

## Zinc coloidal

Zincul este un oligoelement foarte important pentru organism, avand rol in numeroase procese biochimice. Zincul intra in structura a peste 100 de enzime, printre care si enzima care previne imbatranirea - SOD (superoxid dismutaza). Zincul atrage energia necesara pentru stabilizarea reactiilor metabolice in metalo-enzime (enzimele care sunt insarcinate cu prevenirea oxidarii celulare, cu transferul energie metabolice, cu fabricarea ADN-ului, cu fixarea oxigenului in globulele rosii, etc). Aceste enzime nu pot sa actioneze decat in prezenta zincului, dar activitatea lor descreste proportional cu carenta de zinc.

## Zincul si ficatul

Zincul ajuta ficatul sa fabrice numeroase proteine: precursorii hormonilor, anticorpii, proteinele de transport sangvin. Zincul are totodata rol in sinteza ADN si ARN. In absenta zincului, diviziunea si diferentierea celulara se opresc inainte de finalizare. Este cunoscuta implicarea zincului in mentinerea integritatii patrimoniului genetic. Ceea ce se numeste in biologia moleculara "degetele de zinc" reprezinta de fapt o secventa de douazeci de aminoacizi care sunt dispusi in spatiu in forma unor degete de mana si care sunt legati de un atom de zinc, ce confera acestei proteine capacitatea de a interationa cu ADN-ul.

## Zincul si dezechilibrele hormonale

Zincul ajuta deasemenea la cresterea si dezvoltarea organelor reproducatoare (din acest motiv se recomanda marirea aportului de zinc in caz de infertilitate). Zincul contribuie la maturizarea glandelor sexuale, permitand echilibrarea si armonizarea ciclurilor hormonale ale tiroidei si hipofizei cu cele ale glandelor sexuale. El este necesar pentru hormonii glandelor sexuale, pentru hormonii hipofizei, ai tiroidei, ai pancreasului (regleaza secretia de insulina) si ai timusului. Atunci cand exista o carenta de zinc pot sa apara semne asemanatoare cu cele ale hipotiroidiei; scaderea ratei proteinelor de transport al hormonilor tiroidieni creeaza un fel de hipotiroidie periferica, ce se manifesta prin oboseala, piele uscata, hipersomnie, dificultati de concentrare, lipsa tonusului intelectual, caderea parului. Aceste simptome pot fi ameliorate printr-un aport crescut de zinc coloidal.

## Zincul si imunitatea

Zincul stimuleaza sistemul imunitar. El este indispensabil bunei functionari a timusului, a limfocitelor si a globulelor albe in general. Intervine de asemeni la apararea organismului impotriva infectiilor virale, bacteriene sau micotice si, de asemenea, in chimiotactismul macrofagelor si in actiunea limfocitelor.

Zincul are efecte favorabile certe in caz de SIDA cu atat mai mult cu cat se stie ca apar frecvent infectiile intestinale in cursul acestei boli. In plus, SIDA antreneaza o absorbtie slaba a zincului, precum si diminuarea nivelului acestuia in organism.

## Zincul si acneea

Zincul combate acneea. El limiteaza inflamatiile glandelor sebacee, evitandu-se astfel transformarea lor in chisturi infectate si inestetice.

## Zincul si vitamina A

Zincul se asociază cu vitamina A, favorizand sinteza hepatica a proteinelor de transport sangvin al acestei vitamine. O carenta de zinc determina o mai slaba utilizare a vitaminei A; in acest caz apar simptome care sunt aproape identice carentei de vitamina A. El este asociat vitaminei B6, si are rol mentinerea unei concentratii normale de vitamine in sange.

## Alte actiuni importante ale zincului:

Zincul ajuta la fixarea calciului, intervine in echilibrul acido-bazic al singelui, sustine functiile ficatului si il protejeaza de toxine.

Zincul se comporta ca un antagonist al calciului intracelular si inhiba astfel eliberarea serotoninei si histaminei, precum si agregarea plachetara.

Zincul este antidiabetic. Are un efect hipoglicemiant, deoarece stimuleaza producerea insulinei. De asemenea, regleaza metabolismul proteinelor si al fosforului.

Tot zincul faciliteaza asimilarea glucidelor si proteinelor la nivelul tubului digestiv si intervine in sinteza aminoacizilor, cerebrozidelor si lecitinei.

Zincul stimuleaza contractia musculara, cresterea si sistemul nervos; este antidepresiv si echilibreaza sistemul nervos vegetativ.

Zincul este antiinflamator, previne imbatranirea celulelor si infectiile microbiene (antiseptic), este astringent.

Zincul scade nivelul colesterolului, fortifica si intareste organismul, este tonic.

### **Carenta de zinc provoaca:**

- afectiuni ale pielii (hiperkeratoza, eczeme, iritatii)
- afectiuni tiroidiene
- anorexie
- anemie
- apatie
- atrofia gonadelor
- inhiba asimilarea acidului folic
- caderea parului
- cicatrizarea dificila a ranilor
- conjunctivita
- convalescenta prelungita
- decolorarea unghiilor
- diminuarea simtului gustativ si olfactiv
- intarzierea cresterii la copii (nanism)
- intarzierea maturizarii sexuale
- oboseala
- pete albe pe unghii si pe piele, unghii striate
- predispozitie la infectii micotice si virale
- scaderea imunitatii
- scadere ponderala
- scaderea troficitatii pielii
- scaderea tolerantei la glucoza
- sterilitate masculina

### **Cum pot apare pierderi de zinc**

Pot aparea pierderi de zinc in caz de afectiuni renale, de ciroza, de transpiratii si in cazul utilizarii de medicamente (penicilina, corticosteroizi). Carentele pot aparea mai frecvent in cazul alimentatiei nenaturale, la alcoolici, la anorexici, in cazul consumului de contraceptive, al excesului de zahar rafinat, al stresului, in afectiuni intestinale.

## Persoanele care au nevoie mai mare de zinc

Nevoile zilnice de zinc cresc in special la alcoolici, la diabetici, la cei care prezinta un aport crescut de vitamina B6, la femeile ce utilizeaza anticonceptionale, la sportivi.

Doar 5-10% din zincul alimentar este biodisponibil, aceasta depinzand de anumite interactiuni din lumenul intestinal, zincul putand concura chiar cu cuprul, calciul sau fierul.

Agricultura artificiala si intensiva reduce continutul de zinc din sol.

Supra-incararea cu zinc nu poate sa apara prin utilizarea alimentelor care contin zinc, deoarece dincolo de un prag limita, acesta se elimina prin urina si prin transpiratie. Totusi, in timp, excesul provoaca un dezechilibru in raportul dintre zinc si cupru, ajungandu-se la o carenta a cuprului. Pot sa apara de asemeni intoxicatii acute cu zinc industrial, care conduc la edem pulmonar (care poate fi mortal).

[Comanda zinc coloidal](#) .