

Espirulina

A.S.N.



Tipo de producto

Suplemento dietético

Composición

100 Cápsulas de 500 mg. Espirulina pura (*Arthrospira platensis*) cultivada en agua dulce mineralizada, cápsula vegetal. Contiene proteínas (50-70%), vitaminas (A, E, D, B1, B2, B3, B6, B12), minerales (hierro, magnesio, manganeso, fósforo, potasio, sodio, zinc, selenio), aminoácidos esenciales, ácidos grasos esenciales (ácido gamma-linolénico), antioxidantes (betacaroteno, ficocianina, vitamina E, zinc, selenio, superóxido dismutasa) y clorofila.

Indicaciones

Complemento de una dieta desequilibrada, deficiencias nutricionales, para deportistas (mejora resistencia, rendimiento, recuperación muscular, reduce calambres y fatiga), combatir cansancio y fatiga mental, activar desintoxicación del organismo (riñones e hígado), propiedades hipolipemiantes y antiinflamatorias, aliada de la vista, beneficio para la flora intestinal, ayuda al sistema inmunológico, ayuda en estados anémicos (aporte de hierro), control de peso (regula metabolismo, reduce apetito), potente antioxidante, antianémico, problemas de estreñimiento, ayuda a regular el funcionamiento del hígado, estimula el sistema inmunitario, combate envejecimiento celular y arterioesclerosis, previene formación de trombos. Recomendada en casos de anemia o desnutrición, embarazo, y épocas de crecimiento.

Posología

Dosis recomendada: 6 cápsulas al día, dos en cada toma (3 gramos diarios). En casos de dietas desequilibradas o grandes deficiencias, se puede aumentar hasta 12 cápsulas al día (6 gramos diarios). Se puede iniciar con 1 gramo diario (2 cápsulas de 500 mg) con el almuerzo o cena, durante al menos 12 semanas. Mejor consumir por la mañana y al mediodía, justo antes o durante las comidas.

Precauciones

No superar la dosis diaria recomendada. Los suplementos alimenticios no deben usarse como sustituto de una dieta equilibrada. Mantener fuera del alcance de los niños. Obtener espirulina de proveedores de confianza para evitar contaminación con toxinas o metales pesados. Precaución si se toman anticoagulantes (contiene vitamina K, puede aumentar riesgo de sangrado) o medicamentos para la glucosa (posibles interacciones). Se recomienda precaución en caso de embarazo y lactancia.

Contraindicaciones

Personas con fenilcetonuria (contiene fenilalanina). Personas con enfermedades autoinmunes (lupus, esclerosis múltiple, artritis reumatoide), ya que podría estimular el sistema inmunológico. Alergias a la espirulina. La espirulina cultivada en agua de mar contiene yodo, lo que no es apto para personas con hipotiroidismo, sin embargo, la Espirulina A.S.N. es cultivada en agua dulce y no contiene yodo, por lo que es apta para hipotiroidismo.

Datos técnicos

EAN	8437004195005
Formato	100 cápsulas de 500 mg en botella.
Tipo	Suplemento dietético
Peso / Volumen	50 grs.
Apto para	Deportistas, dietas vegetarianas y veganas (aunque la biodisponibilidad de B12 puede ser limitada), personas con hipotiroidismo (al no contener yodo).
País de origen	España
Laboratorio	ASN LEADER, S.L.
Nº Registro	

*** Información técnica destinada a profesionales. Basada en el etiquetado visible del producto.*