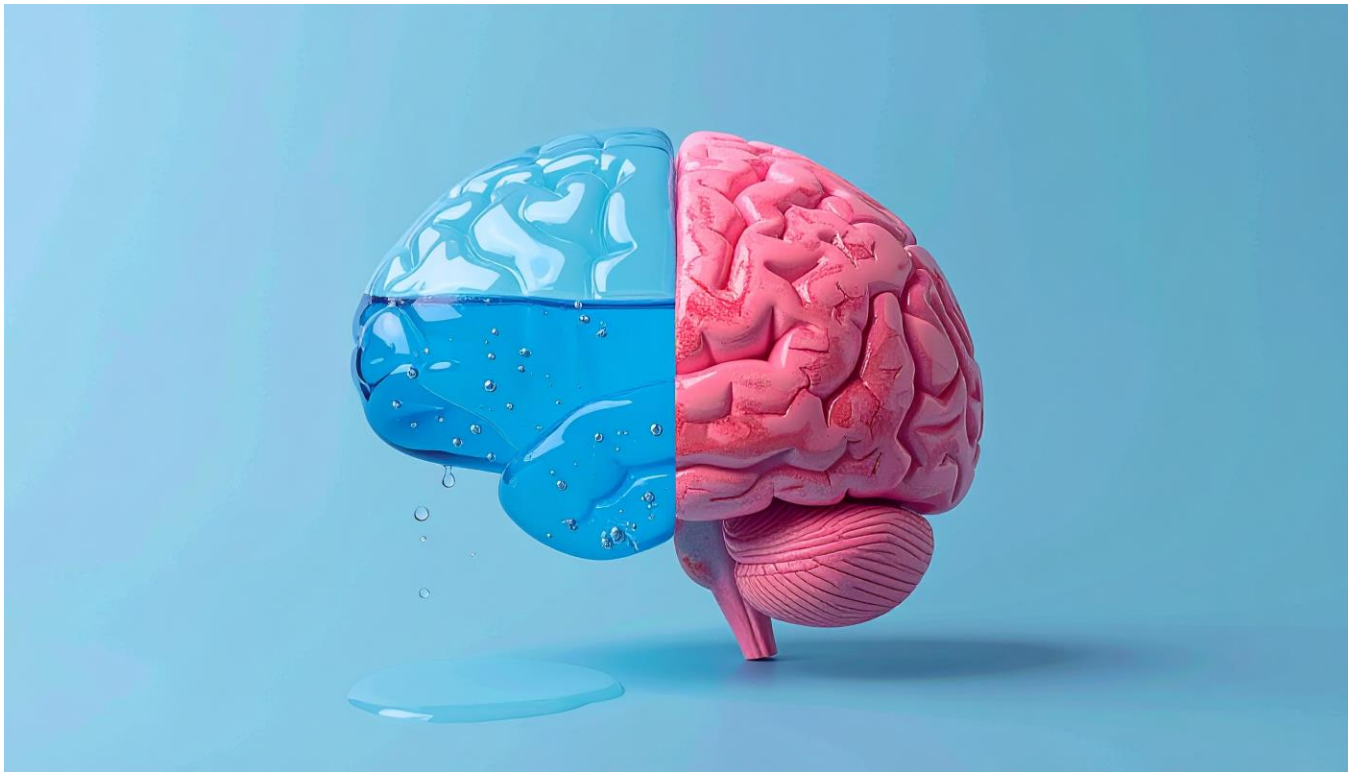
Gli effetti del calore eccessivo sul nostro cervello



Per proteggersi dall'aumento di calore, il cervello agisce come un condizionatore naturale grazie all'ipotalamo che, attraverso le informazioni inviate dai termorecettori situati sulla superficie corporea, percepisce il calore e agisce di conseguenza.

Tuttavia, quando le temperature sono troppo elevate per troppo tempo, come durante un'ondata di calore, il meccanismo di raffreddamento viene compromesso e può causare danni a tutto il corpo e quindi compromettere la funzionalità degli organi, in particolare del cervello.

Il cervello è sovraccaricato di lavoro per regolare la temperatura corporea, che a sua volta è influenzata dal calore. Il nostro cervello si trova in una situazione simile a quella di un'intensa attività fisica..



Il nostro cervello è composto per il 78% da acqua, quindi anche una lieve disidratazione influisce sulle funzioni cognitive. Studi hanno dimostrato che l'esposizione a temperature superiori a 22 °C può già portare a un calo delle prestazioni cognitive. Sopra i 30 °C, questa riduzione può raggiungere il 20-30%. La mancanza di sonno, disturbata dal caldo, influisce sulla concentrazione, sull'umore e sulla nostra capacità di assimilare nuove informazioni. Il cervello, sotto stress a causa del caldo e della mancanza di riposo, diventa meno efficiente. Assomiglia a un circolo vizioso di calore.

Gli effetti del calore non si limitano alla sfera intellettuale, ma abbracciano anche gli aspetti emotivi del nostro comportamento. Le persone possono diventare più irritabili, aumentando la tensione e i conflitti nelle relazioni personali e professionali. Uno studio scientifico pubblicato nel 2022 su The Lancet si è concentrato sui post sul social network Twitter. Sono stati analizzati quattro miliardi di tweet e lo studio conclude che quando le temperature sono molto elevate, il numero di messaggi aggressivi e di incitamento all'odio aumenta.



Studi preliminari suggeriscono che l'esposizione ripetuta alle ondate di calore potrebbe portare a un declino delle capacità cognitive nel tempo, una prospettiva ancora più preoccupante se si considerano i cambiamenti climatici globali.

Soluzioni Vitaminor
per supportare la salute dei neuroni.

Per una migliore connessione neurale, gli acidi grassi polinsaturi omega-3 a catena lunga facilitano gli scambi cellulari **:**



SUPER OMEGA 3 complex è un integratore ricco di acidi grassi polinsaturi Omega 3 da piccoli pesci d'acqua fredda, combinato con acido gamma-linolenico (GLA) da enotera. Offre una sinergia d'azione per aiutare a supportare le funzioni cardiache, circolatorie e mentali..
Consigli d'uso : 1 capsula con il pasto serale.
Precauzioni per l'uso nelle persone con allergie al pesce (olio e involucro della capsula) e alla soia (lecitine)

Aminoacidi essenziali per l'equilibrio emotivo.

Una perdita di motivazione :



ACTINO complex Offre una sinergia d'azione per aiutare a ridurre fisiologicamente gli stati di stress temporaneo che inducono affaticamento grazie all'associazione dell'amminoacido precursore delle catecolamine (fenilalanina) associato al magnesio e ai cofattori enzimatici della sintesi delle catecolamine (vitamine C e B). Le piante adattogene Eleuterococco e Rodiola supportano l'organismo nei casi di stanchezza e debolezza temporanee.

Consigli d'uso : Una capsula al mattino e una a mezzogiorno per almeno tre settimane.
Non assumere dopo 16h00

Precauzioni per l'usonelle donne in gravidanza o in allattamento. Controindicato nei casi di fenilchetonuria.

Une irritabilité excessive et un sommeil difficile :



TRYPTO + Complex,un integratore a base di triptofano e griffonia, due precursori della serotonina (mediatore dell'umore) e della melatonina (ormone del sonno)
Consigli d'uso : 1 capsula intorno alle 10:00 o dopo le 17:00, lontano dai pasti, a distanza di almeno 2 ore. Il trattamento deve essere continuato per almeno 3 settimane. È essenziale una consulenza nutrizionale per accompagnare il complesso Trypto+ e garantire un apporto fisiologico efficace..

Precauzioni per l'uso : Non deve essere assunto da donne in gravidanza o bambini, né da pazienti che assumono antidepressivi o che soffrono di insufficienza renale. Non usare per periodi prolungati senza consultare il medico.

Un apporto di vitamine e minerali essenziali per il corretto funzionamento del cervello:



MULTIVITAMINO Complex offre una sinergia di vitamine e minerali combinati per stimolare il metabolismo cellulare, combattere lo stress ossidativo e l'affaticamento e supportare il sistema immunitario.

Esempi : infezioni virali o batteriche, convalescenza, stanchezza temporanea, stanchezza cronica, gravidanza, allattamento, attività sportiva, sudorazione eccessiva ...

Consigli d'uso :1 capsula al giorno (2 capsule al giorno per donne in gravidanza o in allattamento). Per un mese, ripetere se necessario.



Contatti & Ordini web: www .vitaminor.it

Ordini: eduan@omnialibera.eu

Contatti e consigli: vitaminor .manager@omnialibera.eu

Numeri di telofoni gratuiti Particulari : +39 051 04 20 134 / +39 0774 44 96 09
Watsapp: +39 342 798 2838
da lunedì a giovedì dalle 9 alle 19, venerdì 9 alle 14

ORTHOFOODS LABORATOIRES

VITAMINOR