ORTHOFOODS
LABORATOIRES

VITAMINOR

Memória y edad



El rendimiento cerebral cambia con la edad, y la capacidad "plástica" del cerebro se ve alterada por el envejecimiento. La actividad cerebral puede estimularse para mantener la neuroplasticidad, la capacidad del cerebro para reestructurarse.

Esta capacidad adaptativa también permite al cerebro recuperarse de traumas, trastornos o lesiones, y reducir el impacto de enfermedades neurodegenerativas (Alzheimer, dislexia, TDAH, enfermedad de Parkinson, esclerosis múltiple, etc.).

La neuroplasticidad desempeña un papel crucial en el desarrollo cognitivo y el aprendizaje permanente. Se están realizando investigaciones para comprender mejor cómo promover la neuroplasticidad para mejorar la salud mental y el bienestar.

El Instituto Pasteur recomienda una combinación de varios factores para ‘mantener’ esta plasticidad: **practicar regularmente actividad física, limitar el estrés, evitar psicofármacos, realizar con frecuencia actividades cognitivas y mantener relaciones sociales**.



En términos de nutrición, **la dieta cetogénica propuesta actualmente por muchas revistas resulta prometedora para algunas enfermedades degenerativas**, pero no debería ser una "dieta" recomendada para personas sanas. Este patrón de alimentación puede alterar el metabolismo lipídico a largo plazo. **La crononutrición**, que incluye ácidos grasos de cadena corta y proteínas por la mañana, comidas equilibradas para el almuerzo y la cena, y una ingesta de carbohidratos a las 16:00, responde fisiológicamente a las necesidades del cuerpo humano.

El sueño ayuda a regenerar las paredes celulares y a almacenar elementos de aprendizaje.

Estudios recientes han demostrado el papel fundamental de la fase REM del sueño. La melatonina es el mediador del sueño. Es importante asegurar que la dieta proporcione niveles suficientes de triptófano, el aminoácido precursor de la melatonina. Algunos alimentos ricos en triptófano son: arroz integral, carnes y aves, productos lácteos, huevos, proteína de soja, cacahuetes, pescado, legumbres, chocolate, plátanos, almendras, anacardos y levadura de cerveza.

Algunos nutrientes son beneficiosos para el envejecimiento y la memoria. :

Nutrientes que protegen las neuronas del estrés oxidativo

El ácido alfa lipoico, la coenzima Q10, el glutatión, la N-acetilcisteína y la L-carnitina son nutrientes que protegen las células y participan en reacciones químicas que les proporcionan energía.

La fosfatidilserina o cefalina favorece los trastornos de la memoria relacionados con la edad, mejora el estado de ánimo en las personas mayores, promueve la recuperación después del ejercicio físico y mejora el rendimiento deportivo.

Las vitaminas del complejo B, la vitamina D3, el zinc y el magnesio favorecen las funciones cognitivas, el rendimiento intelectual y psicológico.

El ginkgo biloba está reconocido por la Comisión E y la Organización Mundial de la Salud como coadyuvante en el tratamiento de los síntomas de la demencia vascular o degenerativa, como la pérdida de memoria, el trastorno por déficit de atención y la depresión.
Los ácidos grasos poliinsaturados omega-3 (AGPI) de cadena larga garantizan la flexibilidad de las membranas celulares y los receptores. Favorecen los intercambios celulares y la memoria. Los peces grasos pequeños de aguas frías son ricos en PUFA.I.

Complementos alimenticios, soluciones Vitaminor



Un suplemento que favorece el envejecimiento cerebral.

REGENEURO complex Ofrece una acción sinérgica para proteger las células del estrés oxidativo (ácido L-lipoico - coenzima Q10 - glutatión - N-acetilcisteína), promover las funciones cognitivas (ginko - fosfatidilserina - zinc) y potenciar la actividad celular (L-carnitina - vitaminas B y D).

Modo de empleo: Tomar de 1 a 3 cápsulas al día, según prescripción médica, durante las principales comidas. Ciclo de tratamiento de un mes, que puede repetirse si es necesario.

Asociación sinérgica con **Super Omega 3 Complex.**

Precauciones de uso: Consulte a su médico en caso de ingesta concomitante de anticoagulantes (ginkgo). No usar durante el embarazo ni la lactancia. Precauciones de uso para personas alérgicas a la soja (lecitinas).



Facilitando los intercambios celulares

Super Omega 3 complex Ofrece una acción sinérgica para favorecer las funciones cardíaca, circulatoria y mental. Ayuda a mantener la piel y las mucosas sanas y al equilibrio lipídico.

Uso recomendado: 1 cápsula con la cena.

Precauciones de uso en personas alérgicas al pescado (aceite y cubierta de la cápsula) y a la soja (lecitinas).



Proporcionar vitaminas y minerales esenciales.

D3 3000 IU complex Se basa en vitamina D3 (colecalciferol) de origen vegetal combinada con vitaminas B2 y B3.

Modo de empleo: Tomar 1 cápsula al día con una comida, acompañada de ácidos grasos para una mejor absorción de la vitamina D3.

Precauciones de uso: No exceder la dosis recomendada. Se recomienda espaciar las dosis según las necesidades fisiológicas. Advertencias: No usar durante el embarazo ni la lactancia.



Multivitamino Complex Ofrece una sinergia de vitaminas y minerales combinados para estimular el metabolismo celular, combatir el estrés oxidativo y la fatiga, y reforzar el sistema inmunitario. Algunos ejemplos incluyen infecciones virales o bacterianas, convalecencia, fatiga temporal, fatiga crónica, embarazo, lactancia y actividad deportiva.

Tomar minerales en forma de levadura para el selenio y bisglicinatos para el resto de minerales aumenta su potencial de absorción, por lo tanto, su eficacia y seguridad, y previene interacciones entre minerales. (NRC2001, Ashmead, 1985)

Uso recomendado: 1 cápsula al día (2 cápsulas al día para mujeres embarazadas o en período de lactancia). Durante un mes, repetir si es necesario..

Manejo del estrés y del sueño



Magnesio complex Ofrece una acción sinérgica en torno al magnesio: magnesio en forma de bisglicinato rodeado de nutrientes complementarios (B1 y B6). La taurina y el silicio, presentes en las hojas de ortiga, facilitan la absorción del magnesio. La dosis de una cápsula equivale al 20 % de la dosis diaria recomendada (CDR) para adaptarse a las necesidades del consumidor y permitir la toma de varias cápsulas a lo largo del día.

Modo de empleo: Tomar de 1 a 5 cápsulas al día por la mañana, al mediodía y por la noche (favorece el sueño). Ciclo de tratamiento de un mes, repetir si es necesario..



Trypto+ Complex, Suplemento a base de triptófano, el aminoácido precursor de la serotonina (mediador del estado de ánimo) y la melatonina (hormona del sueño).

Modo de empleo: Tomar 1 cápsula alrededor de las 10:00 o después de las 17:00, fuera de las comidas, al menos 2 horas después.

El tratamiento debe continuarse durante al menos 3 semanas. El asesoramiento nutricional es esencial para complementar Trypto Complex y asegurar una ingesta fisiológica eficaz.

Precauciones de uso: No debe ser utilizado por mujeres embarazadas ni niños, ni por pacientes que toman antidepresivos o padecen insuficiencia renal. No lo use durante periodos prolongados sin consultar a su médico.

Contacto & Pedidos

Pedidos: pedidos@omnialibera.eu
Contacto y asesoramiento: vitaminor.manager@omnialibera.eu

Teléfonos gratuitos

Pedidos : 93 810 00 34 de lunes a jueves de 9h a 19h, viernes 9h a 14h

VITAMINOR

ORTHOFOODS LABORATOIRES

omnialibera
Supplements & Functional Foods