

## EXCELENT GINGGOMEMOPLEX 30 AMPOLAS- *Vegan*

Suplemento Alimentar

- ✓ **MEMÓRIA**
- ✓ **EQUILIBRIO MENTAL**
- ✓ **FUNÇÃO INTELECTUAL**
- ✓ **CIRCULAÇÃO SANGUÍNEA**

**EXCELENT 30 AMPOLAS** é um suplemento alimentar à base de extratos vegetais.

O ginkgo é tradicionalmente reconhecido pela sua ação benéfica na **memória**, contribui para a **manutenção de uma boa função intelectual** e **favorece o equilíbrio mental**, especialmente nos idosos. Contribuindo ainda uma **boa circulação sanguínea**.

A ashawagandha **promove o equilíbrio mental e o relaxamento**, apoiando simultaneamente a **vitalidade** do organismo. Ajuda a melhorar a **resistência ao stress**, contribui para a manutenção do **bem-estar emocional** e das capacidades físicas e mentais, nomeadamente em casos de fadiga e de perda de concentração. O Memophenol™ pode ajudar a **melhorar a memória**.

**CANSAÇO MENTAL, FALTA DE CONCENTRAÇÃO, ESTUDANTES**

**LAPSOS DE MEMÓRIA, CONFUSÃO, DÉFICE COGNITIVO, SENILIDADE**

### INFORMAÇÃO COMPLEMENTAR

<b>Toma diária recomendada:</b>	<b>1 AMPOLA (10 ml)</b>
<b>Extr. seco de Ginkgo (50:1)</b>	<b>15 mg</b>
(24% glicósidos flavónicos -6% lactonas terpénicas)	<b>750 mg</b>
(Equivalente a folha seca)	<b>250 mg</b>
<b>Sensoril®</b> (extr. seco Ashwagandha 10% Withanólidos)	<b>150 mg</b>
<b>Memophenol™</b> (extr. seco de <i>Vitis vinifera</i> L. e <i>Vaccinium angustifolium</i> A.)	



**MODO DE TOMAR:** 1 ampola por dia, diluída num pouco de água, de preferência de manhã (ao pequeno-almoço).

*Adequado para vegetarianos e veganos.*

**INGREDIENTES:** Estabilizador: Xarope de sorbitol; Água purificada; Extrato seco de Ashwagandha (*Withania somnifera*) 10% Withanólidos (Sensoril®); Intensificador de sabor: Aroma de Laranja; Extrato seco de *Vitis vinifera* L. e *Vaccinium angustifolium* A.- (Memophenol™); Extrato seco de Ginkgo (*Ginkgo biloba* L.) 50:1 - 24% glicósidos flavónicos -6% lactonas terpénicas; Conservantes: Benzoato de sódio, Sorbato de potássio; Edulcorante: Extrato Seco Estévia de (*Stevia rebaudiana*) 98% Esteviosídeos, 100:1.

## ATIVOS

**GINKGO:** Trata-se de uma árvore de 40 metros de altura que surgiu há 150 milhões de anos. Um elo intermédio entre as plantas que formam esporos e as que formam sementes, que surgiu na era terciária e que deveria ter desaparecido no decurso da evolução. Mas resistiu às mudanças climáticas e geológicas e encontrou refúgio em certos vales chineses. É assim, um fóssil vivo e cheio de história. No Oriente, é conhecida como a "Árvore da Vida" ou "Árvore da longevidade".

Os extratos das suas folhas são ricos em ginkgólidos, flavonóides e bioflavonóides que atuam benéficamente sobre o **sistema circulatório**. Aumentam o fluxo de sangue aos membros e ao cérebro, uma vez que regulam o tônus e a elasticidade dos vasos sanguíneos. Ajudam a reduzir a viscosidade do sangue, a fornecer mais oxigénio e glucose às células cerebrais e assim a combater a perda de memória e a falta de concentração, sendo que existem evidências de que mesmo em pessoas saudáveis a planta pode melhorar a capacidade de concentração e a memória.

**O ginkgo é assim uma planta conhecida pelos seus efeitos positivos sobre a memória. Contribui para a manutenção de uma boa função intelectual e favorece o equilíbrio mental, especialmente nos idosos, tal como uma boa circulação sanguínea.**

**ASHWAGANDHA:** também designado por ginseng indiano (*Withania somnifera*), pertence à família Solanaceae, e é um arbusto com cerca de 30 a 150 cm de altura que cresce na Índia, África e em algumas zonas do Mediterrâneo.

Trata-se de uma planta há muito conhecida na medicina ayurvédica, e que constitui atualmente uma tendência internacional no mundo científico. **Este interesse é explicado pelo fato de que o extrato da sua raiz, rico em withanólidos, ser um dos raros complexos vegetais que exerce efeitos significativos sobre ambas as componentes psicológica e física dos humanos, ou seja, tem uma reconhecida ação adaptogénica.**

Atua regulando o eixo HHA e restaurando o equilíbrio entre o cortisol e as hormonas da tireoide para melhorar a resistência ao stress e ao humor. Este efeito sobre o humor também é atribuível à sua ação sobre os recetores GABA, que por sua vez exercem um efeito inibitório e regulador sobre o stress. Desta forma, o extrato da raiz de ashwagandha é uma resposta saudável e natural ao stress diário, às tensões da vida moderna e à fadiga. Além disso, apoia a função mental nos idosos, a aprendizagem, a memória e a capacidade de recordar, e a promover o descanso noturno, sendo ainda eficaz no alívio do stress provocado por choques e eventos traumáticos. Melhora o estado de vigília e a lucidez e otimiza o desempenho físico e mental sem os efeitos colaterais desagradáveis dos agentes estimulantes como a cafeína. Finalmente, pode ajudar as pessoas sujeitas a stress a manter um peso corporal ideal.

De salientar que o extrato **SENSORIL®**, utilizado neste produto é uma **combinação patenteada única da folha e da raiz da planta, que oferece um espectro mais amplo dos 3 bioativos: withaferina A, oligossacáridos e withanólidos**, para uma eficácia ótima, numa dosagem mais baixa. **Sendo um extrato aquoso estável, Sensoril®, apresenta uma elevada solubilidade, com quase nenhuma fibra de raiz presente, logo uma elevada biodisponibilidade. É considerado como sendo 8 vezes mais poderoso que o extrato padrão de ashwagandha.** Este é um extrato foi muito bem estudado, sendo que mais de 12 artigos de investigação publicados, incluindo ensaios clínicos, pré-clínicos e de biomarcadores, demonstraram a sua eficácia e segurança de utilização em condições de saúde relacionadas com a gestão do stress, do sono, da energia e da saúde cognitiva. Por exemplo num estudo prospetivo, em dupla ocultação, aleatório, placebo-controlado, realizado na Índia, envolvendo 98 adultos (com idades compreendidas entre os 18 e os 60 anos) cronicamente stressados com uma pontuação mHAM-A de 24 a 42 (escala de avaliação de ansiedade de Hamilton), **a ingestão de 125 mg diárias de Sensoril® resultou numa redução significativa de 62% no stress geral**, em comparação com o placebo. Além disso, no final da intervenção, estes participantes também registaram níveis significativamente reduzidos de biomarcadores de stress, incluindo cortisol sérico e proteína C-reativa (PCR) em comparação com o grupo placebo ( $p < 0,05$  e  $p < 0,001$ , respetivamente). Numa outra abordagem sobre o desempenho cognitivo e psicomotor, **o consumo de Sensoril® melhorou significativamente a resistência mental, incluindo o reforço e a capacidade de concentração, de adultos saudáveis.**

**MEMOPHENOL™:** Os dados científicos indicam que os alimentos ricos em flavonóides, e mais especificamente em três subgrupos específicos, nomeadamente os flavanóis (monómeros e oligómeros), as antocianinas e os flavonóis, **possuem um forte potencial para afetar a função cognitiva.**

Estes flavonóides de baixo peso molecular são conhecidos pela sua **elevada biodisponibilidade e demonstraram conseguir atravessar a barreira hematoencefálica, melhorando assim o fluxo sanguíneo cerebral.** Entre eles, destacam-se os flavanóis monoméricos como sendo os polifenóis mais biodisponíveis, com uma taxa de absorção de 45%.

De referir que as uvas (*Vitis vinifera*) são um dos frutos mais ricos em polifenóis, e as suas sementes são particularmente ricas em monómeros e oligómeros de flavanol. As uvas produzidas para o fabrico do champanhe francês, especialmente as variedades como *Pinot Noir* e o *Chardonnay*, fornecem quantidades 5 vezes mais elevadas de monómeros e oligómeros de flavanol do que outras variedades de uvas. Este perfil polifenólico confere-lhes uma maior atividade antioxidante.

O mirtilo selvagem do Canadá (*Vaccinium angustifolium*), por outro lado, apresenta níveis mais elevados de ácidos fenólicos, flavonóis e antocianinas do que o mirtilo arbustivo (*Vaccinium corymbosum*). Vários estudos clínicos demonstraram que o consumo de mirtilos silvestres ajuda a corrigir problemas de memória.

**Memophenol™ é, deste modo um extrato duplamente patenteado que associa uvas de Champagne e mirtilos silvestres, cuidadosamente selecionados pelos seus perfis polifenólicos, nomeadamente o seu elevado teor em flavonóides específicos altamente biodisponíveis, cujo rácio demonstrou eficácia clinicamente comprovada na melhoria da função cognitiva.**

Os estudos realizados (no total de 8 publicações patenteadas) demonstraram que **Memophenol™ melhora a precisão, a resistência e a concentração em jovens estudantes, promove a saúde cerebral e a memória em adultos ativos e melhora as capacidades de tomada de decisões, aprendizagem, recordação e memorização em seniores com défice cognitivo ligeiro.** Para além disso, a sua toma resultou na potencialização das capacidades de desempenho de jogo, por parte de grupo de gamers semiprofissionais!

Este extrato inovador obteve inclusivamente uma alegação de saúde patenteada, no momento exclusiva da Coreia do Sul, de acordo com a qual **“o Memophenol pode ajudar a melhorar a memória”**.

**ATENÇÃO:** Contém edulcorante. Não exceder as dosagens recomendadas. Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de um regime alimentar variado. É importante um regime alimentar equilibrado e um modo de vida saudável. O produto não deve ser utilizado no caso de hipersensibilidade, alergia e quando estejam descritas interações de outro produto com qualquer um dos constituintes da formulação. Não utilizar durante a gravidez ou amamentação. Consultar o médico em caso de toma conjunta de anticoagulantes.

#### POSSIBILIDADE DE INTERAÇÃO MEDICAMENTOSA

*Ginkgo biloba*: reduz o efeito do Alprazolam (Xanax), anticonvulsivos, estatinas (Simvastatina e Atorvastatina) e potencia o efeito dos anticoagulantes e do Ibuprofeno.

Ashwagandha (*Withania somnifera*) – Potencia o efeito dos medicamentos anti hiperglicémicos podendo baixar excessivamente os níveis de glicose no sangue. Potencia o efeito dos medicamentos anti hipertensores podendo baixar excessivamente a tensão arterial. Estimula a atividade do sistema imunitário pelo que reduz o efeito dos imunossuppressores como a Ciclosporina, Tacrolimus, Corticosteróides. Potencia o efeito dos ansiolíticos como o Zolpidem, Clonazepam e o Lorazepam. Aumenta os níveis da hormona tiroideia pelo que não pode ser tomado por pessoas que tomem hormonas da tiróide.

Mirtilo selvagem (*Vaccinium angustifolium*) Memophenol™ faz baixar os níveis de glucose no sangue pelo que potencia os medicamentos antidiabéticos. Reduz o efeito do Flurbiprofeno e da Buspirona por redução da absorção (biodisponibilidade).

#### REFERÊNCIAS:

doi: 10.2174/1570159X19666210712151556

doi: 10.3390/nu15245015

doi: 10.1007/s13668-023-00481-0

doi: 10.1080/19390211.2017.1284970

doi: 10.4103/0974-8490.122912

doi:10.1039/c6fo00902f

doi:10.1017/jns.2018.10

doi:10.1093/gerona/gly166

doi:10.3389/fpsyg.2023.1144231

doi:10.3390/antiox8120650

doi:10.1001/jama.2019.16477

doi:10.1016/j.jff.2020.104203

doi:10.1212/WNL.0000000000005607