

Essential Micro

LC71

TRIPTÓFANO+ ESSENTIAL (60 cápsulas)

SUPLEMENTO NUTRICIONAL PARA SITUACIONES DE ESTRÉS, ANSIEDAD, APATIA Y COMPULSIONES ALIMENTARIAS ASOCIADAS A UN DEFICIT DE SEROTONINA CON TRIPTOFANO, LACTOBACILUS HELVETICUS, VITAMINA B3, VITAMINA B6 Y ZINC.

P.V.P
26€



INDICACIONES

- Estrés, ansiedad, cansancio, irritabilidad.
- Trastornos del sueño.
- Compulsiones alimentarias.
- Deshabitación de tabaco y medicamentos.

POSOLOGÍA

La posología solo se indica a título informativo y deberá ser adaptada a cada paciente según el criterio de un profesional de la salud.

Tomar 1 cápsula al día por la tarde.

L-TRIPTÓFANO

500mg.
por cápsula

Aminoácido precursor
de la serotonina.

LACTOBACILLUS HELVETICUS 50Bn

100mg.
por cápsula

Favorece la síntesis
intestinal de serotonina.

ZINC

1,9mg.
por cápsula

Cofactor de la síntesis
de serotonina.
Neuroprotector.
Antioxidante.

VITAMINA B3

8mg.
por cápsula

Cofactor de la síntesis
de serotonina.

VITAMINA B6

1,4mg.
por cápsula

Contribuye al
funcionamiento normal
del sistema nervioso y
a la función psicológica
normal.

NEUROMEDIADORES



Essential Micro

LC71

TRIPTÓFANO+ ESSENTIAL (60 cápsulas)

- L-Triptófano**, aminoácido precursor de la serotonina, es el componente principal de **TRIPTOFANO+ ESSENTIAL 60 cápsulas**. Es un aminoácido esencial presente en las proteínas de origen animal. Las causas de un déficit de triptófano pueden ser un insuficiente aporte con la dieta, alteraciones metabólicas, su utilización para la detoxificación hepática y trastornos que cursan con un mal estado de la pared intestinal. Es necesario para la formación de serotonina, que al transformarse en melatonina va a favorecer el sueño. También ayuda control del apetito. Del 90 al 95% de la serotonina se encuentra en la mucosa intestinal en concentraciones de 2 a 15mcg, mientras que en el encéfalo su concentración varía de acuerdo con el área analizada de 0.4 a 0.8mcg.
- Lactobacillus helveticus**, en 2016 se publicó un metanálisis que resume la evidencia de la relación entre probióticos y depresión. Dicho trabajo incluyó 5 ensayos clínicos aleatorizados con grupo control de los cuales uno de ellos incluía pacientes con depresión mayor y los otros cuatro incluyeron individuos no deprimidos. Los estudios fueron heterogéneos en cuanto a la cepa de probióticos evaluada, entre ellas Lactobacillus helveticus, la dosis y la duración de la intervención y el tipo de escala utilizada para medir la sintomatología depresiva. El metanálisis encuentra que el uso de probióticos redujo el riesgo de depresión en sujetos sanos (diferencia de medias=0.30, p=0.005) así como la sintomatología depresiva en sujetos deprimidos.
- Zinc**, cofactor de la síntesis de neuromediadores, neuroprotector y antioxidante.
- Vitamina B3**, cofactor de la síntesis de serotonina.
- Vitamina B6**, la vitamina B6 contribuye al funcionamiento normal del sistema nervioso y a la función psicológica normal. Es la vitamina más importante para procesar los aminoácidos. Participa en la síntesis de distintas aminas biogénicas como la histamina, la serotonina, dopamina, melatonina y adrenalina. Desempeña un importante papel en el transporte de los aminoácidos en el interior de las células.

VALORES NUTRICIONALES

	Por 1 cápsula	%VRN*
L-Triptófano	500 mg	-
Lactobacillus helveticus	100 mg	-
Zinc	1,9 mg	19%
Niacina	8 mg	50%
Vitamina B6	1,4 mg	100%

* %VRN: Valores de Referencia de Nutrientes.

PRESENTACIÓN

- Caja de 60 cápsulas de 847mg.

Bibliografía

•Reiter RJ, Manchester LC, Tan DX. Nutrition 2005 September; 21(9):920-4. •Kazemi, A., Noorbala, A., Azam, K., Eskandari, M. and Djafarian, K. (2018). Effect of probiotic and prebiotic vs placebo on psychological outcomes in patients with major depressive disorder: A randomized clinical trial. Clinical Nutrition. •Park, C., Brietzke, E., Rosenblat, J., Musial, N., Zuckerman, H., Raggiuett, R., Pan, Z., Rong, C., Fus, D. and McIntyre, R. (2018). Probiotics for the treatment of depressive symptoms: An anti-inflammatory mechanism?. Brain, Behavior, and Immunity, 73, pp.115-124. •Ng, Q., Peters, C., Ho, C., Lim, D. and Yeo, W. (2018). A meta-analysis of the use of probiotics to alleviate depressive symptoms. Journal of Affective Disorders, 228, pp.13-19.



8 436550 486285 >

T : 91 112 32 05 - 93 012 03 67 - ☎ 607 86 45 07 • pedidos@essentialdiet.es • www.essentialdiet.es

NEUROMEDIADORES