anatomica perché nelle donne l'uretra è più corta rispetto a quella maschile ed è più semplice che i batteri dell'intestino passino in vescica.

Uno dei disturbi più frequenti riguardanti le basse vie urinarie è la **cistite**, un'infiammazione della vescica su base infettiva.

Nella maggior parte dei casi il responsabile è l'**Escherichia coli**, un batterio comunemente presente nelle feci che colonizza l'intestino e che, in caso di alterazione della flora batterica del colon, può risalire fino al calice della vescica, ancorandosi alla sua parete ed infettandola.⁽¹⁻²⁾

Altre volte i disturbi alle vie urinarie possono essere causati da **fattori irritanti** come alcool, bevande zuccherate o anche rapporti sessuali. In questo caso, può verificarsi la **cistite post-coitale** che può svilupparsi anche a causa di:

- insufficiente lubrificazione della mucosa vulvovaginale che può determinare la formazione di microlesioni causate dal movimento meccanico del rapporto. A volte queste microlesioni possono essere terreno fertile per la riproduzione di batteri e agenti patogeni.
- utilizzo di contraccettivi, le cui sostanze chimiche potrebbero alterare la flora vaginale.

È importante bere molta acqua per favorire il flusso urinario e non trattenere l'urina. Ridurre il rischio di risalita dei batteri nella vescica evitando di indossare indumenti stretti che non favoriscono la traspirazione. Mantenere una corretta igiene intima evitando l'uso di saponi e prodotti cosmetici troppo aggressivi che alterano il pH vaginale fisiologico. Infine, per allontanare il rischio di proliferazione batterica in vescica potrebbe essere necessario assumere fermenti lattici vivi ad azione probiotica che favoriscono l'equilibrio intestinale (Eubiosi) ed evitare l'insorgenza di infezioni.

Lactoflorene® CIST

Lactoflorene® Cist è l'**integratore alimentare a base di fermenti lattici vivi**, estratto di mirtillo rosso e D-mannosio di betulla.



Formula Brevettata

LO SAPEVI CHE...

Le donne soffrono di frequenti disturbi alle vie urinarie e di questi **il 50% è associato a cistite**
Il 70% delle pazienti assumono antibiotici
Il 30% ha la probabilità di ricorrenza entro un anno (3 episodi in un anno, oppure 2 in 6 mesi).³⁾

Senza glutine e senza lattosio.

Disponibile nei formati da 10 e 20 buste T-WIN

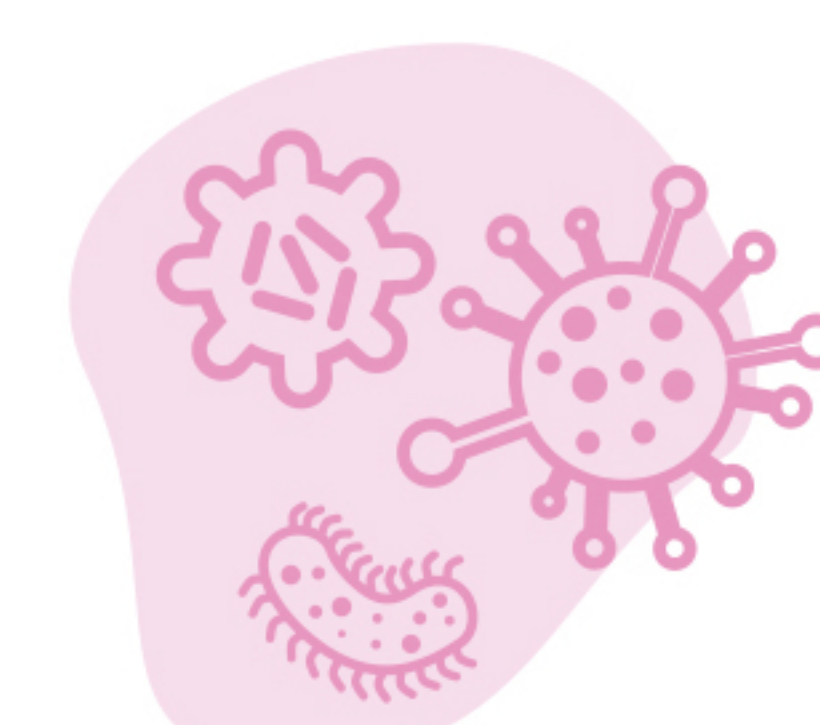
Posologia

Per mantenere il benessere delle vie urinarie, si consigliano dei cicli di assunzione di 1 busta al giorno per 10 giorni al mese (per almeno tre mesi consecutivi) al mattino a digiuno e a vescica vuota o la sera prima di coricarsi.

Nei giorni in cui si accusano disturbi alle vie urinarie si consiglia di assumere 3 buste al giorno per i primi due giorni, 2 buste al giorno il terzo e quarto giorno, preferibilmente al mattino a digiuno e a vescica vuota e la sera prima di coricarsi.

Modalità d'uso: Sciogliere il contenuto della busta in un bicchiere d'acqua e bere la sospensione ottenuta. Assumere immediatamente dopo la preparazione.

Azioni



Fermenti lattici vivi

I fermenti lattici vivi, con la loro azione probiotica, **Lactobacillus paracasei LC11**, favoriscono l'**equilibrio della flora intestinale**.

Estratto di mirtillo rosso

Il Mirtillo Rosso (Cranberry), ricco di una particolare varietà di polifenoli, le proantocianidine di tipo A (PACs), contribuisce alla funzionalità delle vie urinarie **impedendo l'adesione dei batteri all'epitelio urinario**⁽⁴⁾. L'estratto secco di mirtillo rosso è tra i più clinicamente investigati.



D-mannosio di betulla

Il D-mannosio è uno zucchero semplice estratto da Betulla che, una volta ingerito, viene scarsamente metabolizzato, **lega i batteri responsabili delle infezioni** tra cui E. coli, **che vengono poi eliminati attraverso le urine**.⁽⁵⁻⁶⁻⁷⁻⁸⁻⁹⁻¹⁰⁻¹¹⁻¹²⁻¹³⁾

- 1) Pietrucha-Dilanchian P and Hooton TM. Diagnosis, Treatment, and Prevention of Urinary Tract Infection. Microbiol Spectr 2016 - Review. PMID 28087935
- 2) O'Brien AD, et al. Host restriction of Escherichia coli recurrent urinary tract infection occurs in a bacterial invasion-specific manner. PLoS Pathog 2018. PMID 30543708
- 3) Foxman B. Epidemiology of urinary tract infections: Incidence, morbidity and economic costs. Am J Med 2002; 113 (Suppl 1A): S5-S13S.
- 4) Howell AB et al., A-type cranberry proanthocyanidins and uropathogenic bacterial anti-adhesion activity. Phytochemistry. 2005 Sep;66(18):2281-91.
- 5) Linee Guida su probiotici e prebiotici, Ministero della Salute - Revisione maggio 2013.
- 6) Decreto dirigenziale Ministero della Salute 27 marzo 2014 - Aggiornamento del DM 9 luglio 2012 sulla Disciplina dell'impiego negli integratori alimentari di sostanze e preparati vegetali.
- 7) Spaulding CN, et al. Selective depletion of uropathogenic E. coli from the gut by a FirmH antagonist. Nature 2017. PMID 28614296
- 8) Rodrigues DF and Elimelech M. Role of type 1 fimbriae and mannose in the development of Escherichia coli K12 biofilm: from initial cell adhesion to biofilm formation. Biofouling 2009. PMID 19306144
- 9) Martinez JJ, et al. Type 1 pilus-mediated bacterial invasion of bladder epithelial cells. EMBO J 2000. PMID 10856226
- 10) Nabavi SF, et al. Cranberry for Urinary Tract Infection: From Bench to Bedside. Curr Top Med Chem 2017 - Review. PMID 27572082
- 11) Fu Z, et al. Cranberry Reduces the Risk of Urinary Tract Infection Recurrence in Otherwise Healthy Women: A Systematic Review and Meta-Analysis. J Nutr 2017 - Review. PMID 29046404
- 12) Gupta K, et al. Cranberry products inhibit adherence of p-fimbriated Escherichia coli to primary cultured bladder and vaginal epithelial cells. J Urol 2007. PMID 17509358
- 13) Pak et al., Tamm-Horsfall Protein Binds to Type 1 Fimbriated Escherichia coli and Prevents E. Coli from Binding to Uroplakin Ia and Ib Receptors. J Biol Chem. 2001 Mar 30;276(13): 9924-30.