

NUTRICION ORTOMOLECULAR

DESCRIPCION DE NUTRIENTES



INOSITOL (B8): Lipotropico. Evita perdida de nuestro cabello, hace que salga cabello en los lugares correctos de nuestro cuerpo, Contribuye a quemar grasa de manera natural al formarse la combinación con colina forma lecitina natural, Elimina el colesterol malo de nuestro organismo, baja los niveles de triglicéridos.



B1: también conocida como **tiamina**, Ayuda en el metabolismo de los carbohidratos a través de sus funciones coenzimáticas.



B6 - Ayuda en el buen funcionamiento del páncreas, y no se forme acido xanturenico, baja la glucosa, manejo de la depresión, Es necesaria para el buen funcionamiento del sistema nervioso.

MICROMIN – (Cromo, su absorción a través de



Selenio, Hierro, Manganeso, Zinc, Cobre): Minerales para levaduras orgánicas.



MICROMIN II – (Cromo): Metaboliza los carbohidratos, metaboliza la glucosa para la producción de Energía, Optimiza la actividad de insulina maximizando el potencial de energía, Ayuda a controlar el apetito.



MICROMIN III.- (Selenio). Ideal para el tratamiento de cáncer, Retarda el proceso de envejecimiento y endurecimiento de los tejidos por la oxidación.



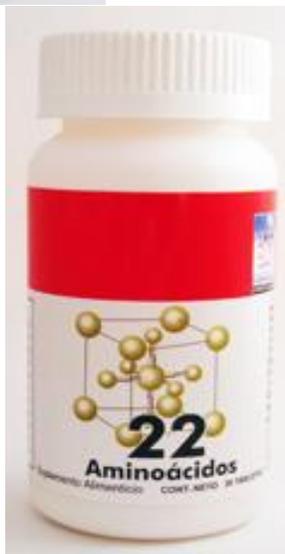
METIONINA: (Aminoácido). Aumenta la producción de lecitina en el hígado, Mantiene el colesterol emulsionado atravesando más fácilmente las paredes de las arterias, Desintoxicante natural, Ayuda a eliminar tejidos extraños tóxicos o anormales, Protege los riñones, Ayuda a procesar la orina, Ayuda en la reducción de niveles de colesterol, Reduce las posibilidades de ataques cardiacos y cálculos biliares.



ARGININA: (Aminoácido). Restaura tejidos musculares, Ayuda a evitar adormecimiento de músculos así como dolor por ejercicios rigurosos, Ayuda en la regeneración de heridas, Regeneración del hígado, Reduce la sangre y urea en la orina, Mejora el sistema inmunológico, Desarrolla tendones y ligamentos más saludables, Se recomienda una dosis diaria de 2gr antes de dormir y 2gr antes de ejercicios rigurosos.



CISTEINA: (Aminoácido). Desactiva a los radicales libres causantes del cáncer, Es un antioxidante, Interviene en la síntesis de proteínas en las células, Elemento esencial de la piel, Ayuda a la reparación de la piel por quemaduras y operaciones, Ayuda a desintoxicar al organismo cuando se libera ácido sulfúrico y toxinas, Contra el envenenamiento por cobre y otros metales tóxicos, Ayuda a dejar el cigarro y el alcohol, Protege contra los rayos X, El cabello y piel están formados por cisteína.



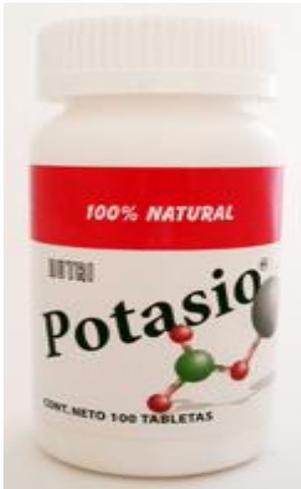
22AMINOACIDOS: Son 22 aminoácidos esenciales los requeridos para las funciones de nuestro organismo, La deficiencia de uno provoca una disfunción, al faltar no asimilamos el resto, Los sistemas enzimáticos son creados a base de estas, ya que estos desdoblan las proteínas permitiendo su utilización.

Los 22 aminoácidos esenciales son:

- L. Arginina 50 mg.
- L. Serina 25 mg.
- L. Glicina 50 mg.
- Ácido Aspartico 50 mg.
- L. Taurina 50 mg.
- L. Carinitina 25 mg.
- Betania 50 mg.
- L. Ornitina 25 mg.
- K. Cisteína 50 mg.
- Ac. Glutámico 50 mg.
- L. Metionina 50 mg.
- L. Prolina 50 mg.
- L. Tirosina 50 mg.
- L. Lisina 50 mg.
- L. Histidina 25 mg.
- L. Valina 50 mg.
- L. Isoleucina 25 mg.
- L. Alanina 50 mg.
- L. Treonina 25 mg.
- L. Leucina 50 mg.
- L. Triptofano 25 mg.
- L. Fenilalanina 25 mg.



PROTEINAS: El nombre **proteína** significa "lo primero", Hay que considerar a las proteínas como las más importantes, puesto que son las sustancias de la vida, Todas las proteínas contienen carbono, hidrógeno, oxígeno y nitrógeno que son energizantes para el cuerpo humano.



POTASIO: Envía oxígeno al cerebro, regulando el balance mineral en la sangre y del agua dentro de las células, para normalizar el ritmo cardíaco, Para el buen funcionamiento de músculos, nervios y corazón; ayuda a bajar la presión arterial.



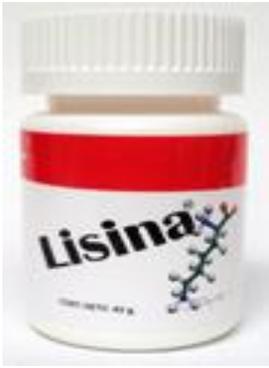
L CARNITINA: Utilizado para mejorar problemas cardiovasculares y renales, Es transportador de Ácidos Grasos para eliminarlos.



TRIPTOFANO: (Aminoácido). Relajante natural, Induce al sueño normal y elimina el insomnio, Reduce la ansiedad y la tensión, Ayuda en el tratamiento de la migraña, Favorece al sistema inmunológico, Baja los niveles de colesterol en combinación con la lisina, Ayuda a controlar el alcoholismo, Es un antidepresivo natural, Produce serotonina, neurotransmisor que lleva mensajes al cerebro, Reduce el riesgo de espasmos cardiacos, Se recomienda una dosis de 500 a 2000 mg al día.



VITAMINA E: Es un poderoso antioxidante, Ayuda a la oxigenación de las células del cuerpo, Mejora nuestra circulación sanguínea, Es vital para todos los seres humanos y su consumo mínimo al día es de 600 a 3000 UI.



LISINA: (Aminoácido). Es un aminoácido que ayuda a la síntesis del colágeno del cartílago, huesos artritis y tejidos, Interviene en la producción de proteínas vitales para el or



NIACINA: Lipotropico. Eficaz para el tratamiento de Bipolaridad y Esquizofrenia, La vitamina B-3 es esencial para el funcionamiento correcto del cerebro y del sistema nervioso central, Mantiene en buen funcionamiento al aparato digestivo, Mejora la circulación, previene y alivia la migraña y mantiene una piel saludable.



OMEGA 3: (DHA=Decosa hex aenoico, EPA= Ecosa pent aenoico): El DHA es un ácido graso esencial para el desarrollo y la función del sistema nervioso, Mejora el sistema cardiovascular, Equilibra la relación 1 a 1 que debe de haber de Ácidos Grasos Omega 6 y 3.



TERRY PUNCH – Es un antioxidante benéfico para Gripes, Catarros por que fortalece el sistema inmunológico, Terry Punch es un complemento que llena de energía, Es ideal entre comidas y tiene un delicioso sabor.

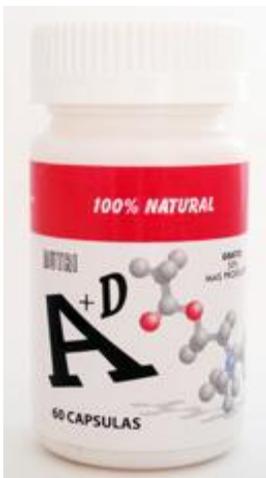
BIOFLAVONOIDES: Antiinflamatorio, ideal para cualquier tipo de inflamación principalmente gástrica.



PABA: Ayuda para el Vitíligo, a la flora intestinal; en la formación de glóbulos rojos; en el aprovechamiento de las proteínas y ayuda a la asimilación de Vitamina B5, Protector de la piel contra los rayos solares, quemaduras, cicatrices, Mantiene la piel suave y saludable, retarda la aparición de arrugas.



A+D: Intervienen en el crecimiento, hidratación de piel, mucosas, pelo, uñas, dientes y huesos, Ayuda a la buena visión, Es un antioxidante natural, Regula el metabolismo del calcio y también en el metabolismo del fósforo.



MINERRALE IV: Ayuda a controlar el metabolismo y el peso, Estimula la actividad mental y físico, Ayuda al crecimiento, Es recomendado en casos de hipotiroidismo o bocio.





BCAROTENO: Se han realizado estudios científicos para determinar el efecto del β -caroteno en la salud, y los resultados han mostrado que puede reducir las probabilidades de ataques cardíacos, funciona como un antioxidante liposoluble y aumenta la eficiencia del sistema inmunológico, Además se ha demostrado que puede reducir la probabilidad de incidencia de algunos tipos de cáncer.

sangre, Ayuda multiplicación antes de quedar nacimiento en el

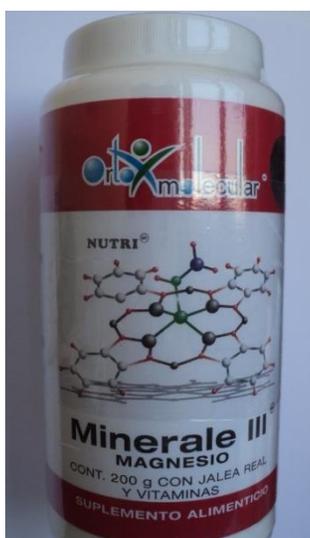


ACIDO FOLICO: Es una vitamina hidrosoluble necesaria para la formación de proteínas, Forma glóbulos rojos en la en la síntesis de ácidos nucleicos (ADN Y RNA) y en la celular, Si la mujer tiene suficiente ácido fólico en el cuerpo embarazada, esta vitamina puede prevenir defectos de cerebro y la columna vertebral del bebé.



LUTEINA – La Luteína es un pigmento amarillo de la familia de los carotenoides para prevenir las patologías oculares, tiene propiedades antioxidantes ayudando, por ello, a proteger a nuestro organismo del ataque de los radicales libres, protege la vista de dos maneras diferentes: una es gracias a su efecto antioxidante (la parte externa de la retina es rica en ácidos poliinsaturados que son atacados por los radicales libres y sufren un proceso de oxidación debido a la incidencia de la luz en esta área.) y otro es gracias a que actúa

como un filtro de luz, protegiendo la vista de algunos de los efectos dañinos del sol, su capacidad de impedir los efectos nocivos de la oxidación, hacen que este pigmento sea uno más en la lucha contra el cáncer.



MINERALE III – Normalmente el organismo no presenta carencias de este mineral, pero las deficiencias suelen darse en casos de alcohólicos crónicos, cirrosos hepáticos, personas con padencias de mala absorción, vómitos severos, acidosis diabética y el abuso de los diuréticos. Su ausencia se refleja por la aparición de calambres, debilidad muscular, nauseas, convulsiones, fallas cardíacas y también la aparición de depósitos de calcio en los tejidos blandos. Este macromineral es componente del sistema óseo, de la dentadura y de muchas enzimas.

Participa en la transmisión de los impulsos nerviosos, en la contracción y relajación de músculos, en el transporte de oxígeno a nivel tisular y participa activamente en el metabolismo energético. Este mineral conserva la juventud y disminuye el riesgo de envejecimiento. Disminuye los problemas de la hipertensión, Mejora el funcionamiento de la insulina, Produce efecto sobre el diabetes: en los últimos años se ha desarrollado una nueva terapéutica que sustenta la opinión que dosis adecuadas de magnesio podrían ayudar a la prevención de las complicaciones del diabetes y intervenir benignamente en el desarrollo de esta enfermedad, Disminuye la actividad de los radicales libres en las células: cuando nuestras células faltan de magnesio las membranas de estas células se vuelven más rígidas y destruyen la integridad celular, y los radicales libres aumentan su actividad destructiva en las células.



Q10 –La coenzima Q10 es un buen aliado en los problemas cardiacos (angina de pecho, infartos, etc.) ya que es uno de los nutrientes principales del tejido cardiaco, favorece la oxigenación y combate los radicales libres. Es curioso que los problemas cardiacos suelen aparecer en la edad media de la vida, lo que coincide con la reducción fisiológica de la síntesis de coenzima Q10. Puede ayudarnos a reducir el peso de manera natural. Las personas obesas y las que hacen dietas muy estrictas suelen presentar niveles bajos de coenzima Q10. Incrementa la longevidad enlenteciendo el proceso del envejecimiento. Eso es debido a su poder antioxidante que neutraliza los radicales libres.



REVIDA: Utilizado para obtener amplios efectos, no sólo para una enfermedad a la vez, sino para muchas. Imagine una píldora contra la diabetes que también retrase el cáncer, la enfermedad cardiaca e incluso las cataratas". Es un estrógeno vegetal, o a veces se comporta como tal. En esa función, puede activar genes controlados por estrógenos (menopausia). Esto aumenta la posibilidad de que pueda favorecer ciertos cánceres. Estudios de laboratorio sugieren que el resveratrol tiene propiedades neuroprotectoras. Si éstas pudieran ser aprovechadas de alguna forma, quizá podrían ayudar a prevenir algunas enfermedades degenerativas asociadas con el envejecimiento. La ciencia no ignora al resveratrol. Muchas instituciones de investigación de diversas partes del mundo lo están probando como tratamiento para afecciones como la diabetes, el síndrome metabólico, y la enfermedad de Alzheimer, así como para prevenir el cáncer.



PROTEIN SHAKE: Malteada alta en proteínas, Es rico en aminoácidos de cadena ramificada, encargados de favorecer el desarrollo muscular, Importante auxiliar en la construcción de masa muscular, Anabolizante

natural de gran prestigio y efectividad entre los deportistas, Producto de alta biodisponibilidad, rico en nitrógeno.



REAL BRAN: (Trigo, Linaza, Psyllium). Ayuda a combatir el colesterol, evitando con ello que se oxiden y bloqueen las arterias que producen enfermedades cardíacas, gracias a la vitamina E que contiene, Brinda energía, Combate el estreñimiento por su alto contenido de fibra, Es considerado antioxidante (enfrenta el ataque de radicales libres que aceleran el envejecimiento celular) por contener vitamina E y selenio, Es un aliado de la belleza del cabello, uñas y piel por su aporte de zinc y vitaminas B, Estabiliza estados nerviosos por su contenido de vitamina B 12 , Estimula la agilidad mental, y abundante fósforo, Bajar los niveles de colesterol y triglicéridos en sangre, por su alto contenido en fibra y la calidad de su contenido graso, Controlar la diabetes, por su alto contenido en fibra, que retrasa la utilización de la glucosa por parte de las células, Regular la tensión arterial, por su alto contenido en prostaglandinas y por su contenido en omega 3, **para bajar de peso**, Está indicado para el tratamiento de la constipación y como adyuvante en el tratamiento de las hemorroides, fisuras anales y otros procesos en los que se desea ablandar la consistencia de las heces.



STEVIA: Stevia o azúcar verde (*Stevia rebaudiana*), recomendable como sustituto de azúcar en diabéticos, ya que por contener pocas calorías no altera el metabolismo y además ayuda a regular las funciones del páncreas, facilita la digestión y funciones.