



# INTEGRATORI DI GIUSTIZIA

GARABOMBO



Gli integratori di **equità** sono prodotti  
per favorire il **benessere**,  
raccolgono le tradizioni e le conoscenze  
dei popoli del Sud del Mondo nell'uso di  
erbe, spezie e piante.



# SPIRULINA



## LE SUE PROPRIETÀ

Ha un'azione antiossidante, protegge il fegato, contribuisce a ridurre il colesterolo ossidato. Aumenta il **livello di emoglobina** nei soggetti anemici (ricca di ferro), contiene naturalmente proteine, vitamine del gruppo B, acido ascorbico e acido gamma-linoleico.



# SPIRULINA

## COS'È?

È un estratto di **alghe**, organismi unicellulari, filamentosi, spiraliformi e di colore **verde-blu**. Vivono in acque tropicali e subtropicali con alto contenuto salino. Sono spesso coltivate in condizioni controllate, ma esistono anche coltivazioni in condizioni naturali. In passato erano consumate come alimento in alcune comunità dell'Africa e del Sud America.





# CURCUMAN

## LE SUE PROPRIETÀ



Nella medicina tradizionale indiana è considerata un purificante del sangue. È usata per **problemi respiratori e digestivi** (in caso di dispepsia e flatulenza), stimola le secrezioni gastriche e biliari, contribuisce alla riduzione del colesterolo ed è ottimo contro l'artrite (in quanto antinfiammatorio). Studi scientifici recenti indicano la curcuma come preventiva nei confronti di alcune forme tumorali.



# CURCUMAN



## COS'È?

È una pianta erbacea perenne, eretta della famiglia delle *Zingiberaceae* (la stessa dello zenzero), alta fino a 1 metro.

Il suo **rizoma** (fusto sotterraneo), di colore giallo e gusto moderatamente amaro, viene comunemente usato in alimentazione e medicina. Questa spezia è usata anche come tintura vegetale (i tessuti dei monaci buddisti sono colorati con curcuma).



# MACA

## LE SUE PROPRIETÀ

Usata dagli **Incas** durante riti di fertilità e vitalità, il suo consumo era stato limitato alla corte reale. In cucina è cotta al forno, arrostita o bollita in acqua o latte per preparare una zuppa dolce chiamata **mazamorra**. Usata in caso di anemia, di sindrome di affaticamento cronico, per stimolare la resistenza, la memoria e la fertilità, contrasta squilibri ormonali nelle donne e negli uomini problemi erettili. Contiene carboidrati per il 60%, il 10% di proteine e fino al 9% di fibre. Ha una percentuale significativa di minerali (calcio, magnesio, potassio) e di vitamine (acido ascorbico).





# MACA

## COS'È?

È una pianta originaria delle zone degli altipiani centrali sulle Ande, in Perù (*Lepidium Meyenii Walp*). Appartiene alla famiglia delle Brassicaceae. Viene coltivata da più di 3.000 anni a scopo alimentare tra la Bolivia, il Perù e l'Argentina nordoccidentale.





# MORINGA



## LE SUE PROPRIETÀ

È una pianta notevole, considerata un enorme potenziale per combattere fame e povertà. Le **foglie** sono usate come cibo, ricche in proteine, vitamine, sali minerali e proteine (pari al 25% del loro peso – più che le uova e il doppio del latte di mucca).

In generale, rafforza le difese immunitarie, stimola la circolazione sanguigna e normalizza il livello di glucosio nel sangue. Inoltre, ha una vasta gamma di sostanze antiossidanti in grado di proteggere le cellule del corpo.



# MORINGA

**COS'È?**

È una pianta originaria dell'India, ma si è diffusa soprattutto in Africa, dove è considerata uno degli alberi della vita. Raggiunge i 4-7 metri d'altezza e le sue radici hanno un forte odore e sapore di ravanello.



GARABOMBO

# GUARANÀ



## LE SUE PROPRIETÀ

È ricco in caffeina (dal 4 al 7,5%),  
contiene anche teobromina e teofillina  
con effetti stimolanti sul sistema nervoso,  
sui muscoli e sul cuore.

Riduce l'affaticamento mentale e fisico;  
è utile per migliorare le prestazioni atletiche  
e anche nella perdita di peso  
(per la presenza di tannini).

Molti lo usano anche contro la bassa pressione.

GUARABOMBO



# GUARANÀ

Il **guaranà** è una pianta che prende il nome dal popolo dei Guaranì, originario dell'Amazzonia, che ne utilizza i semi per produrre una bevanda. Oggi gli stessi semi sono utilizzati a scopo medicinale in virtù della presenza di caffeina, sostanza che agisce stimolando il sistema nervoso centrale, il cuore e i muscoli. Inoltre il guaranà contiene teofillina e teobromina, molecole simili alla caffeina.



GUARABOMBO

# TÈ VERDE



## LE SUE PROPRIETÀ

Aiuta la digestione, stimola le funzioni cognitive e riduce il mal di testa. Inoltre, rinforza le arterie, riduce i grassi in eccesso e regola la temperatura corporea. Contiene teofillina, tannini, teobromina e caffeina; è ricco anche di antiossidanti e polifenoli.





# TÈ VERDE

## COS'È?

È una variante del tè (ottenuta con foglie di *Camelia Sinensis* o *Thea Chinensis*). si ottiene sottoponendo le foglie di tè a un processo termico detto “stabilizzazione” – che può essere eseguito con calore secco (tostatura) o calore umido (vaporizzazione) – che inibisce gli enzimi responsabili dell'ossidazione e permette quindi alle foglie di mantenere il caratteristico colore verde (l'ossidazione è una reazione chimica che avviene spontaneamente nelle foglie di tè, scurendone il colore). Il tè verde viene anche definito “non fermentato” poiché non viene sottoposto a fermentazione (la fermentazione è quel processo di trasformazione biochimica per opera di microrganismi cui viene sottoposto il tè quando messo in opportune condizioni di calore e umidità).





# DIFESE IMMUNITARIE



L' integratore per le difese immunitarie è una formula innovativa, una sinergia di piante della Amazzonia e le Ande peruviane, zone incontaminate del pianeta. E' una ricarica di principi attivi naturali per sostenere le difese immunitarie dell'organismo, con vitamina C da Rosa canina, Camu camu e Acerola che insieme allo Zinco contribuiscono alla normale funzione del **sistema immunitario**. La vitamina C contribuisce anche alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo. La Maca e il Tè verde, con la loro azione tonica, sono utili nei momenti di stanchezza fisica e mentale.





**Cooperativa Garabombo l'inVISIBILE,**  
per un **Commercio Equo e Solidale**

Sede legale e amministrativa: via Cadorna 22 – 22100 Como

P.IVA: 02562380135 REA CO267105

Is cr. Albo Coop. Mut. Prev. A1 17410 Tel. e fax: 031 308833 email:

[info@garabombo.it](mailto:info@garabombo.it) sito: [www.garabombo.it](http://www.garabombo.it)