



REVISTA PLANTA ROMANICA

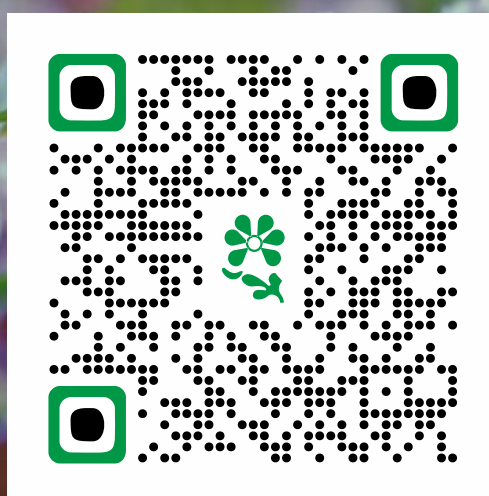
UNIREA DĂ PUTEREA!



Societate membră

European Federation of Associations
of Health Product Manufacturers

An IV, nr. 3(13)



SEPTEMBRIE 2025

Revistă trimestrială, fondată în 2003, sub egida Patronatului „Planta Romanica”

AICI

primesc
un sfat bun
pentru
a 10 000-a oară



BD Rowa™ Plus pentru dumneavoastră

Vă pasă de sănătatea clienților dumneavoastră. Cu sprijinul nostru de la distanță aveți soluția prin care, alături de colegi, puteți acorda atenția necesară aspectelor importante din farmacie. Sărbătoriți împreună cu noi sistemul automatizat de ridicare a comenzilor BD Rowa™ cu numărul 10.000!



Tehnologia BD Rowa™

Circuitul clientului în farmacie



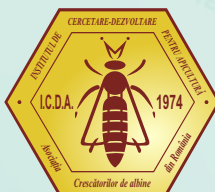
Sisteme de automatizări Rowa Vmax



- + Reduce spațiul necesar depozitării
- + Timp câștigat de către clienți
- + Fără erori în distribuire
- + Stocul corect și actualizat
- + Control total al datelor de expirare

Acum disponibil și în România!

COMPANII AFILIATE SOCIETĂȚII PLANTA ROMANICA



KALPO



Belșug din natură





Anca Daniela Raiciu,
Doctor în științe farmaceutice
Conferențiar universitar
Facultatea de Farmacie
„Titu Maiorescu”
Președintele patronatului
„Planta Romanica”
Membru în Comitetul tehnic al
plantelor medicinale și
aromatice și al
produselor stupului

**Redactor-șef revista
„Planta Romanica”**



An III, nr. 4 (10)

Suplimentele alimentare Între reglementare și inovație

Industria suplimentelor alimentare este una dintre cele mai dinamice ramuri ale pieței de sănătate și nutriție din România. În ultimul deceniu, companiile din domeniu au investit masiv în cercetare, în diversificarea gamei de produse și în adaptarea la cerințele consumatorilor, tot mai preocupați de prevenție și de menținerea unui stil de viață activ. Această evoluție rapidă a pus însă în lumină o provocare majoră: cadrul legislativ care guvernează suplimentele alimentare rămâne, în multe privințe, neclar și rigid.

Din perspectiva firmelor, problema nu este lipsa reglementării – ci lipsa de coerență și de predictibilitate. Producătorii respectă reglementările europene și naționale, își notifică produsele și respectă obligațiile de etichetare, însă birocrăția excesivă, interpretările diferite ale normelor și controalele fragmentare pun adesea bariere artificiale în calea dezvoltării. În loc să încurajeze investițiile și inovația, legislația actuală riscă să creeze confuzie și chiar neîncredere în ochii consumatorilor.

Este esențial ca statul să înțeleagă rolul companiilor din această industrie: ele nu sunt „fabrici de iluzii”, ci parteneri în sănătatea publică. Un supliment alimentar de calitate poate ajuta la corectarea deficiențelor nutriționale, la susținerea imunității sau la îmbunătățirea performanței sportive – beneficii reale, susținute de studii și de experiența clinică. Însă pentru ca aceste produse să ajungă la public în condiții optime, companiile au nevoie de reguli clare, uniforme și aplicate în mod echitabil.

De aceea, mediul de afaceri cere un dialog mai consistent cu autoritățile. Este nevoie de o legislație mai bine armonizată cu practicile europene, de proceduri transparente de evaluare și notificare, precum și de campanii publice de informare corectă. În loc de restricții arbitrare sau controale disproporționate, piața are nevoie de parteneriat și de încredere reciprocă.

În fond, succesul industriei suplimentelor nu se măsoară doar în cifre de vânzări, ci și în capacitatea de a oferi produse sigure, eficiente și accesibile. Companiile din domeniu nu cer mai puține reguli, ci reguli mai clare, aplicate uniform și cu respect pentru inovație. Doar așa suplimentele alimentare își vor păstra rolul lor firesc: nu ca promisiuni de miracole, ci ca instrumente complementare pentru un stil de viață sănătos. ■

DESPRE EHPM GRUPURI DE LUCRU ȘI GRUPURI OPERATIVE AD-HOC

Grupul de lucru pentru reglementare și calitate (WG R&Q)



Președinte: Martin Last. UE produce în mod constant legislație care are impact asupra activității zilnice a companiilor de suplimente alimentare, afectând factori precum:

- ce ingrediente pot fi utilizate în produse;
- ce indicații trebuie să apară pe etichete și unde;
- ce afirmații pot fi făcute pe produse.

Membrii EHPM au experți care monitorizează constant cerințele de reglementare în evoluție.

Calitatea este un proces continuu și unul care nu se încheie niciodată. WG R&Q examinează constant domeniile în care Ghidul de calitate EHPM poate fi îmbunătățit în conformitate cu apariția noilor bune practici.

WG R&Q reunește acești experți pentru a discuta cerințele în schimbare, dar și pentru a dezvolta contribuții politice către instituțiile europene pentru a modela natura acestor cerințe.

EHPM a deschis calea în domeniul calității pentru

industria suplimentelor alimentare prin intermediul Ghidului de calitate EHPM.

Asociația națională a EHPM lucrează, de asemenea, îndeaproape cu autoritățile naționale pentru a promova cele mai bune practici și standarde din industrie.

Grupul de lucru pentru substanțe botanice (BWG)

Președinte: Jonathan Griffiths. Abordarea care va fi adoptată pentru reglementarea utilizării substanțelor botanice în suplimentele alimentare este în prezent analizată de Comisia Europeană și de statele membre.

Întrucât acest domeniu nu face în prezent obiectul unei legislații UE armonizate, BWG reunește experți din membrii EHPM cu expertiză în diferitele sisteme existente în statele membre ale UE.

Punerea în comun a acestei expertize este utilizată pentru a produce contribuția EHPM la procesul de dezvoltare a politicilor UE, cum ar fi Propunerea EHPM pentru o abordare gradată a evaluării mențiunilor de sănătate botanice și proiectul în curs privind o metodă adecvată de evaluare a siguranței pentru substanțele botanice.

Grupul de lucru pentru probiotice (PWG)

Președinte: Martin Last. Deși există dovezi științifice consolidate ale valorii probioticelor în diverse funcții fiziologice ale corpului uman, UE și mai multe state membre nu permit utilizarea termenului „probiotice” pe ambalaj. Singurele excepții în UE sunt Italia, Olanda și, recent, Spania. Acest lucru creează o perturbare gravă a pieței interne, dificultăți pentru companii în accesarea pieței UE, precum și confuzie în rândul consumatorilor.

EHPM reunește experți din membrii săi în cadrul PWG pentru a dezvolta o soluție echilibrată care ar permite utilizarea termenului „probiotice” în întreaga UE. EHPM consideră că acest lucru ar crea un mediu de etichetare în care consumatorii pot avea încredere și le-ar permite acestora să facă alegeri informate cu privire la produsele

pe care le achiziționează și le consumă.

Grup operativ ad-hoc:

Monacoline din orez roșu cu drojdie (RYR)



Coordonator: Antonino Santoro. Ori de câte ori Comisia Europeană este pe cale să lanseze o nouă procedură în temeiul articolului 8 (Reg.CE1915/2006) pentru un ingredient utilizat în suplimentele alimentare, EHPM își activează rețeaua de companii și experți. De la caz la caz, EHPM poate decide să își oficializeze grupul de experți care abordează procedura în temeiul articolului 8 prin înființarea unui grup operativ ad-hoc. Acesta a fost cazul Grupului operativ privind Monacolinele din RYR. Prin intermediul Grupului operativ privind Monacolinele din RYR, EHPM își propune să stabilească și să promoveze cele mai bune practici din industrie pentru calitatea, siguranța și eficacitatea suplimentelor alimentare.

În acest cadru, membrii EHPM au înființat o alianță europeană a companiilor de suplimente alimentare din întreaga Europă, dispuse să dezvolte și să implementeze un manifest de autoreglementare, bazat pe cele mai bune practici deja existente în unele țări europene, cu obiectivul de a stabili un standard de aur în cadrul industriei. Activitatea desfășurată de acest grup de lucru ad-hoc se referă la suplimentele alimentare care conțin monacoline de la RYR. ■



PROTONIC FLORA

Supliment alimentar cu rol de echilibrare a microbiotei intestinale

Suplimentul alimentar de față este un produs atent formulat pentru refacerea echilibrului microbiotei („florei”) intestinale și fortifierii organismului.

Protonic Flora este un supliment alimentar funcțional format dintr-o componentă probiotică și mai multe prebiotice (produs sinbiotic) cu acțiune de reglare a funcțiilor digestive și imunitare, control ponderal, efect trofic, energizant și tonic nervos (psihobiotic). Datorită bogăției în substanțe active, produsul este util pentru cei cu afecțiuni cardiovasculare și de prostată, cei cu boli metabolice (de ex., obezitate, diabet), cei cu afecțiuni autoimune (de ex., boli inflamatorii ale intestinelor, alergii și intoleranțe alimentare) și pentru cei cu boli degenerative (inclusiv de natură neuronală). Astfel, produsul acționează ca un tonic general, antioxidant, antiinflamator, detoxifiant, psihobiotic și este un excelent supliment geriatric. Datorită acțiunii simbiotice a prebioticele (inulina, polenul de albine, fructoboratul de calciu) cu probioticele (culturile lactice cu putere mare de colonizare) acesta are și proprietăți imunomodulatoare, iar stimularea sistemului endocrin și efectul vitaminizant și mineralizant asupra organismului se datorează conținutului în polen.



Mai mult



Uleiul de cânepă este obținut din presarea la rece a semințelor și este o sursă vegetală de acizi grași Omega 3 și Omega 6, excelenți pentru îmbunătățirea și normalizarea funcțiilor organismului uman.

Este pentru tine dacă...

- ... vrei să îți asiguri buna funcționare a sistemului nervos
- ... te simți dezechilibrat emoțional
- ... ai probleme de concentrare
- ... vrei să ții nivelul colesterolului și trigliceridele sub control
- ... vrei să ai o imunitate de fier
- ... te recuperezi după boală sau răni
- ... cauți un produs natural pentru o piele sănătoasă și catifelată



LIFESKIN®



Remedia

Mască Anti Acnee 100% Naturală

Lifeskin® este o mască organică realizată din 100% ingrediente naturale, formulată pentru a hrăni și tonifia toate tipurile de piele: normală, uscată, sensibilă și mixtă. Oferă nutrienți esențiali care susțin elasticitatea și strălucirea pielii, contribuind la o reînnoșare vizibilă.

Tratament complet pentru îngrijirea pielii, realizat exclusiv din ingrediente organice. Lifeskin® hrănește și tonifică orice tip de ten, fie el uscat, sensibil, normal sau mixt.

Datorită formulei pe bază de miere și extracte naturale din plante, acest tratament pătrunde eficient în piele, fără efecte adverse.

Datorită proprietăților sale naturale cu efect antibiotic, această mască ajută la tratarea:

- Acnee
- Rozacee
- Foliculită
- Arsuri solare
- Pete pigmentare



Utilizare

Lifeskin® este livrat în 15 pliculețe mici de 7g fiecare.

Acest produs este potrivit pentru toate tipurile de piele: normală, grasă, uscată și mixtă.

Beneficii posibile:

Susține regenerarea celulară, contribuind la un aspect mai tânăr.

Contribuie la stimularea naturală a producției de colagen și elastină.

Hrănește pielea și îi îmbunătățește strălucirea naturală.

Ajută la menținerea unui ten curat și echilibrat.



Distribuție și Marketing

Remedia
Distribution & Logistics

B-dul Metalurgiei nr 78, Sector 4,
041836 București
Tel/Fax: +40 21 321 1640
www.remiedi.ro

Newhair



Remedia

Tratament Natural pentru Regenerarea și Creșterea Părului

NewHair® este un tratament 100% natural, formulat din ingrediente organice, ideal pentru femei și bărbați. Special conceput pentru a regenera părul de la rădăcină, acest tratament este eficient împotriva alopeciei, căderii părului, psoriazisului, foliculitei și mătreații excesive, oferind rezultate vizibile fără efecte secundare.

Bazat pe o rețetă tradițională, cu miere și extracte de plante, NewHair® pătrunde în profunzime pentru a revitaliza scalpul și a susține sănătatea foliculilor, ajutând la regenerarea părului chiar și după chimioterapie.

NewHair® este un tonic formulat pentru îmbunătățirea stării scalpului. Contribuie la menținerea sănătății și aspectului părului.



Utilizare

NewHair® este livrat în 8 pliculețe de 25g fiecare.
Produsul este potrivit pentru toate tipurile de păr.

Consultați instrucțiunile de aplicare de pe partea interioară a ambalajului.
Ideal, aplicați tratamentul de două ori pe săptămână.
Cu doza specificată (1 pliculeț per aplicare), conținutul acestui pachet este suficient pentru aproximativ 4 săptămâni.



Distribuție și Marketing

Remedia
Distribution & Logistics

B-dul Metalurgiei nr 78, Sector 4,
041836 București
Tel/Fax: +40 21 321 1640
www.remiedi.ro

ROLUL SUBSTANȚELOR NATURALE ȘI AL PLANTELOR MEDICINALE ÎN STIMULAREA IMUNITĂȚII ȘI MENȚINEREA SĂNĂTĂȚII ORGANISMULUI



Un domeniu de mare interes în cadrul cercetărilor medico-fitofarmacologice este studiul plantelor medicinale care au capacitatea de a stimula mecanismele naturale de apărare ale organismului uman, protejându-l împotriva agresiunilor interne (boli, dereglări metabolice, procese degenerative) sau externe (radiații, poluare, infecții). Pentru aceste efecte s-a conturat chiar și o terminologie specifică, fiind introdus conceptul de

substanțe imunostimulatoare. Studiile moderne au demonstrat că atât plantele inferioare, cât și cele superioare conțin compuși bioactivi ce contribuie la întărirea imunității și la menținerea sănătății generale a organismului.

Coenzima Q10 – „motorul” energetic al celulei

Coenzima Q10 este recunoscută ca un antioxidant foarte puternic, cu rol esențial în protecția celulelor împotriva



radicalilor liberi și a stresului oxidativ. Ea se găsește la nivelul mitocondriilor și participă direct la procesele de producere a energiei celulare.

Beneficiile sale multiple includ:

- protecția împotriva radiațiilor UV, prin menținerea integrității membranei celulare;
- efecte anticancerigene, prin reducerea dimensiunilor unor tumori;
- susținerea sănătății creierului și a inimii**, prin diminuarea consecințelor accidentelor cerebrale și cardiovasculare;
- îngrijirea pielii, deoarece aplicată extern pătrunde în straturile cutanate, protejându-le de degradare oxidativă și prevenind apariția ridurilor.

Astfel, Coenzima Q10 are o dublă utilitate – atât în medicina preventivă și curativă, cât și în cosmetică, prin efectul antiîmbătrânire.

Uleiul de cătină – „aurul vegetal” al sănătății

Uleiul extras din fructele de cătină este considerat un adevărat panaceu în medicina tradițională, fiind folosit de secole pentru o gamă foarte variată de afecțiuni.

Acesta are capacitatea de a:

- stimula imunitatea și rezistența organismului la boli;
- susține sănătatea sistemului digestiv și a pielii;
- încetini procesele de îmbătrânire cutanată și a combata ridurile;
- acționa ca remediu natural în cosmetică, pentru menținerea frumuseții și vitalității pielii.

Uleiul de cătină este bogat în vitamine liposolubile (A, E, K), carotenoizi și acizi grași esențiali, fiind astfel un produs complex și extrem de valoros.

Uleiul de cătină este utilizat tradițional pentru tratarea unei game variate de afecțiuni, de la tulburări digestive până la întărirea sistemului imunitar. Totodată, are capacitatea de a întârzia îmbătrânirea pielii și de a combata ridurile, fiind folosit și în cosmetică.

Alte plante și substanțe cu efecte benefice asupra sănătății sunt: armurariul, zmeurul, napii, semințele de struguri, spirulina, afinul și amarantul.

Armurariul (prin silimarină) protejează și regenerează celulele hepatice, având rol detoxifiant și curativ. Frunzele și fructele sale stimulează digestia și funcțiile ficatului, fiind utilizate și în migrene, stări de surmenaj sau hemoragii.

Fructele de zmeur sunt utile în migrene, stări de surmenaj, boli infecțioase și hemoragii.

Extractul din semințe de struguri, bogat în polifenoli, are o acțiune antioxidantă deosebită, protejează sistemul circulator, previne tromboza, infarctul și afecțiunile oculare.

Spirulina este o algă bogată în proteine, vitamine și minerale, considerată un superaliment cu rol detoxifiant și revigorant.

Afinul protejează vederea, întărește vasele sanguine și are efecte antimicrobiene.

Amarantul cereală cultivată încă din timpuri străvechi de către azteci și incași, cu rol nutritiv, conținând proteine de calitate, fier, fosfor, vitaminele A, E și B, precum și un conținut ridicat de calciu.

Pe baza acestor substanțe s-au dezvoltat produse complexe precum:

Coenzima Q10 Forte Plus care combină coenzima Q10 și uleiul de cătină, având efecte antioxidante, energizante, imunomodulatoare, antiîmbătrânire și protectoare cardiovasculare.

Redigest®-Plus conține extracte din pipotă de pui, armurariu, zmeur și topinambur, contribuind la îmbunătățirea digestiei, reglarea metabolismului,

protecția hepatică și detoxifiere.

Complet Hofigal Antioxidant, formulat cu semințe de struguri, spirulină, afine, cătină și amarant, care acționează ca tonic general, antioxidant, antiinflamator și adjuvant în afecțiuni cardiovasculare, dislipidemii și stări de suprasolicitare.



Astfel de suplimente naturale susțin organismul în menținerea sănătății, în refacerea după boli sau intervenții chirurgicale și în prevenirea proceselor de îmbătrânire prematură. ■

Anca Daniela Raiciu

Doctor în științe farmaceutice
Conferențiar univ.dr. Facultatea de Farmacie „TITU MAIORESCU”
Președinte patronat „Planta Romanica”

e-Mail: presedinte@plantaromanica.ro
www://plantaromanica.eu

IMMUNITY GOLD®



100% Natural pentru Întărirea Sistemului Imunitar

Immunity Gold® este un supliment alimentar. Ingredientele sale sunt selectate pentru a sprijini bunăstarea generală.

Este important de menționat că suplimentele alimentare nu înlocuiesc o dietă variată și echilibrată sau un stil de viață sănătos.



Beneficii cheie ale Immunity Gold®:

- Proprietăți antiinflamatorii și antibacteriene care sprijină sistemul imunitar.
- Combinația de turmeric și miere combate radicalii liberi și semnele îmbătrânirii premature.
- Protejează creierul și reduce riscul de boli mentale.
- Ajută la detoxifierea organismului și protejează sănătatea inimii.
- Facilitează digestia și ameliorează simptomele de răceală, gripă și alte boli respiratorii.
- Proprietăți antifungice și antioxidante.

Utilizare

Pachetul Immunity Gold® conține 30 de pungi mici, fiecare având 10g.

Immunity Gold® trebuie consumat în cel mult doza recomandată.

Puteți consuma produsul direct, adăuga în ceai, întindeți pe pâine sau amestecați cu cereale sau iaurt.

IMPORTANT:

Nu depășiți doza recomandată de 1-2 porții (20g) pe zi.



Distribuție și Marketing

Remedia
Distribution & Logistics

B-dul Metalurgiei nr 78, Sector 4,
041836 București
Tel/Fax: +40 21 321 1640
www.remediadl.ro

Cosmetics Beauty

hair

18 - 21 SEPTEMBRIE

THE GLOW-UP EVENT YOU'VE BEEN WAITING FOR



ROMMEDICA

16 - 18 Octombrie 2025

ROMEXPO

Conectăm oameni, idei și tehnologii pentru sănătate.





DENTA

Inovație. Conexiuni. Zâmbete

16 - 18 Octombrie 2025

ROMEXPO



INDAGRA FOOD 2025

29 Octombrie - 2 Noiembrie

**Inovație și performanță
în industria alimentară!**

www.indagra-food.ro

ROMEXPO





SEVĂ DE MESTEACĂN

Supliment alimentar cu rol energizant, detoxifiant și fortifiant

Mai multe informații pe <https://hypericumimpex.ro>

Capsulele cu Sevă de Mesteacăn sunt alegerea potrivită în curele de fortifiere și detoxifiere a organismului. Prin conținutul bogat în minerale și vitamine al extractului atomizat din Sevă de Mesteacăn argintiu, produsul revigorează corpul și mintea și ajută la reducerea timpului de recuperare în cazul persoanelor aflate în convalescență. De asemenea, compușii activi din sevă stimulează activitatea renală, ajutând la eliminarea toxinelor pe cale urinară, iar sinergia acestora cu Fructoboratul de calciu contribuie la o mai bună protecție a organismului față de procesele inflamatorii și de efectele stresului oxidativ.



NATURA ÎN PURITATEA SA, NUTRIENȚI PENTRU O VIAȚĂ ECHILIBRATĂ

Astăzi vă invităm să explorăm minunata lume a produselor apicole și să descoperim cum aceste daruri ale naturii pot contribui la sănătatea noastră și la echilibrul vieții.

În lumea fascinantă a albinelor, hărnicia este o virtute supremă. Aceste mici creaturi zboară neobosit din floare în floare, colectând nectar și polen pentru a hrăni stupul și a produce miere.

Dar ce înseamnă cu adevărat hărnicia albinelor?

PĂSTURA – PÂINEA ALBINELOR

Păstura conține o gamă largă de substanțe nutritive, inclusiv:
Vitamine: A, B1, B2, B3, B5, B6, B7, B9, B12, C, D, E și K. **Minerale:** Calciu, magneziu, potasiu, fier, zinc, seleniu și mangan. **Aminoacizi Esențiali:** Aceștia sunt fundamentali pentru sănătatea noastră.
Enzime și Fitonutrienți: Aceștia au proprietăți antioxidante și antiinflamatoare.

Beneficii:

- **Imunitate:** Păstura susține sistemul imunitar și ajută la ameliorarea infecțiilor.
- **Energie și Vitalitate:** Datorită conținutului său bogat în nutrienți.

POLENUL – ENERGIA NATURII

Polenul este hrana principală a albinelor și este o sursă excelentă de proteine, aminoacizi esențiali și vitamine.

Beneficii:

- **Energizant Natural:** Polenul oferă energie și vitalitate.
- **Sprijin pentru Sistemul Imunitar:** Conține substanțe care susțin sistemul imunitar și reduc inflamațiile.

PROPOLISUL – GARDIANUL SĂNĂTĂȚII

Apreat de secole pentru proprietățile sale antimicrobiene, antiinflamatoare și antioxidante, propolisul este utilizat în diverse formulări, cum ar fi cosmetice sau suplimente alimentare.

Beneficii:

- **Proprietăți Antioxidante:** Substanțele antioxidante din propolis pot ajuta la protejarea celulelor împotriva deteriorării provocate de radicalii liberi.
- **Susține Sistemul imunitar:** Consumul de propolis ajută la menținerea sănătății sistemului respirator și poate avea efecte benefice asupra pielii.

LĂPTIȘORUL DE MATCĂ – ELIXIRUL REGINEI

Lăptișorul de matcă este hrana reginei albinelor și conține substanțe nutritive esențiale.

Beneficii:

- **Sistem Nervos:** Lăptișorul de matcă susține sănătatea sistemului nervos.
- **Funcționarea Glandelor Endocrine:** Acesta poate sprijini funcționarea normală a glandelor endocrine.

Produsele apicole sunt adevărate comori ale naturii.
Așadar, să ne bucurăm de aceste daruri și să le includem în dieta noastră
pentru o viață echilibrată și sănătoasă!



Telefon: 0372 197 800

Site: www.onedia.ro

E-mail: vanzari@onedia.ro

Adăugăm natură la tine
Onedia



Exovari



Descoperă balsamul EXOVARI cu extract de castane

Soluție Naturală pentru Îmbunătățirea Circulației și Reducerea Disconfortului

Apariția varicelor, vene dilatate și îngroșate, care apar adesea la nivelul membrelor inferioare, poate provoca disconfort și durere. Acestea sunt rezultatul unei circulații sangvine deficitare, iar persoanele care sunt

afectate caută adesea soluții pentru a ameliora simptomele și pentru a îmbunătăți aspectul pielii. În acest context, balsamul cu extract de castane pentru varice a devenit o oportunitate datorită proprietăților sale naturale, având beneficii multiple.

- **Îmbunătățirea circulației sangvine:** Balsamul cu extract de castane are proprietăți vasoprotectoare și antiinflamatoare, ce ajută la îmbunătățirea circulației sangvine.
- **Reducerea umflăturii și disconfortului:** Utilizarea regulată a balsamului poate contribui la reducerea umflăturii și a senzației de greutate asociate cu varicele, oferind un confort sporit la nivelul membrelor inferioare.
- **Proprietăți antioxidante:** Castanele conțin antioxidanți care pot ajuta la protejarea celulelor împotriva stresului oxidativ și la menținerea sănătății vaselor de sânge.
- **Proprietăți hidratante:** Exovari balsam cu extract de castane pentru circulație conține și ingrediente care mențin pielea moale și hidratată.

Pentru picioare sănătoase!

Exovari – balsam se recomandă atât persoanelor care suferă de simptome ale insuficienței venoase cronice, senzație de picioare grele, edeme, echimoze și varice, dar și persoanelor cu activități fizice intense care se confruntă cu senzația de picioare obosite.



Înainte

După

Descoperă calitatea produselor în farmacii, drogherii, magazine produse naturale și online!

Telefon: 0372 197 800
Site: www.onedia.ro
E-mail: vanzari@onedia.ro

Adăucem natura la tine
Onedia+

Se aplică zilnic pe zona dorită, în peliculă subțire, masând ușor până la absorbția totală în piele.

Se recomandă ca înainte de utilizarea acestei creme să testați o zonă mică a membrelor inferioare, pentru a vă asigura că este potrivită pentru nevoile și condiția dumneavoastră.





Împachetări cu
SPIRULINĂ

unice în România și Europa doar la



*Un popas sigur pentru
relaxare și sănătate!*

În urmă cu aproximativ 3 decenii în satul Pietroasele din județul Buzău s-a născut un nou produs tradițional românesc. Într-un tărâm al vinului, am revalorizat puterea plantelor pe care românii le-au folosit cu sfințenie de sute de ani. Am depășit ambalarea plantelor tradiționale, am creat propriile rețete de ceai, am apropiat Orientul cu planta de ceai verde, am împachetat totul cu grijă pentru fiecare consumator individual.

De-a lungul timpului, am acumulat o vastă experiență și am creat două mărci de ceai: Vedda și Evolet.

VEDDA este marca sub care sunt identificate produsele noastre destinate sectorului de retail, iar **EVOLET** este gama premium special concepută pentru HoReCa.

Credem în puterea plantelor, în calitățile produselor 100% naturale și în calitatea ceaiurilor noastre, care au reușit de multă vreme să depășească granițele Europei, să ajungă în comunitățile românești din America de Nord și Canada, să cucerească gusturile asiaticilor, dar și ale americanilor.

Societatea **Kalpo** este o companie romaneasca cu capital integral privat, principalul obiect de activitate fiind producerea si ambalarea ceaiurilor din plante și fructe, ceai verde și negru, iar ca activitate complementară colectarea de plante medicinale, fructe de pădure și condiționarea acestora pentru vânzare atât pe piața internă, cât și pe piața externă. Firma a fost înființată în anul 1992, acumulând de-a lungul timpului o bogată experiență în domeniu, având o echipă de conducere bine pregătită și un personal calificat.



Sensation

SWEET MEMORIES

*Mulled Wine,
Pina Colada,*

În fiecare ceașcă de ceai e zâmbetul unei amintiri dulci. Închide ochii și savurează fiecare aromă!



CAPTURE MOMENTS

*Earl Grey,
Green Tea Jasmine,*

Suntem colecționari de vise, zâmbete și momente de neuitat. Și toate sunt așezate frumos în inima noastră la fel ca pliculețele în cutia de ceai: unele arome, altele cu note subtile. Însă, toate sunt prețioase. Bucură-te de fiecare moment până la ultima picătură!



WILD AND FREE

*Wild Berry,
Chamomille,*

Poate că libertatea e chiar atât de simplă! Ea începe cu o ceașcă de ceai și aromele ei inedite,



SUNSET DREAM

*Wild Berry,
Ginger Lemon,
Peppermint,
Chamomille,
Earl Grey,*

Lumina caldă a Soarelui care apune, e cel mai talentat pictor. Tabloul e mereu diferit și aroma de fiecare dată, alta... se joacă cu note aprinse de galben - Ghimbir și Lămâie, peste care urcă raze înroșite ca Fructele de pădure. Fiecare moment e ca un vis: întâi lumina inocentă ca o infuzie de Ceai verde cu Iasomie, apoi întunericul adânc dintr-un Earl Grey.



EVOLET
Selection

AROUND TEA WORLD

*Ginger Lemon,
Forest Fruits,
Mint, Chamomille,
English Breakfast,*

E greu să alegi locul preferat, dar nici nu trebuie.



TIME TO RELAX

*Chamomille,
Forest Fruits,*

La fel ca infuziile delicate, momentele speciale se savurează în tihnă. Numără până la 5, pune telefonul deoparte și simte fiecare notă din ceașca de ceai. Trage adânc în piept aburii de mușețel care te duc direct pe prispa bunicii, atunci când timpul avea răbdare. Gustă aroma fructelor de pădure care poartă cu ele cântecul naturii, iar mirosul pătrunzător de mentă va alunga orice



COMUNICATE DE PRESĂ

În legătură cu problemele apărute în domeniu



05-07-2025

Comunicat împotriva majorării TVA

Publicat de: Dr.Farm. Anca Daniela Raiciu

PLANTA ROMANICA condamnă ferm decizia Guvernului României de a majora TVA-ul pentru suplimentele alimentare de la 9% la 21%, începând cu 1 august 2025. Această măsură, adoptată fără consultarea sectorului de profil, este nu doar o eroare fiscală, ci o decizie profund iresponsabilă, cu implicații majore asupra sănătății populației și a viitorului industriei românești de suplimente.

TVA majorat la suplimente – decizie iresponsabilă cu efecte grave asupra sănătății publice și industriei

românești.

PLANTA ROMANICA condamnă ferm decizia Guvernului României de a majora TVA-ul pentru suplimentele alimentare de la 9% la 21%, începând cu 1 august 2025. Această măsură, adoptată fără consultarea sectorului de profil, este nu doar o eroare fiscală, ci o decizie profund iresponsabilă, cu implicații majore asupra sănătății populației și a viitorului industriei românești de suplimente.

Creșterea TVA va duce inevitabil la:

- scumpirea suplimentelor cu până la 15% la raft,
- scăderea accesului populației la produse necesare pentru prevenție și susținerea imunității,
- falimentul multor producători locali și pierderea

locurilor de muncă din sector.

Reamintim Guvernului că suplimentele alimentare nu sunt produse de lux, ci instrumente esențiale la ameliorarea afecțiunilor cronice, recomandate de medici, farmacii și nutriționiști.

Considerăm această decizie un act de desconsiderare totală față de contribuția unui sector care respectă reglementările UE, investește în inovație și contribuie anual cu sute de milioane de lei la bugetul de stat.

Solicităm de urgență:

1. Menținerea cotei reduse de TVA pentru suplimentele alimentare;
2. Inițierea unui dialog real cu reprezentanții industriei;
3. Evaluarea impactului social și economic al acestei măsuri.

PLANTA ROMANICA își rezervă dreptul de a demara acțiuni publice și juridice pentru apărarea intereselor membrilor săi și a consumatorilor români.

10-07-2025

Comunicat privind decizia CNA nr.573/25-06-2025

Publicat de: Dr.Farm. Anca Daniela Raiciu

Patronatul „Planta Romanica” reprezentând producători și distribuitori de suplimente alimentare din România vă adresează prin prezenta un punct de vedere oficial și documentat în legătură cu Decizia CNA nr. 573/25.06.2025, respectiv includerea mesajului:

„Suplimentele alimentare nu vindecă și nu pot înlocui tratamentele prescrise de medic.”

în categoria mesajelor de interes public audiovizual.

I. Poziție generală

Considerăm această formulare:

- Contrară prevederilor Legii nr. 56/2021 privind suplimentele alimentare, care recunoaște rolul fiziologic și nutrițional al acestora;
- Contrară Regulamentului (UE) 1169/2011, care permite afirmații nutriționale și de sănătate reglementate pentru anumite substanțe;
- Contrară eticii comunicării publice, fiind singura formulare exprimată exclusiv negativ, fără valoare informativă pozitivă sau caracter educativ.

II. Obiecții fundamentate

1.Mesajul este formulat absolutist și generalizator

- Ignoră faptul că anumite suplimente tratează deficite nutriționale documentate clinic (ex. fier, vitamina D, B12 etc.);
- Negarea globală a capacității suplimentelor de a sprijini sănătatea este neadevărată și nejustificată științific.

2.Lipsa unei consultări reale

- Decizia a fost adoptată fără consultarea actorilor din domeniu, în contradicție cu -Legea nr. 52/2003 privind transparența decizională;
- Solicităm publicarea listei entităților consultate și organizarea unei sesiuni de consultare dedicate suplimentelor alimentare.

3.Falsa invocare a „practicilor europene”

- Nici un stat membru UE nu impune un mesaj negativ standardizat privind suplimentele în spațiul audiovizual;
- Solicităm prezentarea publică a surselor invocate sau *retragerea afirmației privind alinierea europeană,

4.Impact economic discriminatoriu

- Mesajul afectează imaginea, încrederea consumatorilor și activitatea economică a unei industrii legale, reglementate și taxate;
- Solicităm o analiză de impact economic și reputațional înainte de aplicare.

III. Solicitări oficiale

- 1.Retragerea mesajului în forma actuală;
- 2.Suspendarea aplicării până la finalizarea unei consultări reale cu industria vizată;
- 3.Reformularea mesajului într-o variantă neutră, echilibrată și în conformitate cu legea:

„Suplimentele alimentare pot susține sănătatea în contextul unei alimentații echilibrate. Nu înlocuiesc consultul medical și nu pot substitui tratamentele prescrise pentru boli grave.”

IV. Concluzie

Mesajul actual este:

- nefundamentat științific,
- neconform cu legislația națională și europeană,
- inechitabil din punct de vedere juridic,
- lipsit de legitimitate democratică în lipsa unei consultări reale.

Vă solicităm să *reanalizați conținutul și oportunitatea acestui mesaj, în interesul unei comunicări publice corecte, echilibrate și conforme cu cadrul legal aplicabil.



04-08-2025

Comunicat împotriva majorării TVA

Publicat de: Dr.Farm. Anca Daniela Raiciu

ASOCIAȚIA PATRONALĂ PLANTA ROMANICA solicită consultări reale

PATRONATUL PLANTA ROMANICA atrage atenția asupra efectelor negative generate de aplicarea noilor cote de TVA, intrate în vigoare la 1 august 2025, fără o consultare prealabilă cu actorii din sectorul suplimentelor alimentare.

În prezent, cadrul legislativ permite interpretări multiple. Această lipsă de claritate și coerență creează blocaje în lanțul economic, afectează prețurile pentru consumatori și expune operatorii la riscuri fiscale.

Cea mai gravă problemă rămâne lipsa consultărilor reale cu mediul de afaceri, în ciuda promisiunilor repetate ale autorităților. Deciziile fiscale care vizează direct activitatea firmelor din acest sector au fost adoptate fără transparență, fără dialog și fără evaluarea impactului

economic real.

PATRONATUL PLANTA ROMANICA solicită urgent:

- Inițierea unui proces de consultare deschisă și participativă cu implicarea tuturor organizațiilor reprezentative din sectorul suplimentelor alimentare.
- Revizuirea urgentă a încadrărilor fiscale pe baza caracteristicilor reale ale produselor, și nu a interpretărilor birocratice arbitrare.

Această lipsă de comunicare instituțională riscă să descurajeze antreprenoriatul românesc și să destabilizeze un sector cu potențial agricol, farmaceutic și de export uriaș.

PATRONATUL PLANTA ROMANICA își reafirmă deschiderea pentru dialog și solicită Guvernului României să își respecte angajamentele privind transparența decizională și sprijinul real pentru mediul de afaceri autohton. ■

Farmaceutica Remedia Distribution & Logistics

Activități de distribuție, vânzări integrate, marketing și promovare medicală în domeniul sănătății

www.remmedia.ro • remedia@remmedia.ro

Farmaceutica REMEDIA Distribution & Logistics SRL, componentă a companiei Farmaceutica REMEDIA S.A., înființată în 1991 și listată la BVB (symbol: RMAH), este specializată în activități de vânzare și distribuție de medicamente, promovare și marketing în domeniul sănătății, situându-se în TOP 10 distribuitori pe piața farma.

Valentin-Norbert Țăruș, acționarul majoritar al companiei, a dezvoltat parteneriate strategice cu producători internaționali din piața farmaceutică, facilitând succesul acestora pe piața din România, încă din anul 1990.

Remedia are în portofoliu peste 5.000 de produse farmaceutice și este concentrată pe diversificarea portofoliului de produse în beneficiul pacienților. Compania dezvoltă și platforma e-shop, inițiată încă din 2012, pentru a crește gama de produse și calitatea serviciilor oferite clienților, diversificând

portofoliul pe categoria de parafarmaceutice, cu focus pe produse de protecție – măști de protecție, mănuși, dezinfectanți.

În prezent, activitățile companiei **Farmaceutica REMEDIA Distribution & Logistics S.R.L.** sunt cristalizate în servicii integrate de business – import, vânzări, distribuție en-gros, divizia de spitale, servicii logistice prin 6 centre logistice situate în București, Deva, Brașov, Craiova, Iași, Pitești, marketing și promovare medicală, înregistrare de produse farmaceutice pentru producători importanți, precum și materiale de ambalaj pentru producătorii farmaceutici locali.

REMEDIA s-a implicat activ, încă de la debutul pandemiei, în campania de testare, fiind pionier pe piața din România în importul de teste rapide de tip antigen și anticorpi, produse de înaltă calitate.



Valentin - Norbert Țăruș, acționar majoritar

EVENIMENTE ALE ASOCIAȚIEI „PLANTA ROMANICA”



Anca Daniela Raiciu, Doctor în științe farmaceutice, Conferențiar universitar Facultatea de Farmacie „Titu Maiorescu”, Președintele patronatului „Planta Romanica”, Membru în Comitetul tehnic al plantelor medicinale și aromatice și al produselor stupului

15 mai 2025

În memoriam Prof.univ.dr. Constantin Mircioiu, Simpozion-omagial Prof.univ.dr. Constantin cu tema „De la cercetarea medicamentului la terapia pacientului” - Ediția I-a.



Excelența în farmacie înseamnă dedicare, responsabilitate și grijă față de pacient.



Farmacistul este un profesionist chemat să ofere nu doar medicamente, ci și consiliere, competență.

Prin cunoștințe actualizate, etică și empatie, contribuie la sănătatea comunității.

Excelența rezultă din pasiune, educație continuă și respect pentru viață.

16-18 mai 2025

Facultatea de Medicină UTM a

fost gazda unui eveniment de referință în peisajul academic medical: *Conferința cu participare internațională „Abordări inovatoare transdisciplinare în medicina modernă”*, ediția a VIII-a, în perioada 16-18 mai 2025.

Pe parcursul celor trei zile, participanții - studenți maioreșceni, medici, cadre didactice, doctoranzi și rezidenți – au explorat teme actuale din domeniul medicinei personalizate, cercetării



interdisciplinare și educației medicale moderne.
Au fost prezentate lucrări științifice, idei curajoase și soluții inovatoare.

Mulțumim tuturor participanților și colaboratorilor pentru implicare, entuziasm și pentru că au transformat această ediție într-un real succes!

Ne revedem la ediția următoare!

17 mai 2025

AMELIORAREA AFECȚIUNILOR RESPIRATORII CU AJUTORUL PLANTELOR MEDICINALE ȘI AROMATICE

Conf.univ.dr. [Anca Daniela Raiciu](#)
„[pentru Sanatate](#)”
[Universitatea Titu Maiorescu -](#)
[grad de încredere ridicat](#)

Conferința Națională cu
Participare Internațională –
Ediția a VIII-a (2025)

Temă: „Abordări Inovatoare
Transdisciplinare în Medicina
Modernă”

Organizator: Facultatea de
Medicină Titu Maiorescu
Universitatea Titu Maiorescu -
grad de încredere ridicat

Format: Evenimentul este
transmis live prin două canale
dedicate.



Acreditare: În curs de acreditare
EMC de către Colegiul Medicilor
din România.

**Medicina naturală
personalizată** este o abordare
integrativă a sănătății care
combină tratamente naturale,
precum fitoterapia, nutriția,
homeopatia, acupunctura, cu
metode de personalizare a
terapii în funcție de:

Constituția individuală –
temperament, tip metabolic, tip
corporal (ex: ayurveda, medicina
tradițională chineză).

Profilul genetic – folosirea
testelor genetice pentru a adapta
tratamentele naturiste
(nutrigenomică, fitogenomică).

Stilul de viață – alimentație,
somn, stres, activitate fizică.

Dezechilibre funcționale –
detectate prin analize de
laborator sau metode de medicină
complementară (ex:
biorezonanță, iridologie).

Exemple de aplicații:
personalizarea dietei și
suplimentelor pe baza profilului
genetic.

Alegerea plantelor medicinale
potrivite pentru sistemul nervos,
digestiv sau hormonal, în funcție
de istoricul pacientului.

Utilizarea probioticelor adaptate
florei intestinale individuale.
Managementul stresului prin
terapii naturale adecvate
personalității și ritmului biologic.

Beneficii:

Abordare holistică, adaptată
fiecărui individ.

Minimizarea efectelor adverse.
Suport în prevenție și tratament
al afecțiunilor cronice.



Mulțumesc pentru fotografii
Florentina Delca Bealcu!

Mulțumesc dragi studenți!

23 mai 2025



12 iunie 2025

Indiferent de apartenența la o
Facultate de Farmacie, știința ne
unește pe TOȚI într-o mare
FAMILIE!

Am participat la „Zilele
**Facultății de Farmacie Carol
Davilla**”, un moment de
sărbătoare și reflecție.



Studentii și profesorii marchează împreună tradiția, excelența și pasiunea pentru știință.

Evenimentul include conferințe, activități educative și sociale, care întăresc spiritul academic.

Este o ocazie de a celebra profesia de farmacist și drumul spre performanță.

Farmacia nu este doar o profesie, ci o adevărată experiență de viață. Ea înseamnă

responsabilitate, grijă față de oameni și dorința de a ajuta. În fiecare rețetă eliberată se ascunde încrederea unui pacient.

Farmacistul devine astfel un sprijin discret, dar esențial, în lupta fiecăruia pentru sănătate.

14 iunie 2025

FITOTERAPIE LA ÎNCEPUT DE VARĂ - Ediția a III-a

Centrul Metropolitan de Educație și Cultură „Ioan I. Dalles”, Bd. Nicolae Bălcescu nr.18.

#Fitoterapie

Anca Daniela Raiciu
Doctor în științe farmaceutice
Conferențiar universitar
Președinte Asociația Patronat Planta Romanica
Anca Daniela Raiciu pentru Sănătate,
Hofigal

Zi muzicală cu artiști de excepție!



Bas-baritonul Orest Pîslariu Ranghilof, prim-solist al Teatrului Național de Operetă și Musical „Ion Dacian”, revine din nou pe scenă alături de soprana Monica Anca Pîslariu Ranghilof, fondatoarea corului „Intermezzo”, într-un eveniment special dedicat muzicii clasice și musicalului.

Invitați:

Andrei - Ovidiu Hâncu,
colaborator Opera Comică



pentru Copii

Raluca Tudor, Daria Luca,
Natalia Constantinescu – tinere



talente în drum spre Colegiul
„George Enescu”

Mara Panait– artistă la Teatrul
vienez pentru copii

Surorile gemene Petrescu

Repertoriu: lucrări de W.A.
Mozart, G.F. Haendel, G.
Gershwin, A. Vivaldi, Fr. Loewe,
și alții.

Mulțumesc Cornelia Manoliu!
Branduri Robert și Lucian!
Mulțumesc Mina Bauer și
colectivului sălii Centrului
Metropolitan de Educație și
Cultură „Ioan I.Dalles” !



Asociația Patronat „Planta
Romanica”

**SĂNĂTATE - TRADIȚIE -
ISTORIE - EDUCAȚIE -
CULTURĂ**

10 iulie 2025



Astăzi despre plantele medicinale
și aromatice alături de cei care
sunt Viitorul Nostru!

Mulțumesc Alina Cimpoiu
pentru invitație!
Felicitări pentru tot ce faci!



Copiii sunt comoara cea mai de
preț a fiecărei societăți. Ei aduc
bucurie, sinceritate și speranță
pentru viitor. Cu ochi curioși și



inimi pure, învață lumea pas cu
pas. Prin educație, grijă și iubire,
le putem oferi aripi să-și
îndeplinească visele și să devină
adulți responsabili și empatici.

10 iulie 2025

REVERBERAȚII DE VARĂ -
Ediția a III-a



Biblioteca Metropolitană
București

#Fitoterapie

Anca Daniela Raiciu,
Doctor în științe farmaceutice,
Conferențiar universitar,
Președinte Asociația Patronat
„Planta Romanica”
Anca Daniela Raiciu Pentru
Sănătate
Asociația Patronat „Planta
Romanica”
Hofigal

Zi muzicală cu artiști de
excepție!

Bas-baritonul Orest Pîslariu
Ranghilof, prim-solist al
Teatrului Național de Operetă și
Musical „Ion Dacian”, revine din
nou pe scenă alături de soprana
Monica Anca Pîslariu Ranghilof,
fondatoarea corului
„Intermezzo”, într-un eveniment
special dedicat muzicii clasice și
musicalului.

Invitați:

Andrei - Ovidiu Hîncu,
colaborator „Opera Comică
pentru Copii”
Raluca Tudor, Daria Luca,



Natalia Constantinescu – tinere talente în drum spre Colegiul „George Enescu”
Mara Panait– artistă la Teatrul



vienez pentru copii
Eliana Cristina Pîslariu Ranghilof,
studentă în anul 3 la Conservatorul „George Enescu”
Repertoriu: lucrări de W.A. Mozart, G.F. Haendel, G. Gershwin, A. Vivaldi, Fr. Loewe, și alții.



Mulțumesc Cornelia Manoliu!
Mulțumesc actriței Doina Ghițescu pentru momentul poetic de excepție.

Branduri Robert și Lucian!
Mulțumesc Ramona Mezei, Gilda Pleșa și colectivului Biblioteca Metropolitană!

Asociația Patronat „Planta Romanica”
SĂNĂTATE - TRADIȚIE - ISTORIE - EDUCAȚIE - CULTURĂ

9 august 2025

Ziua Internațională a Tineretului - Ediția a III-a
Sediul Central „Mihail Sadoveanu” - Biblioteca Metropolitană București
#Fitoterapie
Anca Daniela Raiciu,
Doctor în științe farmaceutice,
Conferențiar universitar,
Președinte Asociația Patronat „Planta Romanica”
Anca Daniela Raiciu pentru sănătate
Asociația Patronat „Planta Romanica”
Hofigal

Zi muzicală cu artiști de excepție!

Bas-baritonul Orest Pîslariu Ranghilof, prim-solist al Teatrului Național de Operetă și Musical „Ion Dacian”, revine din nou pe scenă alături de soprana Monica Anca Pîslariu Ranghilof, fondatoarea corului „Intermezzo”, într-un eveniment special dedicat muzicii clasice și musicalului.

Invitați:





Raluca Tudor, Daria Luca, Natalia Constantinescu, Ioana Petrescu, Adriana Petrescu – tinere talente în drum spre Colegiul „George Enescu”

Mara Panait– artistă la Teatrul vienez pentru copii

Repertoriu: lucrări de W.A. Mozart, G.F. Haendel, G. Gershwin, A. Vivaldi, Fr. Loewe, și alții. Mulțumesc Cornelia Manoliu! Branduri Robert și Lucian!

Mulțumesc Ramona Mezei, Gilda Pleșa și colectivului Biblioteca Metropolitană.



Asociația Patronat „Planta Romanica”

SĂNĂTATE - TRADIȚIE - ISTORIE - EDUCAȚIE - CULTURĂ

6 septembrie 2025



IMUNITATEA ȘI FITOTERAPIA

ÎNTRE TRADIȚIE ȘI DOVEZI ȘTIINȚIFICE

În ultimele decenii, interesul pentru fitoterapie – utilizarea plantelor medicinale în menținerea sănătății – a cunoscut o creștere semnificativă. În special în contextul infecțiilor sezoniere și al pandemiei, oamenii caută soluții naturale pentru întărirea imunității. Dar cât de mult sprijină știința aceste practici și unde începe mitul?

Imunitatea nu este un „scut” ce poate fi activat printr-o singură pastilă sau plantă. Ea reprezintă un ansamblu de celule, organe și mecanisme biochimice care lucrează împreună pentru a apăra organismul. Nutriția, somnul, exercițiul fizic și echilibrul psihic au o influență directă asupra funcționării sale.

Plantele medicinale au fost folosite de secole pentru susținerea sănătății. Unele dintre ele au primit confirmare științifică:

Echinacee (*Echinacea purpurea*) – studii clinice sugerează că poate reduce durata și severitatea răcelilor, deși rezultatele nu sunt uniforme.

Usturoi (*Allium sativum*) – conține compuși sulfurați cu efect antimicrobian, există dovezi moderate că poate scădea

incidența răcelilor comune.

Ginseng siberian (*Panax ginseng*) – cercetările indică un potențial de stimulare a răspunsului imun, dar sunt necesare studii mai ample pentru concluzii ferme.

Soc (*Sambucus nigra*) – extractele de fructe par să reducă simptomele gripei sezoniere, conform unor meta-analize.

Deși percepute ca naturale, plantele nu sunt lipsite de efecte secundare:

- Dozele mari pot fi toxice (ex. preparatele din socul neprelucrat corespunzător).

- Interacțiuni cu medicamente – ginsengul și sunătoarea pot modifica efectul anticoagulantelor sau al tratamentelor hormonale.

- Lipsa standardizării – concentrația de substanță activă variază mult între produse.

Fitoterapia pentru creșterea imunității este abordată responsabil prin următoarele etape

1. Consultație medicală – mai ales în cazul bolilor cronice sau al tratamentelor în derulare.
2. Produse standardizate – alegerea suplimentelor cu



Anca Daniela Raiciu

Doctor în
științe farmaceutice
Conferențiar univ.dr.
Facultatea de Farmacie „Titu Maiorescu”
Președinte patronat „Planta Romanica”

e-mail: presedinte@plantaromanica.ro
www: [//plantaromanica.eu](http://plantaromanica.eu)

certificări și studii clinice publicate.

3. Integrare, nu substituție – plantele medicinale sprijină organismul, dar nu înlocuiesc alimentația sănătoasă, vaccinarea sau tratamentele recomandate.

4. Monitorizare – evaluarea efectelor trebuie făcută obiectiv, nu doar prin percepții subiective.

Fitoterapia poate fi un aliat al imunității, dar doar dacă este utilizată informat și responsabil.

Adevărata forță a sistemului imunitar vine din echilibrul somn, nutriție, mișcare, gestionarea stresului – iar plantele pot reprezenta un sprijin suplimentar, nu o soluție miraculoasă.

Fitoterapia și medicina modernă nu se exclud, ci se pot completa. Însă discernământul și dovezile științifice trebuie să ghideze alegerile noastre, nu promisiunile de marketing. ■

PERNATON®

Gel

Din forța mării pentru îngrijirea articulațiilor și ligamentelor

- ✓ **Efect antiinflamator**
- ✓ **Efect condroprotector**
- ✓ **Suport în lubrifiere - susține lubrifierea**
- ✓ **Efect analgezic**



Extract de scoică verde
din Noua Zeelandă



Fabricat în Elveția
după o formulă originală



Distribuție & Marketing

Remedia
Distribution & Logistics

B-dul Metalurgiei nr 78, Sector 4,
041836 București
Tel/Fax: +40 21 321 1640
www.remediadl.ro

Revista

PLANTA  **ROMANICA**

Editor:

**PATRONATUL
PRODUCĂTORILOR, PRELUCRĂTORILOR,
IMPORTATORILOR, EXPORTATORILOR ȘI
DISTRIBUITORILOR DE
PLANTE MEDICINALE ȘI SIMILARE
PRECUM ȘI
SUPLIMENTE NUTRIȚIONALE DIN ACESTEA
MEMBRU AL UGIR-1903**

Redactor-șef: Anca Daniela Raiciu
Președinte al patronatului
„Planta Romanica”

Tehnoredactor: Valentin Dumitru

ROMÂNIA

ROU

Sediul:
Str. George Enescu nr.27-29
București 1

presedinte@plantaromanica.ro

[//www.plantaromanica.eu](http://www.plantaromanica.eu)

ISSN, ISSN-L: 1583-9664

ISSN 1583-9664



9 771583 966007

©2022-2025 Planta Romanica, România