ORTHOFOODS
LABORATOIRES

VITAMINOR

El sol y la salud de la piel



El sol es un aliado para nuestra salud, pero no es un verdadero amigo. Debemos usar sus beneficios con precaución y tener en cuenta el aumento de las temperaturas en verano, que amenaza la salud incluso de los más vulnerables.

La exposición al sol (y más concretamente a los rayos UVB) nos permite sintetizar vitamina D, una vitamina y hormona esencial para la salud de nuestro sistema óseo y inmunológico.

Algunos profesionales de la salud critican la nocividad de los protectores solares y su función de escudo, que impide la síntesis de vitamina D. Sin embargo, adoptar una buena estrategia no es fácil, ya que también debemos considerar el tipo de piel (clara u oscura), la edad, los tratamientos médicos y el riesgo de cáncer de piel.



Como regla general, una buena exposición solar consiste en exponerse al sol todos los días de verano, entre las 11:00 y las 15:00h, que es el período en nuestras latitudes en el que los rayos UVB son más frecuentes que los UVA y, por lo tanto, el momento ideal para sintetizar vitamina D. Se recomienda exponer la piel al sol de 10 a 15 minutos al día (para pieles más oscuras, es recomendable aumentar el tiempo de exposición). Una exposición del 25 % de la superficie corporal es suficiente para sintetizar una cantidad suficiente de vitamina D. Durante el resto del tiempo, es recomendable protegerse con ropa y protector solar (si es posible, orgánico).

Si la piel se enrojece o empieza a quemarse, con o sin protector solar, es recomendable cubrirse y vestirse. Las personas con piel muy sensible y los niños pequeños solo deben exponerse al sol temprano por la mañana o por la tarde después de las 16:00.

Modificar tu dieta consumiendo frutas y verduras de colores vibrantes (que contienen nutrientes antioxidantes: carotenoides y polifenoles) ayudará a reforzar las defensas de tu piel contra el daño solar causado por los rayos UVA.

Es recomendable preparar tu piel con suplementos nutricionales que contengan nutrientes esenciales para protegerla y mantener su elasticidad.

Vitaminor ofrece las siguientes soluciones

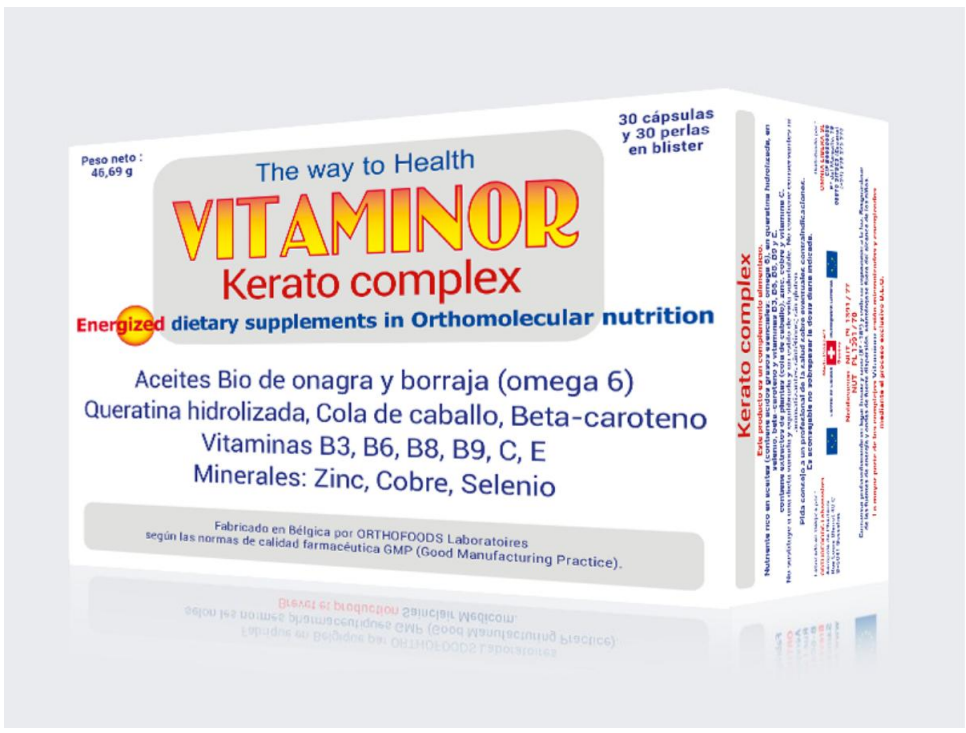
Los **carotenoides** (betacaroteno, licopeno, luteína y zeaxantina) reducen los efectos agresivos del sol sobre la piel al bloquear parcialmente los radicales libres de los rayos ultravioleta: la aparición de quemaduras solares se retrasa y su intensidad se reduce.

Todos los alimentos ricos en **polifenoles** proporcionan protección cutánea.

Al inhibir los radicales libres generados por el sol, las **vitaminas C y E** ayudan a reducir el daño cutáneo. Combinadas con **cobre, zinc y biotina (B8)**, ayudan a regenerar el colágeno, mantener la elasticidad de la piel y retrasar el envejecimiento prematuro. **La vitamina C, el betacaroteno (provitamina A), las vitaminas B3, B6, B8 y B9, y los minerales cobre, selenio y zinc** son cofactores enzimáticos en el metabolismo de la piel, las mucosas y los anejos cutáneos.

El **ácido gamma-linolénico**, presente en la onagra y la borraja, tiene un efecto antiinflamatorio sobre la piel y combate la sequedad.

La piel está compuesta de aminoácidos azufrados, esenciales para su cohesión. Un suplemento de queratina hidrolizada promoverá la regeneración natural de la piel y fortalecerá el cabello y las uñas.



Kerato complex Consta de dos tipos de cápsulas:
Cápsula A (aceite de onagra y borraja)
Cápsula B (sinergia de queratina hidrolizada con extracto seco de cola de caballo, vitaminas y minerales)

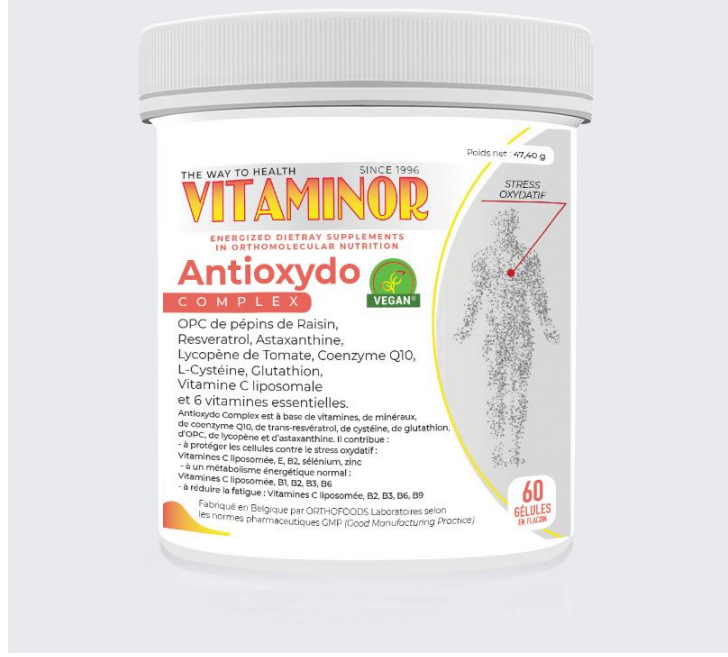
<u>Consejos de uso</u> :1 cápsula A y B por la mañana o por la noche durante un mes.

Precauciones para mujeres embarazadas y en período de lactancia.



MSM complex, Ofrece una sinergia de acción en torno al Azufre orgánico, potenciando su acción sobre el sistema de defensa y sobre el estrés oxidativo (Cobre – Zinc) y su acción sobre el tejido conectivo (en particular en las articulaciones y mucosas) con el Cobre.

<u>Consejos de uso</u> :1 cápsula con la cena. Ciclo de tratamiento de un mes.



Antioxido complex Contiene vitaminas, minerales, cisteína, glutatión, OPC, licopeno y astaxantina. Este suplemento ofrece una sinergia muy completa de ingredientes hidrosolubles y liposolubles que actúan sobre el estrés oxidativo.

Consejos de uso :1 cápsula por la mañana durante toda la duración de la exposición solar.

Algunas de nuestras cápsulas (no veganas) no se recomiendan para personas con alergia al pescado (cubierta de la cápsula*)*

Para preparar adecuadamente la piel antes de la exposición al sol

- **Kerato complex** :1 cápsula A y B por la mañana o por la noche durante un mes
- **MSM complex** : 1 cápsula con la cena durante un mes

Durante los períodos de exposición al sol

- **Kerato complex** : 1 cápsula A y B por la mañana o por la noche
- **Antioxido complex** : 1 cápsula por la mañana

Después de la exposición al sol, al regresar de vacaciones para mantener la piel, las uñas y el cabello saludables,

Kerato complex :1 cápsula A y B por la mañana o por la noche durante un mes



CONTACTO Y PEDIDOS

- Pedidos: pedidos@omnialibera.eu
- Asesoria técnica/comercial: vitaminor.manager@omnialibera.eu

Teléfonos gratuitos:

- 938 100 034 - 938 275 370 (horario de lunes a jueves de 9h a 19h, viernes de 9h a 14h)