

*Una combinación de extractos de plantas, vitaminas y minerales que puede ayudar a la función cerebral y promover el propio mecanismo de reciclaje de la célula.*

### **Bases:**

A medida que aumenta la edad, se produce una mayor deposición de proteínas en el cerebro, lo que perjudica la velocidad de conducción nerviosa. Algunos alimentos contienen nutrientes que pueden tener un efecto positivo sobre la función cerebral. Entre ellos se encuentra la espermidina. Esta sustancia se ha convertido en una especie de superestrella en los últimos años. Pertenece a un grupo de sustancias vegetales secundarias conocidas como “activadores de la sirtuina”. El nombre de espermidina se debe a que esta sustancia se detectó por primera vez en el líquido seminal masculino. Sin embargo, existen otras fuentes de espermidina. Algunos alimentos como el germen de trigo, la soja seca, el queso madurado, las alubias rojas y muchas setas son especialmente ricos en esta sustancia natural.

Una de las tareas más importantes de la espermidina es un proceso también conocido como autofagia. Mientras que a una edad temprana este proceso sigue funcionando muy bien, con la edad avanzada este sistema ya no funciona tan eficazmente. Cada vez se acumula más basura molecular en las células. Se supone que nuestro cuerpo produce por sí mismo alrededor de un tercio de la espermidina que necesita cada día. Entre otras cosas, nuestras bacterias intestinales producen una gran proporción de este importante nutriente. Sin embargo, para potenciar aún más el propio proceso de reciclaje del organismo, se recomienda recurrir cada vez más a alimentos ricos en espermidina para garantizar las necesidades diarias de espermidina y, al mismo tiempo, apoyar también las funciones cerebrales.

Estos alimentos incluyen:

**Germen de trigo:** El extracto de estos gérmenes de cereales es rico en proteínas, ácidos grasos y vitaminas. Además, el germen de trigo tiene un contenido muy elevado de espermidina. Se ha demostrado que una dieta rica en germen de trigo eleva el nivel de espermidina del organismo al cabo de sólo tres meses, por lo que puede ayudar a mejorar significativamente el rendimiento de la memoria.

### **Astaxantina:**

Se encuentra principalmente en los mariscos, especialmente gambas, cangrejos, langostas y nécoras, así como en el salmón y las algas. Este carotenoide puede proteger las células y favorecer la transferencia de energía.

### **Arándanos:**

Estas frutas tienen un contenido muy elevado de polifenoles, entre los que destacan sobre todo las antocianinas, muy eficaces. Estas son conocidas por sus efectos antioxidantes y antiinflamatorios.

### **Té verde:**

Es rico en ingredientes valiosos como las catequinas. Éstas pueden ayudar a proteger las células cerebrales y aumentar así el rendimiento cognitivo. Esto se debe principalmente al galato de epigallocatequina (EGCG), un flavonoide, al que se atribuye la capacidad de prevenir la formación de placas en el cerebro, un proceso que podría proteger contra la neurodegeneración.

### **Cúrcuma:**

El principio activo de la especia asiática cúrcuma (*Curcuma longa*), pariente del jengibre, es la curcumina. Esta sustancia vegetal secundaria de la cúrcuma confiere a los platos indios de curry su característico color amarillo. Además, la curcumina puede proteger las mitocondrias de las células cerebrales contra el estrés oxidativo. Además, se ha demostrado que el consumo regular de cúrcuma mejora la memoria y ralentiza la degradación de las neuronas del cerebro.

**La piperina** se encuentra en la pimienta negra y puede aumentar la biodisponibilidad de diversos micronutrientes.

Si la ingesta de estos nutrientes a través de la dieta no es suficiente o hay una mayor necesidad, pueden complementarse con suplementos dietéticos especiales.

## Ingredientes:

### Una cápsula contiene:

Extracto de germen de trigo	505 mg
contiene 1 mg de espermidina	
Astaxantina natural	1 mg
Extracto de fruta de arándano	12,5 mg
Extracto de hoja de té verde	50 mg
Extracto de raíz de cúrcuma	50 mg
Bioperine®	2,5 mg

### Otros componentes:

Estearato de magnesio, SiO<sub>2</sub>.

### Consumo recomendado:

Normalmente se toma una cápsula al día con abundante líquido.

## Notas:

Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada y variada y un estilo de vida saludable. La ingesta diaria recomendada no debe superarse. Mantener fuera del alcance de los niños.

Conservar protegido de la luz y seco a temperatura ambiente.

La información publicada no es una cura y no pretende ser una petición o sugerencia de automedicación.

Aunque algunas de las afirmaciones anteriores sobre micronutrientes concretos proceden de estudios científicos, las autoridades oficiales, como la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA), las han clasificado como "aún no suficientemente probadas", lo que significa que no puede confirmarse ningún efecto positivo.

El producto aquí descrito no ha sido evaluado de forma concluyente por la Food and Drug Administration (FDA; EE.UU.) ni por la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA; Europa). Este producto no está destinado a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

Errores y omisiones Salvo error u omisión. VBX-1-24

Fabricante



de LHP Inc.

[www.vitabasix.com](http://www.vitabasix.com) | [info@vitabasix.com](mailto:info@vitabasix.com)