

Resiliens Balance 60 Cápsulas

EAN: 8437008750088 FABRICANTE: 100%NATURAL



Resiliens® Equilibrio é um suplemento alimentar da linha Resiliens® que ajuda o corpo a gerir melhor o stress e a manter a estabilidade emocional¹ e o bem-estar físico e mental.

DESCRIPCIÓN

Baseia-se na fórmula sinérgica ADAPT-L, composta por uma combinação de plantas adaptogénicas (Ashwagandha, Schisandra, Rhodiola e Eleutherococcus) e relaxantes (Camomila) juntamente com vitamina B5.

O estresse é algo natural e necessário, mas o excesso pode afetar todo o nosso corpo, ele atua de maneira diferente em cada pessoa e começa por causas muito diversas, como: excesso de trabalho, alta carga de exercícios físicos, alimentação desequilibrada, temperaturas extremas, pressão psicológica, etc. .

O termo adaptógeno é usado para descrever uma série de substâncias naturais que têm a capacidade de normalizar as funções do corpo e fortalecer sistemas comprometidos pelo estresse. São substâncias que ajudam o organismo a se adaptar a situações estressantes, minimizando seu impacto. Os adaptógenos nos ajudam a aumentar nossa resiliência. Resiliência é a capacidade do ser humano de se adaptar positivamente a situações adversas, emergindo delas mais enriquecido e mais forte.

Quando acumulamos ansiedade e estresse, é fácil que **também ocorram distúrbios do sono**. Quando chega a noite, quando o corpo precisa descansar, os níveis de cortisol (hormônio secretado pelo corpo em resposta ao estresse ou ao estado de alerta) devem ser quase inexistentes, dessa forma, o corpo pode relaxar e é fácil adormecer. É a ativação do sistema nervoso, devido ao estresse, que faz com que os níveis de cortisol no corpo permaneçam elevados, dificultando o sono e o descanso noturno.

Porém, pela manhã, ao acordar, após a conclusão do ciclo do sono, quando é necessário se ativar para realizar as tarefas diárias, os níveis de cortisol devem aumentar significativamente.

Os adaptógenos, por terem a capacidade de normalizar as funções do corpo e ajudá-lo a se adaptar e superar o estresse, podem ajudar a normalizar este ciclo de atividade, descanso e recuperação.

Resiliens® Equilibrio contém a fórmula sinérgica ADAPT - L. Uma combinação de plantas adaptogénicas ^{1,3,4,5} e relaxantes ^{1,2} com ácido pantoténico (vitamina B5) ⁶ .



Resiliens Balance 60 Cápsulas

EAN: 8437008750088 FABRICANTE: 100%NATURAL



- Ashwagandha (1) ayuda a manter a estabilidade emocional, sendo muito útil em casos de estresse temporário.
- Ashwagandha (1) e Camomila (2) ajudam a manter o bem-estar físico e mental e contribuem para uma sensação de relaxamento.
- A camomila também ajuda a manter um sono saudável.
- Ashwagandha (1), Eleutherococcus (3), Rhodiola (4) e Schisandra (5) são plantas adaptogênicas que atuam em sinergia com o ácido pantotênico (vitamina B5).
- O ácido pantotênico (6) contribui para o desempenho intelectual normal e para a síntese e metabolismo normais de hormônios esteróides como o cortisol, além de reduzir o cansaço e a fadiga.

Graças à sinergia entre os seus componentes, ajuda o corpo a gerir melhor o stress e a manter a estabilidade emocional e o bem-estar físico e mental.

Ao desenvolver a fórmula em Resiliens® Equilibrio, procuramos alcançar um efeito múltiplo, para que 1 + 1 não fosse 2, mas 3 e que seus efeitos fossem de ação rápida. No Resiliens® Equilibrio, buscou-se um efeito sinérgico entre todos os componentes. Foi demonstrado que ao combinar diferentes plantas adaptogênicas em proporções adequadas, o efeito individual de cada planta é potenciado.

Ingredientes

- **Aswhagandha**

Ashwagandha (*Whitania somnifera* (L.) , também conhecida como Cereja de Inverno por seus frutos vermelhos brilhantes, é um arbusto lenhoso nativo da Índia, da família Solanaceae (mesma família do tomate e do goji). O nome vem da língua sânscrita ("Ashva" = cavalo, "gandha" = cheiro) e significa "aroma de cavalo", devido ao cheiro exalado pela sua raiz.

Como você pode nos ajudar?

Os responsáveis pelos efeitos adaptogênicos da Ashwagandha são os Glucowithanolides (whitanolide A e



Resiliens Balance 60 Cápsulas

EAN: 8437008750088 FABRICANTE: 100%NATURAL



B, e Whitaferin A), compostos bioativos responsáveis pela ação. Na cultura ayurvédica, há 3.000 anos, suas raízes e folhas têm sido utilizadas como suporte em situações de estresse agudo.

Ashwagandha ajuda a manter a estabilidade emocional, sendo muito útil em casos de estresse temporário. Ajuda a manter o bem-estar físico e mental e contribui para uma sensação de relaxamento.

- **Camomila**

O gênero das camomilas (*Matricaria* sp.) pertence à família Compositae (*Asteraceae*) e inclui um grande número de espécies. Todas são plantas herbáceas anuais com aroma característico e normalmente crescem em campos ricos em nutrientes. O gênero *Matricaria* deriva do latim “*matriz*” que significa útero, e refere-se ao fato da planta ter sido utilizada como cura para diversos distúrbios femininos.

Especificamente, a *Matricaria chamomilla* L., também conhecida como camomila de Castela, camomila alemã, doce ou marrom, é nativa da região dos Balcãs, de onde se espalhou pela Europa e onde é cultivada para uso industrial. Seu caule e pontas floridas são utilizados secos ou frescos em infusões ou extratos secos, que contêm sesquiterpenóides, carbonetos de terpênicos e flavonóides, entre muitos outros compostos.

Como você pode nos ajudar?

Ajuda a manter o bem-estar físico e mental e contribui para uma sensação de relaxamento. A camomila também ajuda a manter um sono saudável.

- **Schisandra**

Schisandra (*Schisandra chinensis* (Turcz.) Baill.) é um arbusto trepador decíduo, dióico, com flores solitárias que aparecem no final do verão. Geralmente atinge 8 m de altura. Se você coçar o caule, libera-se um aroma intenso semelhante ao da lima. Os frutos silvestres são chamados de “Wu wei zi” em



Resiliens Balance 60 Cápsulas

EAN: 8437008750088 FABRICANTE: 100%NATURAL



mandarim, que significa “semente dos cinco sabores” porque, entre a polpa, a casca e as sementes, se combinam os cinco sabores clássicos que identificam a medicina tradicional chinesa.

Como você pode nos ajudar?

A parte utilizada da **Schisandra** é a fruta. É uma planta adaptogênica utilizada como tônico e restaurador. Pode ajudar a capacidade de uma pessoa se adaptar ao estresse.

- **rodiola**

A **Rhodiola (Rhodiola rosea L.)** é uma planta da família Crassulaceae, típica das regiões frias do planeta, por isso também é chamada de Rosa Polar. As partes que contêm os princípios ativos são os rizomas e a raiz.

Os extratos utilizados em estudos clínicos são padronizados principalmente em rosavinas (fenilpropanóis) e salidrosideos (um derivado do feniletanol). O extrato de rodiola incluído no Resiliens[®] Equilibrio é SHR-5.

A raiz de Rhodiola tem uma história de utilização que remonta a milhares de anos: os antigos gregos já usavam esta planta, os russos administravam-na aos seus atletas e soldados, e até os vikings usavam-na regularmente pelos seus efeitos benéficos.

Como você pode nos ajudar?

Rhodiola nos ajuda a nos adaptar ao estresse emocional e ao esforço físico. Tem um efeito benéfico no sistema cardiovascular, ajudando a proteger contra o stress. Também tem um efeito benéfico na fadiga e nas dores de cabeça induzidas pelo estresse, quando há falta de apetite ou diminuição do desempenho no trabalho. Melhora o estado de espírito e ajuda a manter a potência sexual.

- **Eleuterococo**



Resiliens Balance 60 Cápsulas

EAN: 8437008750088 FABRICANTE: 100%NATURAL



Eleutherococcus (*Eleutherococcus senticosus* Maxim.) é uma planta da família *Araliaceae* que cresce espontaneamente nas encostas das montanhas da Sibéria.

As partes ativas são a raiz e o rizoma. Os principais componentes são glucanos (eleuteranos) e heterósidos de glicose com diferentes agliconas (eleuterósidos).

Como você pode nos ajudar?

Eleutherococcus apoia as capacidades físicas e intelectuais em casos de exaustão e cansaço.

- ácido pantotênico

O ácido pantotênico ou vitamina B5 contribui para o desempenho intelectual normal e para a síntese e metabolismo normais de hormônios esteróides como o cortisol, além de reduzir o cansaço e a fadiga.

O que há de especial no Resiliens® Equilibrio?

Fabricado na Suécia pelo SHI (Swedish Herbal Institute) – Líder mundial no estudo de plantas adaptogénicas, que desde 1975 desenvolve produtos à base de plantas adaptogénicas com resultados amplamente documentados. Fórmula sinérgica ADAPT-L, muito estudada, onde cada ingrediente tem a quantidade adequada para o resultado desejado.

Composição

2 cápsulas de Resiliens® Balance contêm:

SHW-2 (Ashwagandha, <i>Withania somnifera</i> , extrato seco)	380mg
SHC-1 (Camomila, <i>Matricaria chamomilla</i> , extrato seco)	80mg
ADAPT 232-S: Fórmula patenteada de extratos secos de Schisandra (<i>Schisandra chinensis</i> , fruta), Rhodiola (<i>Rhodiola rosea</i> , raiz), Eleutherococcus (<i>Eleutherococcus senticosus</i> , raiz) e pantotenato de cálcio	30,6 mg
dos quais ácido pantotênico (vitamina B5)	9 mg (150% VRN*)



Resiliens Balance 60 Cápsulas

EAN: 8437008750088 FABRICANTE: 100%NATURAL



Ingredientes

SHW-2: extrato seco de Ashwagandha (*Withania somnifera* , raíz); agente de volume: celulose microcristalina; cápsula vegetal; SHC-1: extrato seco de Camomila (*Matricaria chamomilla* , capítulos florais); agente antiaglomerante: estearato de magnésio; ADAPT 232-S: complexo patentado com pantotenato de cálcio e extratos secos de Schisandra (*Schisandra chinensis* , fruta), Rhodiola (*Rhodiola rosea*, raíz) e Eleutherococcus (*Eleutherococcus senticosus* , raíz).

Instruções de uso

2 a 4 cápsulas por dia.

Dose de manutenção : 2 cápsulas por dia.

Dose de reforço : 4 cápsulas ao dia, em duas doses.

Precauções

Não recomendado para crianças menores de 12 anos, mulheres grávidas ou lactantes.

