

# LA MIGLIOR DIFESA L'AIUTO DELLA PROPOLI

Come ridurre le malattie respiratorie e prevenire i malanni autunnali in modo naturale

LA REDAZIONE DI KONTAK



**L'**autunno, con i suoi primi freddi e l'aumento dell'umidità, porta con sé un **aumento delle malattie respiratorie**, come raffreddore, influenza e mal di gola. Queste infezioni, causate da **virus**, possono essere particolarmente fastidiose e debilitanti.

## QUALI VIRUS CI MINACCIAANO CON L'ARRIVO DELLA STAGIONE FREDDA?

Tra i principali virus responsabili delle infezioni respiratorie autunnali troviamo:

- **Rinovirus**: il virus più comune, responsabile del raffreddore.
- **Virus influenzali**: causano l'influenza, una malattia più grave del raffreddore che può portare a complicazioni.
- **Virus parainfluenzali**: causano infezioni alle vie respiratorie superiori, come bronchiolite e laringotracheite.

## COME PREPARARSI AD AFFRONTARE LA STAGIONE DEI MALANNI

La propoli è una sostanza vegetale prodotta dalle piante e raccolta dalle api. Le si riconoscono proprietà antibatteriche, antivirali e antinfiammatorie, ed è pertanto un rimedio naturale sempre più utilizzato per prevenire e contrastare le infezioni influenzali.

## COME AGISCE LA PROPOLI?

- **Rinforza il sistema immunitario**: la propoli stimola la produzione di globuli bianchi, le cellule del sistema immunitario deputate alla difesa dell'organismo dalle infezioni.
- **Combate i virus**: la propoli inibisce la replicazione dei virus influenzali, ostacolando la loro diffusione nell'organismo.
- **Riduce l'infiammazione**: l'azione antinfiammatoria della propoli aiuta ad alleviare i sintomi dell'influenza, come febbre, dolori muscolari e mal di gola.

## COME ASSUMERE LA PROPOLI?

La propoli è disponibile in diverse forme, tra cui:

- **Sciroppi**: ideali per lenire il mal di gola e la tosse.
- **Estratti**: possono essere assunti direttamente o diluiti in acqua.
- **Capsule**: una forma pratica da assumere.
- **Spray nasali**: utili per decongestionare le vie nasali.
- **Caramelle**: un modo gustoso per assumere propoli.

Ma non tutti sanno che la propoli può essere assunta semplicemente respirandone la frazione volatile con risultati più efficaci rispetto ai metodi tradizionali.

## PERCHÉ RESPIRARE LA PROPOLI?

“La frazione volatile della propoli ha dimostrato, rispetto alla frazione estrattiva assunta per via orale, una **esaltazione dell'azione probiotica generale**. Tale esaltazione con conseguente **maggior benessere psicofisico**, è probabilmente dovuta al fatto che l'assunzione avviene, oltre che attraverso la via respiratoria e percutanea, anche ed essenzialmente attraverso i nervi olfattori, che si sfoccano nella mucosa nasale” (tratto da *Curarsi con la Propoli* - Prof. L. Pecchiai)

## L'INNOVATIVA PROPOLI DA RESPIRARE

Negli ultimi anni è stato sviluppato un innovativo sistema che diffonde nell'ambiente la frazione volatile della propoli con le sue preziose proprietà terapeutiche. I benefici della propoli da respirare:

- **Efficacia dimostrata:** studi scientifici hanno dimostrato l'efficacia della propoli da respirare nel ridurre la carica microbica nell'aria e nel prevenire le infezioni respiratorie.
- **Facilità d'uso:** i diffusori di propoli sono semplici da utilizzare e possono essere utilizzati in qualsiasi ambiente, momento e situazione senza effetti collaterali.
- **Azione preventiva e curativa:** la propoli da respirare può essere utilizzata sia per prevenire le infezioni respiratorie che per alleviare i sintomi del raffreddore e della tosse.

## IN CONCLUSIONE

L'autunno può essere un periodo difficile per la salute, ma con alcune semplici precauzioni è possibile **ridurre il rischio di malattie respiratorie**. La propoli può essere un valido alleato naturale per rafforzare le difese immunitarie e prevenire i malanni autunnali

### NOTE BIBLIOGRAFICHE

Garrou E., Serafini G., Mangiavillano A., Bevilacqua M., Zaccagna C.A., *Monitoraggio microbiologico dell'aria in ambiente confinato dopo diffusione di sostanze a base di terpeni*, in *Biologi Italiani*, n. 2 Febbraio 1996,

Pecchiai L., *Curarsi con la propoli*, Dimensione Natura, Luglio 1995

## PRODOTTO CONSIGLIATO

### Breathe - Diffusore di Propoli con Ionizzatore

*Propol Air in pregiato legno di frassino*

**Kontak**



**Puoi acquistarlo su [macrolibrarsi.it](http://macrolibrarsi.it)**

PREVENZIONE E SANIFICAZIONE  
AMBIENTALE NATURALE

propol  
*Air*

**respira la propoli  
la salute  
e' nell'Aria!**

I diffusori PROPOLAIR  
diffondono nell'ambiente  
le preziose proprietà  
terapeutiche della propoli,  
proteggendoti da virus, batteri  
e malattie da raffreddamento

**KONTAK** | **kontak.it**  
informazioni e approfondimenti