

Resiliens Equilibri 60 Càpsules

EAN: 8437008750088 FABRICANTE: 100%NATURAL



Resiliens® Equilibri és un complement alimentari de la línia Resiliens® que ajuda l'organisme a gestionar millor l'estrès i a mantenir l'estabilitat emocional i el benestar físic i mental.

DESCRIPCIÓ

Està basat en la fórmula sinèrgica ADAPT-L, compost per una combinació de plantes adaptògenes (Ashwagandha, Esquisandra, Rodiola i Eleuterococo) i relaxants (Manzanilla) al costat de vitamina B5.

L'estrès és natural i necessari, però un excés pot afectar tot el nostre organisme, actua de forma diferent en cada persona i comença per causes molt diverses, com: excés de treball, elevada càrrega d'exercici físic, alimentació desequilibrada, temperatures extremes, pressió psicològica, etc.

El terme adaptogen s'utilitza per descriure una sèrie de substàncies naturals que tenen la capacitat de normalitzar les funcions del cos i enfortir els sistemes compromesos per l'estrès. Són substàncies que ajuden l'organisme a adaptar-se a les situacions d'estrès minimitzant-ne l'impacte. Els adaptògens ens ajuden a potenciar la nostra resiliència. La resiliència és la capacitat dels éssers humans per adaptar-se positivament a situacions adverses, sortint-ne més enriquit i amb més força.

Quan acumulem ansietat i estrès és fàcil que, a més, es presentin **trastorns del son**. En arribar la nit, quan l'organisme necessita descansar, els nivells de cortisol (hormona que secreta el cos en resposta a l'estrès o l'estat d'alerta) han de ser gairebé inexistents, així el cos es pot relaxar i és fàcil agafar el son. És l'activació del sistema nerviós, deguda a l'estrès, cosa que provoca que els nivells de cortisol a l'organisme romanguin elevats, dificultant el son i el descans nocturn.

Tot i això, al matí, en despertar-se, després d'haver-se completat el cicle del son, quan cal activar-se per poder realitzar les tasques diàries, els nivells de cortisol haurien d'augmentar significativament.

Els adaptògens, en tenir la capacitat de normalitzar les funcions del cos i ajudar-lo a adaptar-se i superar l'estrès, poden ajudar a normalitzar aquest cicle d'activitat, descans i recuperació.

Resiliens® Equilibri conté la fórmula sinèrgica ADAPT - L. Una combinació de plantes adaptògenes^{1,3,4,5} i relaxants^{1,2} amb àcid pantotènic (vitamina B5)⁶.

- L'Ashwagandha (1) ajuda a mantenir l'estabilitat emocional, i és molt útil en casos d'estrès



Resiliens Equilibri 60 Càpsules

EAN: 8437008750088 FABRICANTE: 100%NATURAL



temporal.

- L'Ashwagandha (1) i la Camamilla (2) ajuden a mantenir el benestar físic i mental, i contribueixen a la sensació de relaxació.
- La Camamilla ajuda també a mantenir un somni saludable.
- L'Ashwagandha (1), l'Eleuterococ (3), la Rhodiola (4) i l'Esquisandra (5) són plantes adaptògenes que actuen en sinergia al costat de l'àcid pantotènic (vitamina B5.)
- L'àcid pantotènic (6) contribueix al rendiment intel·lectual normal i a la síntesi i el metabolisme normal d'hormones esteroides com el cortisol, així com a disminuir el cansament i la fatiga.

Gràcies a la sinergia entre els components, ajuda l'organisme a gestionar millor l'estrès i a mantenir l'estabilitat emocional i el benestar físic i mental.

En desenvolupar la fórmula a Resiliens[®] Equilibri es va buscar aconseguir un efecte múltiple, que 1+1 no fossin 2, sinó 3 i que els seus efectes fossin d'acció ràpida. A Resiliens[®] Equilibri, s'ha buscat un efecte Sinèrgic entre tots els components. S'ha demostrat que en combinar diferents plantes adaptògenes en proporcions adequades es potencia l'efecte individual de cada planta.

Ingredients

- **Aswhagandha**

L' **Ashwagandha (*Whitania somnifera* (L.)** , també coneguda com a Cirera d'Hivern pel seu fruit vermell brillant, és un arbust llenyós originari de l'Índia, de la família de les Solanàcies (la mateixa família que el tomàquet i el goji). nom procedeix de la llengua sànscrita ("Ashva"= cavall, "gandha"=olor) i significa "aroma de cavall", a causa de l'olor que desprèn la seva arrel.

En què ens pot ajudar?

Els responsables dels efectes adaptògens de l'Ashwagandha són els Glucowithanòlids (whitanòlid A i B, i Whitiferina A), compostos bioactius responsables de l'acció. A la cultura Ayurvèdica, des de fa 3000 anys, han utilitzat les seves arrels i fulles com a suport durant situacions d'estrès agut.



Resiliens Equilibri 60 Càpsules

EAN: 8437008750088 FABRICANTE: 100%NATURAL



L' **Ashwagandha** ajuda a mantenir l'estabilitat emocional, i és molt útil en casos d'estrès temporal. Ajuda a mantenir el benestar físic i mental i contribueix a la sensació de relaxació.

- **Camamilla**

El gènere de les camamilles (*Matricaria* sp.) pertany a la família de les compostes (*Asteraceae*) i comprèn una gran quantitat d'espècies. Totes elles són herbàcies anuals i amb una aroma característica, creixen normalment en camps rics en nutrients. El gènere *Matricaria* deriva del llatí " *matrix* " que significa ventre, i fa referència al fet que la planta ha estat utilitzada com a capellà per a diferents trastorns femenins.

En concret, la *Matricaria chamomilla* L., també coneguda com camamilla de Castella, camamilla alemanya, dolça o cimarrona, és nativa de la regió dels Balcans, des d'on es va difondre a tot Europa i on és cultivada per al seu ús industrial. La seva tija i sumitats florides s'usen secs o frescos en infusions o extractes secs, els quals contenen sesquiterpenoides, carburs terpenics i flavonoides, entre molts altres compostos.

En què ens pot ajudar?

Ajuda a mantenir el benestar físic i mental i contribueix a la sensació de relaxació. La camamilla també ajuda a mantenir un somni saludable.

- **Esquisandra**

L' **Esquisandra (*Schisandra chinensis* (Turcz.) Baill.)** és un arbust caducifoli, dioic i trepador de flors solitàries que apareixen a finals d'estiu. Sol assolir els 8 m d'alçada. Si rasques la tija, es desprèn una aroma intensa semblant a la de la llima. Les baies es diuen "Wu wei zi" en mandarí, que significa "llavor de cinc sabors" ja que, entre la polpa, la pell i les llavors es combinen els cinc sabors clàssics que identifiquen la medicina xinesa tradicional.



Resiliens Equilibri 60 Càpsules

EAN: 8437008750088 FABRICANTE: 100%NATURAL



En què ens pot ajudar?

La part utilitzada de l' **Esquisandra** n'és el fruit. És una planta adaptògena que s'utilitza com a tònic i reconstituent. Podeu ajudar la capacitat d'una persona per adaptar-vos a l'estrès.

- **Rodiola**

La **Rodiola (*Rhodiola rosea* L.)** és una planta de la família Crassulaceae, pròpia de les regions fredes del planeta, per la qual cosa també se l'anomena Rosa polar. Les parts que contenen els principis actius són els rizomes i l'arrel.

Els extractes utilitzats en els estudis clínics estan estandarditzats principalment en rosavines (fenilpropanols) i en salidròsids (un derivat del feniletanol). L'extracte de rodiola inclòs a Resiliens[®] Equilibri és el SHR-5.

L'arrel de Rodiola té una història d'ús de milers d'anys: els antics grecs ja feien servir aquesta planta, els russos l'administraven als seus atletes i soldats, i fins i tot els vikings la feien servir habitualment pels seus efectes beneficiosos.

En què ens pot ajudar?

La **Rodiola** ajuda a adaptar-nos a l'estrès emocional i l'esforç físic. Té un efecte beneficiós sobre el sistema cardiovascular, ajudant a la protecció contra l'estrès. També té un efecte beneficiós en la fatiga i els mals de cap induïts per estrès, quan hi ha manca de gana o una disminució del rendiment a la feina. Millora l'estat de la ment i ajuda a mantenir la potència sexual.

- **Eleuterococ**

L' **Eleuterococo (*Eleutherococcus senticosus* Maxim.)** és una planta de la família Araliaceae que creix espontàniament als vessants de les muntanyes de Sibèria.



Resiliens Equilibri 60 Càpsules

EAN: 8437008750088 FABRICANTE: 100%NATURAL



Les parts actives són, l'arrel i el rizoma. Els components principals són glucans (eleuterans) i heteròsids de glucosa amb diferents aglicones (eleuteròsids).

En què ens pot ajudar?

L' **Eleuterococo** recolza les capacitats físiques i intel·lectuals en casos d'esgotament i cansament.

- **Àcid pantotènic**

L'àcid pantotènic o vitamina B5 contribueix al rendiment intel·lectual normal i a la síntesi i el metabolisme normal d'hormones esteroides com el cortisol, així com a disminuir el cansament i la fatiga.

Què té especial Resiliens® Equilibri?

Fabricat a Suècia per SHI (Swedish Herbal Institute) – Líder mundial a l'estudi de plantes adaptògenes, que des de 1975 ha desenvolupat productes basats en plantes adaptògenes amb resultats àmpliament documentats. Fórmula sinèrgica ADAPT-L, molt estudiada, on cada ingredient porta la quantitat adequada per al resultat perseguit.

Composició

2 càpsules de Resiliens® Equilibri contenen:

SHW-2 (Ashwagandha, <i>Withania somnifera</i> , extracte sec)	380 mg
SHC-1 (Poma, <i>Matricaria chamomilla</i> , extracte sec)	80 mg
ADAPT 232-S: Fórmula patentada d'extractes secs d'Esquisandra (<i>Schisandra chinensis</i> , fruit), Rodiola (<i>Rhodiola rosea</i> , arrel), Eleuterococo (<i>Eleutherococcus senticosus</i> , arrel) i Pantotenat de calci	30,6 mg
dels quals àcid pantotènic (vitamina B5)	9 mg (150% VRN*)

Ingredients



Resiliens Equilibri 60 Càpsules

EAN: 8437008750088 FABRICANTE: 100%NATURAL



SHW-2: extracte sec d'Ashwagandha (*Whitania somnifera* , arrel); agent de càrrega: cel·lulosa microcristal·lina; càpsula vegetal; SHC-1: extracte sec de Camamilla (*Matricaria chamomilla* , capítols florals); agent antiaglomerant: estearat de magnesi; ADAPT 232-S: complex patentat amb pantotenat de calci i extractes secs d'Esquisandra (*Schisandra chinensis* , fruita), Rodiola (*Rhodiola rosea* , arrel) i Eleuterococo (*Eleutherococcus senticosus* , arrel).

Utilització

De 2 a 4 càpsules al dia.

Dosi de manteniment : 2 càpsules al dia.

Dosi de reforç : 4 càpsules al dia, en dues preses.

Precaucions

No recomanat per a nens menors de 12 anys, dones embarassades o en període de lactància.

