

Brain Shake Eco

Valoración del Producto:

Brain Shake es un batido cuidadosamente formulado para aportar un conjunto de nutrientes que el sistema nervioso necesita para fomentar un elevado estado de alerta, claridad mental, mejora en la memoria y energía estable. Los súper alimentos que componen este shake han sido cuidadosamente estudiados y utilizados a lo largo de la historia por diferentes culturas por sus notables beneficios para la salud.

Brain Shake es un alimento de la máxima calidad para el cerebro y todo el sistema nervioso otorgándole las vitaminas, oligoelementos y fitoquímicos que le permiten mantenerse alerta, concentrado y bien nutrido para hacer frente a todo tipo de situaciones de estrés.

Brain Shake es un batido ideal para consumir a diario por toda persona que necesite aprovechar al máximo su capacidad mental y para quien quiera disponer de una ventaja extra para afrontar los desafíos de la vida moderna.

La **lúcuma** es una fruta que destaca por su alto contenido de vitaminas del grupo B por lo que suele ser recomendada por la medicina natural para equilibrar el sistema nervioso y combatir ciertas depresiones. Por su riqueza en hierro colabora en la renovación de las células sanguíneas, posibilitando el transporte de oxígeno desde los pulmones hacia los diferentes órganos, como el cerebro dando una mayor fluidez mental. Actúa también como antioxidante por la presencia de beta caroteno, reduciendo los efectos del envejecimiento. Por su aporte en hidratos de carbono complejos aumenta la energía cuando se siente agotamiento tanto físico como mental.

La **algarroba** es un alimento muy rico en minerales como el magnesio, que contribuye a mejorar el funcionamiento neuronal favoreciendo la transmisión de los impulsos nerviosos, y el fósforo, cuya presencia en las membranas celulares del cerebro es fundamental, favoreciendo la comunicación entre sus células, mejorando de esta manera el rendimiento intelectual y la memoria. Destaca también su contenido en calcio, potasio y hierro, indispensables para el correcto funcionamiento del cerebro.

La elevada presencia de **harina de coco ecológica** en el Brain Shake aporta altos niveles de fibra, proteínas y grasas saludables, nutrientes que ayudan a reducir la

carga glucémica de la fórmula. (1) Por su composición natural, la harina de coco ofrece algunos beneficios para la salud que ya han sido investigados:

- Sus niveles elevados de grasas saturadas saludables en forma de ácidos grasos de cadena media (AGCM) llegan a 8g por cada 100g de producto. Estos AGCM son fácilmente aprovechados por el organismo para obtener energía, ayudan a un metabolismo saludable y a tener niveles equilibrados de glucosa en sangre. (2) (3). Algunos estudios han logrado demostrar que los productos provenientes del coco, como la **harina de coco**, tienen la capacidad de ayudar a disminuir el colesterol “malo” LDL y los triglicéridos.(4)(5) Se atribuye este efecto positivo para la salud al elevado aporte de fibra soluble e insoluble y a los saludables AGCM.

La **chía** es capaz de beneficiar al sistema nervioso mejorando la actividad cerebral, gracias a su alto contenido en antioxidantes y ácidos grasos esenciales en especial omega 3, pudiendo incrementar la memoria y concentración de quienes la toman con regularidad. Estas pequeñas semillas también son ricas en otros nutrientes de gran importancia para la salud, como proteínas, fibra, aminoácidos y vitaminas, minerales como calcio, fósforo, potasio, azufre, hierro, yodo, cobre, zinc, sodio, magnesio y manganeso. Es por todo ello que la chía suele utilizarse en la prevención del mal de Alzheimer, además de otras enfermedades degenerativas.

La raíz de **maca** tiene un gran valor nutricional por su elevado contenido en aminoácidos, hidratos de carbono complejos, almidón, glucósidos, alcaloides, taninos, y vitaminas C y del grupo B. Aunque las evidencias son aún anecdóticas, se afirma que la maca podría aliviar los cambios de humor, ansiedad y depresión. Las personas que la consumen con regularidad han reportado un incremento en la memoria, el enfoque y la capacidad de concentración. La **maca** es un excelente tónico reconstituyente de la familia de los adaptógenos, lo que indica que ayuda a una mejor adaptación a los diferentes tipos de estrés, de hecho algunos estudios han concluido que la maca contribuye a mantener el equilibrio hormonal y la claridad mental.

Referencias:

- 1) <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/13129460>
- 2) <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2874191/>
- 3) <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19219861>
- 4) <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15298758>
- 5) <http://inhumanexperiment.blogspot.com.es/2008/12/coconut-lowers-ldl-vldl-and.html>

Principales Ventajas:

- Puede contribuir a mejorar la memoria y el estado de ánimo
- Puede incrementar la capacidad de aprendizaje y concentración
- Puede aliviar los síntomas de estrés
- Puede aumentar la energía y la resistencia
- De especial interés para las personas que desean obtener el máximo de su capacidad mental para afrontar los desafíos del mundo actual
- Apoyo antioxidante
- Alto contenido en minerales, vitaminas, aminoácidos y carbohidratos complejos
- Alto contenido en fibra
- **Ingredientes de origen ecológico, sin organismos genéticamente modificados**
- Apto para vegetarianos y veganos
- Formulado a partir de súper alimentos de la más alta calidad, sometidos a rigurosos controles
- Fácil disolución
- Delicioso sabor
- Sin ningún tipo de aditivo (colorantes, endulzantes artificiales, conservantes) y libre de agentes de carga, aglutinantes u otros excipientes.

Consejos de uso:

1 a 2 cucharadas de postre por toma (5 a 10 gr) 1 a 2 veces al día.

Se puede disolver fácilmente en tu bebida vegetal favorita, en zumo de frutas o incorporar a tus batidos multifrutales.

Ideal para reemplazar el café con leche o bebidas similares.

Ingredientes:

Maca (*Lepidium meyenii*), Harina de coco ecológica (*Cocos Nucifera*), harina de lúcumo ecológica (*Pouteria lucuma*), Harina de chía ecológica (*Salvia Hispánica*) y Harina de algarroba ecológica (*Cerotonia Siliqua*).

Información Nutricional:



| BRAIN SHAKE INFORMACION NUTRICIONAL | | |
|-------------------------------------|--------|-------|
| | 100 Gr | 5 Gr |
| VALOR ENERGÉTICO kcal | 346 | 17,3 |
| GRASAS g | 5 | 0,3 |
| de las cuales saturadas g | 1 | 0,1 |
| de las cuales trans g | 0 | 0,0 |
| HIDRATOS DE CARBONO g | 48 | 2,4 |
| de los cuales azúcares g | 24 | 1,2 |
| FIBRA ALIMENTARIA g | 18 | 0,9 |
| PROTEINAS g | 11 | 0,5 |
| SAL g | 0,072 | 0,004 |

Sin gluten
Sin derivados lácteos ni gelatina
Sin aditivos
Sin OGM
Sin azúcar añadido
Sin colorantes, saborizantes ni conservantes añadidos
Sin grasas trans



Presentaciones:



(150 gr) Doypack
(250 gr) Tarrina
(500 gr) XL Pack

Conservación:

Almacenar en recipientes cerrados, a temperatura ambiente, protegido de la luz directa. En condiciones secas y limpias. Duración hasta 24 meses en envase original sellado.

Ésta es una ficha técnica de orientación profesional y no está destinada a público

Advertencia:

Como siempre consulte a su médico o dietista antes de añadir cualquier suplemento a su dieta.

Personas con dietas restrictivas deberían consultar a su profesional de la salud o nutricionista antes de adoptar o rechazar el uso de nuestros productos. No se puede recomendar el uso de nuestro producto para el tratamiento de otras condiciones que el hambre.

Dependiendo de las condiciones agrícolas y especies los valores anteriores pueden estar sujetos a las fluctuaciones naturales. Esta especificación no libera al comprador de nuestros productos de su deber de diligencia y responsabilidad.

Te recordamos que toda la información ofrecida en esta ficha es de carácter orientativo y es presentada en buena fe a partir de fuentes diversas, de investigaciones propias y ajenas a la compañía.

La información presente en esta ficha no reemplaza la opinión de personal médico cualificado ni pretende diagnosticar, tratar o curar ninguna condición de salud.

Si te encuentras en estado de gestación, si estás tomando medicamentos o sufres de algún problema de salud, consulta primero a tu médico o terapeuta cualificado antes de tomar este producto.

Mantener el producto fuera del alcance de los niños.

Almacenar en lugar fresco y seco.

Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada y un estilo de vida saludable.

Producido por:

The logo for Energy Feelings features the word "Energy" in a green, cursive font, followed by a stylized orange and green circular graphic, and then the word "Feelings" in a green, cursive font.

Teléfono: (+ 34) 97 757 31 84

Email: ksorensen@energyfeelings.com

Web: <http://www.energyfeelings.com>