

# Essential Micro

## LC93

# MENOPAUSIA ESSENTIAL (30 cápsulas)

SUPLEMENTO NUTRICIONAL QUE CONTRIBUYE AL BIENESTAR FEMENINO DURANTE LOS PERIODOS DE PRE-MENOPAUSIA Y MENOPAUSIA.



## INDICACIONES

- Prevenición de los síntomas climatéricos de la menopausia: sofocos, sudores, aumento de peso, edemas, problemas circulatorios.
- Trastornos del humor (irritabilidad, depresión, fatiga nerviosa).
- Trastornos del sueño durante la menopausia.
- Prevenición a largo plazo de la pérdida ósea asociada a la menopausia.

## 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.

**1 cápsula al día por la noche.**

### E.S. DE DIOSCÓREA

Efecto progestágeno-like.

### E.S. DE SEMILLAS LINO

Estimulación de los receptores  $\alpha$  y  $\beta$  de los estrógenos.

### E.S. DE LÚPULO

Estimulación de los receptores  $\alpha$  y  $\beta$  de los estrógenos.

### E.S. DE SALVIA

Estimulación de receptores  $\alpha$  y  $\beta$  de los estrógenos.  
Relajante.

### E.S. CIMÍFUGA

Estimulación de receptores  $\alpha$  y  $\beta$  de los estrógenos.  
Mejora la calidad del sueño.  
Regulación del sistema nervioso.

### E.S. DE VALERIANA

Ansiolítico.  
Sedante.  
Mejora del sueño.

### MELATONINA

Conciliación y calidad del sueño.  
Regulación de los ciclos biológicos.  
Antioxidante.

### MAGNESIO

Regulación del sistema nervioso.  
Cofactor de la síntesis de neuromediadores.

### VITAMINA K2

Salud ósea.

### VITAMINA D3

Salud ósea.



Essential Micro

LC93

## MENOPAUSIA ESSENTIAL (30 cápsulas)

Entre los problemas más comunes en la menopausia encontramos:

- Trastornos del sueño asociados, a veces, con sudores nocturnos.
- Trastornos del humor con irritabilidad.
- Fatiga.
- Pérdida de la autoestima y disminución de la libido.
- Problemas de pérdida de masa ósea.
- Trastornos de la circulación venosa que pueden ir acompañados de varices, etc.

**MENOPAUSIA ESSENTIAL** está especialmente diseñado para mujeres durante la menopausia con el fin de reducir los trastornos físicos y psicológicos asociados y mejorar la calidad de vida de esta etapa.

### VALORES NUTRICIONALES

	Por 1 cápsula	%VRN*
Extracto seco de Lino	300 mg	-
- de los cuales: Secoisolariciresinol diglucósido	60 mg	-
Extracto seco de Alcachofa	150 mg	-
- de los cuales: Ácido valerianico	1,2 mg	-
Extracto seco de Dioscorea	120 mg	-
- de los cuales: Diosgeninas	19,2 mg	-
Extracto seco de Lúpulo	52 mg	-
- de los cuales: Rutina	0,05 mg	-
Extracto seco de Cimifuga	50 mg	-
- de los cuales: Glucósidos triterpénicos	1,25 mg	-
Extracto seco de Salvia	40 mg	-
- de los cuales: Ácido rosmarínico	1 mg	-
Magnesio	30,12 mg	8 %
Melatonina	1 mg	-
Vitamina K2	25 µg	33,33 %
Vitamina D3	20 µg	400 µg

\* %VRN: Valores de Referencia de Nutrientes.

**MENOPAUSIA ESSENTIAL** incluye en su composición:

- **Vitamina K2 y vitamina D3**, favorecen la absorción y fijación del calcio en los huesos.
- **Salvia**, regula el sistema nervioso central, es relajante y estimula los receptores  $\alpha$  y  $\beta$  estrogénicos, de forma que mejora los sofocos y otros síntomas asociados a la menopausia.
- **Valeriana**, favorece la relajación y el bienestar mental.
- **Melatonina**, con eficacia demostrada en casos de alteraciones de sueño y el ciclo circadiano. Antioxidante potente.
- **Semillas de lino**, que estimulan los receptores  $\alpha$  y  $\beta$  estrogénicos, lo que le mejoran los síntomas de la premenopausia y menopausia.
- **Lúpulo**, estimula los receptores  $\alpha$  y  $\beta$  estrogénicos. Posee una acción relajante reforzada por la presencia del magnesio.
- **Cimifuga**, cuya acción estrogénica se ha comprobado clínicamente, lo que le confiere un efecto regulador hormonal ayudando a combatir los síntomas de la menopausia.
- **Dioscorea**, contiene una sustancia, la diósgenina, que se emplea para regular los niveles de progesterona. Efecto progestégeno-like.
- **Magnesio**, implicado en el equilibrio nervioso, que permite disminuir el nerviosismo.

### PRESENTACIÓN

- Caja de 30 cápsulas de 917mg.

#### Bibliografía

• Saffron (Crocus sativus L.) and major depressive disorder: a metaanalysis of randomized clinical trials; Heather Ann Hausenblas, Ph.D., Debbie Saha, B.S., Pamela Jean DUBYAK, M.S., and Stephen Douglas Anton; J Integr Med. 2013 November ; 11(6): 377-383. • Black Cohosh. BENJAMIN KUGLER, M.D., M.P.H., Albert Einstein College of Medicine, New York, New York. Am Fam Physician. 2003 Jul 1;68(1):114-116. • Complementary and Alternative Medicine for Menopausal Symptoms: A Review of Randomized, Controlled Trials; Fredi Kronenberg, PhD, and Adriane Fugh-Berman, MD; Ann Intern Med. 2002;137:805-813. • Efficacy of Butcher's Broom in Chronic Venous Insufficiency. Chase C. HerbalGram. American Botanical Council 2003. • Huntley A, Ernst E.. A systematic review of the safety of black cohosh. Menopause, 10 (2003), pp. 58-64.



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

MUJER