

Menopausia

Salud femenina

Hay distintas etapas a lo largo de la vida de la mujer en las que varían las necesidades fisiológicas. En Botanica Works hemos diseñado una línea específica para mejorar la calidad de vida en la mujer.

La soja fermentada aporta isoflavonas en su forma activa sin necesidad del proceso digestivo, de modo que su absorción y efecto son rápidos. El proceso de la fermentación mejora la digestibilidad, reduce la actividad de los fitatos y transforma las isoflavonas de su forma no absorbible en su forma biológicamente biodisponible y activa.

Además de las isoflavonas contiene el resto de constituyentes naturales de la soja como proteínas, fosfolípidos, carbohidratos, fitosteroles, saponinas, fitatos, beta-glucanos que ayudan a su absorción.

El *Lithothamnium calcareum* aporta un 30% de calcio procedente de carbonato cálcico, es de especial interés si consideramos que los trastornos de la menopausia con mucha frecuencia están asociados a una densidad ósea menor.

Indicaciones:

- Combate los síntomas de la menopausia como inestabilidad emocional, ansiedad, insomnio, sofocos y sudación excesiva, dolores de cabeza... gracias a su contenido de: 4,44mg genisteína, 3,78mg genistina, 2,64mg daizdina, 12,24mg daizdeína, 0,96mg gliciticina y 0,18 mg giciteína
- Favorece la absorción del calcio ya que sus ingredientes ayudan a mantener la densidad ósea, entre los cuales se encuentra: Calcio orgánico (120mg + 72 oligoelementos), Vitamina D3 (2,5 µg) y Vitamina K2 (37,5 µg).

Composición por 1 cápsula

| | | |
|---------------------|--------------------|------------|
| Alga Litotamo | 400mg | 30% calcio |
| Calcio | 120mg | 15% VRN* |
| Soja fermentada | 80mg | |
| Isoflavonas de soja | 60mg | |
| | 4,44mg genisteína | |
| | 3,78mg genistina | |
| | 2,64mg daizdina | |
| | 12,24mg daizdeína | |
| | 0,96mg gliciticina | |
| | 0,18mg giciteína | |
| Vitamina D3 | 2,5 µg | 50% VRN* |
| Vitamina K2 | 37,5 µg | 50% VRN* |

*VRN: Valor de Referencia de Nutrientes



PRESENTACIÓN: Envase con 30 cápsulas
MODO DE EMPLEO: Tomar una cápsula al día

Lithothamnium Calcareum

Es un alga roja que vive en los fondos marinos muy rica en oligoelementos, con enorme capacidad para concentrar todos los elementos del agua de mar.

Aporta un 30% de calcio procedente de carbonato cálcico, esto es de especial interés si consideramos que los trastornos de la menopausia con mucha frecuencia están asociados a una **densidad ósea menor**. Cabe destacar que el calcio procedente de **Lithothamnium** es de origen natural, con gran biodisponibilidad para ser asimilado por el organismo humano. Además aporta otros oligoelementos como el magnesio que ayuda a mantener el equilibrio de calcio con respecto a otros electrolitos, evitando que se acumule y forme depósitos o cálculos renales y favoreciendo su fijación en huesos y dientes

Bibliografía

1. LaPlante KL, Sarkisian SA, Woodmansee S, Rowley DC, Seeram NP. Effects of cranberry extracts on growth and biofilm production of *Escherichia coli* and *Staphylococcus* species. *Phytother Res*. 2012 Sep;26(9):1371-4. doi: 10.1002/ptr.4592. Epub 2012 Feb 1.

El arándano rojo puede tener efectos beneficiosos contra el crecimiento y la capacidad de producción de biofilm de bacterias Gram-positivas.

2. Fullerton M, Khatiwada J, Johnson JU, Davis S, Williams LL. Determination of antimicrobial activity of sorrel (*Hibiscus sabdariffa*) on *Escherichia coli* O157:H7 isolated from food, veterinary, and clinical samples. *J Med Food*. 2011 Sep;14(9):950-6. doi: 10.1089/jmf.2010.0200. Epub 2011 May 6.

El hibisco fue efectivo en todos los niveles en la inhibición de *E. coli* O157: H7, por lo que posee actividad antimicrobiana.

3. Schmidt E, Wanner J, Hiiferl M, Jirovetz L, Buchbauer G, Gochev V, Girova T, Stoyanova A, Geissler M. Chemical composition, olfactory analysis and antibacterial activity of *Thymus vulgaris* chemotypes geraniol, 4-thujanol/terpinen-4-ol, thymol and linalool cultivated in southern France. *Nat Prod Commun*. 2012 Aug;7(8):1095-8.

T. vulgaris tiene un efecto antimicrobiano potente útil para ser empleados como aditivos en los productos alimenticios, así como para aplicaciones terapéuticas.

4. Abu-Darwish MS, Al-Ramamneh EA, Kyslychenko VS, Karpiuk UV. The antimicrobial activity of essential oils and extracts of some medicinal plants grown in Ash-shoubak region - South of Jordan. *Pak J Pharm Sci*. 2012 Jan;25(1):239-46.

Salvia officinalis mostró actividad contra cepas de *E. coli*.

5. Krajewska-Kulak E, Lukaszuk C, Niczyporuk W. [Effects of 33% grapefruit extract on the growth of the yeast-like fungi, dermatophytes and moulds][Article in Polish]. *Wiad Parazytol*.2001; 47(4):845-9

El extracto de pomelo es capaz de ejercer una potente actividad antifúngica

6. Tampieri MP, Galuppi R, Macchioni F, Carelle MS, Falcioni L, Cioni PL, Morelli I. The inhibition of *Candida albicans* by selected essential oils and their major components. *Mycopathologia*.2005.Apr; 159 (3): 339-45

Muchos aceites volátiles, entre ellos el de orégano, poseen propiedades antifúngicas y son potencialmente aplicables como agentes antimicóticos.

7. Giordani R, Cardenas ML, Moulin-Traffort J, Regli P. Fungicidal activity of latex sap from *Carica papaya* and antifungal effect of D(+)-glucosamine on *Candida albicans* growth. *Mycoses*.1996 Mar-Apr;39(3-4):103-10

La papaya inhibe el crecimiento de *Candida albicans*

8. Mikhail MS, Palan PR, Basu J, Anyaegbunam A, Romney SL. Decreased beta-carotene levels in exfoliated vaginal epithelial cells in women with vaginal candidiasis. *Am J Reprod Immunol*. 1994 Oct; 32(3): 221-5

La disminución de los niveles de beta-caroteno, y posiblemente otros antioxidantes, pueden alterar la respuesta inmune local dando lugar a alteraciones en la flora vaginal, crecimiento excesivo de candida, y el desarrollo de la candidiasis vaginal.

9. Dalben-Dota KF, Faria MG, Bruschi ML, Peloso SM, Lopes- Consolaro ME, Svidzinski TI. Antifungal activity of propolis extract against yeasts isolated from vaginal exudates. *Altern Complement Med*. 2010 Mar;16(3):285-90. doi: 10.1089/acm.2009.0281.

El extracto de própolis mostró un excelente rendimiento frente a las cepas de hongos vaginales, y podría ser incluido entre las nuevas opciones terapéuticas para el tratamiento de la candidiasis vulvo-vaginal.

10. Molla MD, Hidalgo-Mora JJ, Soteras MG. Phytotherapy as alternative to hormone preplacement therapy. *Frontiers in bioscience (Schol Ed)*. 2011 Jan 1;3:191-204

La fitoterapia constituirá una opción terapéutica que puede ofrecer asistencia a las mujeres que desean mejorar su calidad de vida a través del alivio de los síntomas vasomotores o beneficiarse de otros efectos para su salud.

11. Castelo-Branco C, Cancelo Hidalgo MJ. Climacteric. Isoflavones: effects in bone health. 2011 Apr;14(2):204-11. Epub 2010 Nov 17.

Las isoflavonas parecen estimular la formación de hueso osteoblástico e inhibir la resorción ósea osteoclástica

12. Bawa S. The significance of soy protein and soy bioactive compounds in the prophylaxis and treatment of osteoporosis. *Journal of Osteoporosis*. 2010 Mar 8;2010:891058.

Las isoflavonas de soja pueden tener beneficios potenciales para los huesos.

13. Aslam MN, Kreider JM, Paruchuri T, Bhagavathula N, DaSilva M, Zernicke RF, Goldstein SA, Varani J. Calcified Tissue International. A mineral-rich extract from the red marine algae *Lithothamnium calcareum* preserves bone structure and function in female mice on a Western-style diet. 2010 Apr;86(4):313-24.

Los minerales derivados de algas rojas marinas se pueden usar para prevenir la pérdida progresiva de minerales óseos junto con el calcio. La suplementación mineral podría usarse como parte de una estrategia de prevención de la osteoporosis.