

# ELGASIN®

Eliminazione Gas Intestinali



ELGASIN®  
MARCHIO INTERNAZIONALE

**Integratore alimentare a base di β galattosidasi, α galattosidasi e Carvi.**

- ✓ Previene la formazione ed elimina i gas in modo fisiologico
- ✓ Riduce rapidamente la sintomatologia
- ✓ Senza glutine, senza lattosio
- ✓ Gusto gradevole
- ✓ Non ha effetti indesiderati
- ✓ Non dà assuefazione
- ✓ Non ha controindicazioni



**MASTICABILI**

**PIÙ DIGESTIONE,  
MENO GONFIORE**

**UNA O DUE COMPRESSE  
PRIMA DEI PASTI PRINCIPALI**



www.elgasin.com

AZIENDA CERTIFICATA



# Intolleranza al lattosio

## Il 40% degli italiani ne soffre



Sono ancora molti a non sapere di esserne interessati dal problema

Gonfiore, tensione addominale, crampi, flatulenza, reflusso: sintomi diversi che possono derivare dalla scarsa digestione di alcuni alimenti. Per evitare questo tipo di disturbi è necessario curare la nostra alimentazione cercando di limitare i cibi che possono provocare intolleranze alimentari, come ad esempio il lattosio, o di scarsa digeribilità come gli Oligosaccaridi Non Digeribili. L'intolleranza al lattosio, intesa non come allergia, ma come una vera e propria difficoltà nella digestione di tale zucchero, è l'intolleranza più diffusa al mondo. La causa è da attribuirsi alla riduzione di un enzima deputato alla digestione di questo zucchero, la β-galattosidasi. Tale enzima svolge una funzione molto importante per il nostro organismo, in quanto scinde il lattosio nei due zuccheri semplici che lo compongono, glucosio e galattosio, consentendone l'assorbimento e l'utilizzo. La β-galattosidasi è un enzima naturalmente presente nell'uomo. Normalmente la sua attività è massima alla nascita, ma diminuisce fisiologicamente



con l'avanzare dell'età, fino a raggiungere anche il 90% del valore iniziale. Ecco quindi che in caso di carenza di β-galattosidasi, il lattosio raggiunge immodificato l'intestino, dove viene fermentato dalla flora batterica presente, provocando disturbi come diarrea, dolori e crampi addominali, gonfiore e flatulenza. Curare la nostra alimentazione, evitando di assumere latte e latticini, in alcuni casi, potrebbe non essere una soluzione risolutiva. Quando viene individuata un'intolleranza è necessario prestare particolare attenzione anche alle fonti alimentari perché il lattosio è presente non solo nel latte e nei suoi derivati (formaggi, burro, panna, yogurt), ma anche, in

forma nascosta, in moltissimi prodotti alimentari. Infatti viene spesso impiegato nella preparazione di dolci, torte, biscotti, budini, gelati e cibi precotti, ed è utilizzato anche come conservante in affettati, carni macinate, carne di pollo, purè, zuppe istantanee, prodotti da forno, caramelle, snack e molti altri alimenti. Il gonfiore addominale può anche derivare dalla scarsa digestione di alcuni alimenti di origine vegetale come ad esempio cereali, legumi, frutta e verdura, alimenti tipici della dieta mediterranea e fondame tali per un regime alimentare sano ed equilibrato. La dieta mediterranea è un modello nutrizionale tipico delle popolazioni del bacino mediterraneo, imitato in tutto il mondo perché offre vantaggi dimostrati scientificamente, come ad esempio una

cardiovascolari e una maggior aspettativa di vita. Gli alimenti basilari della dieta mediterranea (cereali, legumi, frutta e verdura) forniscono all'organismo le vitamine, i minerali e le proteine di cui ha bisogno, ma contengono anche alcuni carboidrati complessi che favoriscono la formazione di gas intestinali: Gli Oligosaccaridi Non Digeribili, detti anche OND. L'organismo umano, infatti, non produce naturalmente l'enzima deputato alla digestione degli oligosaccaridi di non digeribili -α-galattosidasi - che arrivano così immodificati nel colon dove fermentano provocando: gonfiore, flatulenza, borborigmi, dolore addominale. L'α-galattosidasi, è un enzima prodotto da un microorganismo chiamato *Apergillus Niger*, che può essere trovato

naturalmente su alcuni alimenti come frutta e verdura. Assunto quindi in piccole quantità permette la scomposizione degli OND. In generale per facilitare la digestione e contrastare il gonfiore addominale è importante adottare alcune buone abitudini e seguire un'alimentazione equilibrata, ricca di vegetali, ortaggi, imparare a masticare bene, lentamente e scegliere cibi integrali ricchi di fibre. Inoltre può essere utile assumere, in corrispondenza dei pasti principali, enzimi quali alfa e beta galattosidasi, che favoriscono la scomposizione degli alimenti, facilitandone l'assorbimento e riducendo di conseguenza la fermentazione e la produzione di gas intestinale.

una Rete al Tuo servizio



FARMACIA TULLIO C. S.S. Corso D'acero 4475 Galliano (FR) 0776.695409	FARMACIA CENTRALE Via Dei Santi, 173 Arita (FR) 0776.609042	FARMACIA SECONDI Via IV Novembre, 7 Saverio Tivoli (FR) 0776.428013	FARMACIA LUNELLE Cerro Gesturi, 4 Arita (FR) 0776.510488
FARMACIA FARINA Via Stella, 34 Brecconforte (FR) 0776.890016	FARMACIA FERRARO Via Roma, 41 Villa Latina (FR) 0776.688130	FARMACIA CEDRONE Via S. Marino, 5 Pozzuolo (FR) 0776.66254	FARMACIA DI BONA Via Campo Sportivo, 22 Castellon (FR) 0776.639029
FARMACIA RAUCCI Via Roma, 37 S. Donato V. C. (FR) 0776.508690	FARMACIA ANTIGNANI Corso Umberto Primo, 509 Arita (FR) 0776.610434	FARMACIA BELMONTE Foresta D'Acero Centro, 1 Belmonte Castello (FR) 0776.092216	



*Vicini alla tua Salute!*