

INFORMAZIONE REDAZIONALE

PHYSIO NEWS

PRINCIPIUM TENSIOLEN

Magnesio bisglicinato, chiodi di garofano e Boswellia per contrastare le tensioni muscolari

Collo, cervicale, spalle, regione lombare e gambe sono le zone generalmente più soggette alle tensioni muscolari.

Le cause sono soprattutto lo stress, i cui effetti si ripercuotono a livello fisico, le posture scorrette protratte a lungo (come accade a chi è costretto, per esempio, a passare molto tempo alla guida o seduto alla scrivania) e talvolta anche gli eventi traumatici, come il colpo di frusta o della strega, che obbligano il fisico ad assumere una posizione antalgica.

In tutti questi casi, la muscolatura tende a contrarsi con effetti negativi quali indolenzimento, fastidio e rigidità che via via, con il protrarsi della situazione, provocano un rallentamento del flusso sanguigno nell'area interessata e, intensificando l'irrigidimento muscolare, innescano una sorta di circolo vizioso che aggrava ulteriormente lo stress e la tensione.

Per superare questi fastidi il riposo è sicuramente la terapia più efficace.

Per risolvere una contrattura muscolare normalmente, sono sufficienti 3-7 giorni di riposo, che potrebbero diventare molti di più se non si rispettano i giusti tempi di recupero.

In questa fase, allungare la muscolatura e favorire l'afflusso di

sangue ai muscoli favorisce il processo di guarigione; inoltre, in abbinamento, si può ricorrere all'utilizzo di antinfiammatori (FANS) e miorilassanti che con la loro azione contribuiscono a distendere la muscolatura. Ricordiamo che questi prodotti vanno utilizzati sotto controllo medico e per un periodo limitato nel tempo.

Fortunatamente alcune sostanze naturali si rivelano particolarmente utili per contrastare le contratture con un effetto distensivo sulla muscolatura.

Una di queste è l'olio essenziale di chiodi di garofano, ricco di betacarotiofillene, un fitocannabinoide naturale privo di effetti psicoattivi, o la Boswellia, detta anche albero dell'incenso, apprezzata da secoli nella tradizione ayurvedica per le sue naturali capacità di contrastare gli stati di tensione localizzati.

Principium Tensiolem un integratore innovativo nato dalla **Ricerca e Sviluppo BIOS LINE** che agisce grazie alla sinergia di tre sostanze naturali:

- **Magnesio bisglicinato:** è una composizione di magnesio e due molecole di glicina. Aiuta a contrastare la stanchezza e l'irrigidimento muscolare e a recuperare il benessere fisico e mentale;

- **Boswellia:** l'estratto si ricava attraverso l'incisione della corteccia della pianta omonima. È ricca di acido alfa-chetoboswellici (AKBA), tra cui una forma attiva di acido cheto-boswellico, oli essenziali, terpenoidi e polisaccaridi. Aiuta a contrastare la tensione localizzata;

- **Chiodi di garofano** o.e.: titolato al 30% in beta-cariofillene, fitocannabinoide naturale senza effetti psicoattivi.

Principium Tensiolem è consigliato in tutti i casi in cui le tensioni muscolari provocano irrigidimento, indolenzimento, mal di testa e contratture che riducono l'efficienza motoria, alterano la postura e incidono sullo stato di benessere generale.

Dedicata ai consumatori più attenti al proprio benessere, **PRINCIPIUM** nata dall'esperienza di **BIOS LINE**, è una linea di integratori alimentari caratterizzati dalla presenza di attivi ad alto dosaggio e alta titolazione, soli o in sinergia con altri nutrienti utili ad accrescerne la biodisponibilità. Le materie prime sono accuratamente selezionate in Italia e nel resto del mondo; la formulazione e la produzione sono realizzate esclusivamente in Italia, utilizzando le tecnologie produttive più all'avanguardia sotto costante controllo qualitativo.

BIBLIOGRAFIA DI RIFERIMENTO

1. PARISOTTO-PETERLE J, BIDONE J, LUCCA LG, ET AL. Healing activity of hydrogel containing nanoemulsified β -caryophyllene Eur J Pharm Sci. 2020;148:105318.
2. KOYAMA S, PURK A, KAUR M, ET AL. Beta-caryophyllene enhances wound healing through multiple routes. PLoS One. 2019;14(12):e0216104.
3. MÖDINGER Y, KNAUB K, DHARSONO T, ET AL. Article Enhanced Oral Bioavailability of β -Caryophyllene in Healthy Subjects Using the VESisorb® Formulation Technology, a Novel Self-Emulsifying Drug Delivery System (SEDDS). Molecules. 2022;27(9):2860.