

## Holofit Suporte Gamer 50 Caps

EAN: 8436612680040 FABRICANTE: EQUISALUD



*O Holofit® Gamer's Support foi projetado para atender às necessidades dos jogadores e de qualquer pessoa que procure atividade cerebral extra que exija atenção e acuidade mental.*

### DESCRIPCIÓN

#### O que é o Suporte Holofit® Gamer e para que serve?

É um suplemento alimentar formulado com galanga, cafeína de ação prolongada, ginseng americano e sálvia. Aumenta o desempenho e a resistência física.

Os componentes desta formulação apresentam múltiplos benefícios para o cérebro, pois apoiam o estado de alerta e concentração mental, estimulam a concentração em tarefas específicas, apoiam a memória e podem melhorar a atividade locomotora e a coordenação. Além disso, aumentam a produção de acetilcolina e dopamina, o que leva ao aumento da atividade cerebral. Também foi demonstrado que os componentes do Holofit® Gamer's Support podem aumentar a resistência ao esforço e o desempenho nas atividades físicas, o que pode ajudar a queimar o excesso de gordura.

A formulação também tem efeito positivo na produção de antioxidantes cerebrais, como SOD, catalase e glutatona e diminui a atividade da enzima MAO, resultando em menor peroxidação lipídica. Além disso, amplifica os benefícios nootrópicos da cafeína.

A ação desta fórmula dura aproximadamente oito a dez horas, sem efeito rebote, graças à presença de EnXtra® e cafeína de ação prolongada. Além disso, o extrato específico de Panax quinquefolius e Salvia officinalis, ambos com eficácia científica comprovada, combinam-se para atuar como um grande adaptógeno e estimulante mental, mantendo a atividade cerebral e prevenindo a fadiga.

#### Qual é a composição do Suporte Holofit® Gamer?

Xtra™ (Alpinia galanga (L.) Willd.) 100 mg/cap.

CaffXtend® (cafeína de longa ação) 100 mg/cap.

Cafeína 50 mg/cápsula.

Ginseng americano (Panax quinquefolius L.) 70 mg/cap.

Sálvia (Salvia ou cinalis L.) 30 mg/cap.



## Holofit Suporte Gamer 50 Caps

EAN: 8436612680040 FABRICANTE: EQUISALUD



### ENXTRATM (EXTRATO DE ALPINIA GALANGA)

A galanga maior (*Alpinia galanga*) é uma planta nativa do Sudeste Asiático que tem sido usada como alimento e planta medicinal há milhares de anos. Nos conventos, tem sido considerada uma planta milagrosa no tratamento de diversas enfermidades como artrose, reumatismo, dores musculares, entorses, problemas digestivos, esgotamento, fadiga, estimulando o apetite e a circulação, entre outras. É uma planta adaptogênica de composição complexa que lembra o gengibre, tanto na aparência quanto no sabor penetrante que lembra pimenta preta e pinho. A parte utilizada é o rizoma e, por sua semelhança com o gengibre, é conhecido como 'gengibre tailandês'. EnXtra™ é um extrato de *Alpinia* que foi cientificamente estudado, aprofundado e padronizado. Sem efeitos colaterais e sem efeito rebote. Produz sinergias eficazes e estudadas com a cafeína. Contém 3% de polifenóis totais, 4% de flavonóides, 20% de polissacarídeos e 1% de taninos pirocatecólicos. Este extrato é obtido de forma sustentável e cultivado nas montanhas sem pesticidas, sendo colhido manualmente. Sua identificação botânica é baseada no estudo do DNA da espécie e é cultivada na Índia.

Os efeitos deste composto são diversos e são descritos a seguir:

- **Função cognitiva:** apoia o estado de alerta mental, a atenção e ajuda a melhorar a capacidade de memorização. Além disso, não apresenta efeito rebote e não foram observados efeitos adversos.
- **Função cerebral:** Tem efeito neuroprotetor cerebral. É um estimulante do sistema nervoso central. Suporta atividade locomotora e coordenação. Regula a diminuição da acetilcolinesterase, que aumenta a acetilcolina e, portanto, a atividade cerebral. Regula a diminuição da monoamina oxidase (MAO), o que implica maior atividade mental. Estimula a dopamina bloqueando a sua absorção, o que resulta em clareza mental, maior desempenho e melhor estado de alerta.
- **Defesas antioxidantes:** Estimula enzimas antioxidantes no cérebro, como superóxido dismutase (SOD), catalase (CAT) e glutatona peroxidase (GPx). Repõe os níveis de glutatona. Reduz a peroxidação lipídica.
- **Outros efeitos:** Suporta parâmetros cardiometabólicos saudáveis. Possui atividade imunoestimulante.
- **Sinergias:** Em combinação com a cafeína, *Alpinia galanga* apoia a atenção sustentada. Em combinação com a cafeína, a *Alpinia galanga* apoia a atenção sustentada.

Foi realizado um estudo controlado por placebo para avaliar a segurança e os benefícios a longo prazo de *Alpinia galanga* na acuidade mental. O estudo envolveu 68 indivíduos jovens e saudáveis durante um período de 12 semanas. Vários parâmetros foram avaliados, como segurança cardiovascular, alterações no estado de alerta e calma, distúrbios do sono, sonolência diurna, esforço físico no ciclismo, força de



## Holofit Suporte Gamer 50 Caps

EAN: 8436612680040 FABRICANTE: EQUISALUD



preensão manual e parâmetros metabólicos. Os resultados do estudo mostraram que não houve alterações nos parâmetros hemodinâmicos, enquanto o estado de alerta e a calma aumentaram significativamente. Além disso, a sonolência diurna foi reduzida e a qualidade do sono foi mantida. Não foram observadas alterações na frequência cardíaca ou na pressão arterial.

### CAFFXTENDTM (CAFEÍNA DE AÇÃO LONGA)

Apresenta efeitos positivos semelhantes aos da cafeína sem liberação prolongada, mas sem efeito rebote como dor de cabeça, ansiedade, insônia e nervosismo, entre outros. A cafeína de liberação prolongada é liberada lentamente durante um período de oito a dez horas, com pico em quatro horas. Em estudos científicos foi observado que a cafeína de liberação lenta mantém melhor o estado de alerta, reduz a sensação de cansaço, melhora o humor geral, reduz a sensação de nervosismo e tensão, entre outros efeitos positivos. Além disso, não produz efeitos colaterais, efeitos rebote ou fadiga subsequente. Também foi demonstrado que ajuda na perda do excesso de massa gorda. Concluindo, a combinação de Alpinia galanga com cafeína de liberação prolongada apresenta sinergias eficazes para apoiar a atenção sustentada e melhorar vários aspectos relacionados com a acuidade mental e o bem-estar geral.

### GINSENG AMERICANO (PANAX QUINQUEFOLIUS)

O ginseng americano ou ginseng vermelho (*Panax quinquefolius*) tem uma ação, tanto cerebral quanto geral, diferente do ginseng asiático. Neste caso, o ginseng americano é utilizado pelo seu efeito calmante e redutor do estresse, além de seus notáveis efeitos inotrópicos. Seu uso está respaldado em três estudos científicos e inúmeras revisões bibliográficas. As conclusões destes estudos são as seguintes: Melhora a atividade estimulante da memória e da aprendizagem, bem como a atenção e a fadiga. Também melhora a autoestima e aumenta a resistência como um bom adaptógeno. Possui efeitos neurotróficos e neuroprotetores devido à melhora da atividade colinérgica. Aumenta a captação de colina nas terminações colinérgicas centrais. Inibe a acetilcolinesterase, que causa aumento da memória e concentração. Melhora a saúde do microbioma intestinal, aumentando as gorduras de cadeia curta no intestino. A interação bidirecional entre o intestino e o sistema nervoso central sugere que este aumento nas gorduras de cadeia curta pode ser uma causa indireta do aumento da função cognitiva e da modulação da neurotransmissão. Os ginsenosídeos regulam a neurotransmissão GABAérgica e aumentam a utilização da glicose, reduzindo assim o lactato e o piruvato, demonstrando um aumento do metabolismo cerebral eficiente. Da mesma forma, aumenta a dopamina e a norepinefrina no córtex cerebral, melhorando a transmissão nervosa. Entre os benefícios do ginseng americano estão a diminuição do tempo de reação e da velocidade de memória, além da redução do cansaço mental, do estresse e da melhora do humor, tanto a curto como a longo prazo desde a primeira hora.



## Holofit Suporte Gamer 50 Caps

EAN: 8436612680040 FABRICANTE: EQUISALUD



### SÁVIA (SÁLVIA OFFICINALIS)

A salva (*Salvia officinalis*), uma planta historicamente utilizada na cultura europeia para múltiplas condições, demonstrou recentemente num estudo científico ter poderosos efeitos nootrópicos. O consumo de extratos desta planta pode melhorar a memória, a atenção e a velocidade de processamento cognitivo. Além disso, observou-se que os extratos de *Salvia officinalis* possuem propriedades antioxidantes e antiinflamatórias que podem contribuir para seus efeitos protetores no cérebro. Estas descobertas apoiam o uso tradicional da *Salvia officinalis* para melhorar a função cognitiva e sugerem que poderia ser uma opção segura e eficaz para complementar outras abordagens aos cuidados cognitivos.

### **Quais são os benefícios do Suporte Holofit® Gamer?**

O Holofit® Gamer's Support apoia o estado de alerta mental e a concentração, estimula a concentração em tarefas específicas, apoia a memória e pode melhorar a atividade locomotora e a coordenação.

A combinação de *Alpinia galanga* com cafeína de libertação prolongada apresenta sinergias eficazes para apoiar a atenção sustentada e melhorar vários aspectos relacionados com a acuidade mental e o bem-estar geral.

O ginseng americano é usado por seu efeito indutor de calma e redução do estresse.

### **Como contratar o Suporte Holofit® Gamer?**

Tomar 2 ou 3 cápsulas antes de iniciar a atividade, tendo em conta que a ação dura cerca de 8 a 10 horas.

### **PRECAUÇÕES, AVISOS CONTRA-INDICAÇÕES**

Consulte o seu médico ou farmacêutico se estiver fazendo tratamento para diabetes. Contém cafeína (150 mg em 3 cápsulas). Não recomendado para crianças ou mulheres grávidas.

