

VITAMINA C

Con Aloe Vera

La **vitamina C** es una vitamina hidrosoluble que no la almacena el cuerpo, por lo que tenemos que ingerirla diariamente a través de bebidas, alimentos o suplementos. Parte de esta vitamina se obtiene de la Acerola y la Rosa Canina.

PROPIEDADES

Tiene una acción positiva a nivel de:

- **Músculos:** Mejora la contracción muscular, es necesaria para que el organismo sintetice carnitina a partir de la lisina. Gracias a este proceso evitaremos fallos cardíacos. Los ancianos que tienen déficit de vitamina C tienen gran debilidad muscular, pero con un aporte diario de vitamina C aumentan la carnitina y se gana fuerza.

- **Deporte:** Con 1 g. diario de vitamina C se disminuye la frecuencia cardíaca entre 7 y 10 pulsaciones. Esto mejora la capacidad funcional a nivel cardíaca, por lo que hay mayor capacidad de distribuir los nutrientes y oxígeno con un menor gasto energético. Además el aporte de vitamina C aumenta la cantidad de ácidos grasos en plasma, lo que aporta más energía en los músculos. Esto es muy importante en ejercicios de larga duración.

- **Corazón:** Diversos estudios demuestran que ayuda a reparar heridas en el miocardio.

- **Circulación:** Disminuye el colesterol, evitando las placas de ateroma. Refuerza el endotelio vascular y capilar. Disminuye el riesgo de coagulación y trombosis. Tiene una acción antihemorrágica. Es de ayuda en el tratamiento de las varices.

- **Colesterol:** Estudios en personas con un elevado nivel de colesterol han demostrado que la ingesta de 1 g. diario durante 4 semanas disminuye dicho nivel. Por el contrario, la carencia de vitamina C es un factor que favorece el aumento de enfermedades cardiorrespiratorias.

- **Inmunidad:** La vitamina C ejerce una acción antiinfecciosa y antitóxica, con lo que aumenta las defensas y equilibra el sistema inmunitario. También favorece la producción de Ig M, anticuerpos de la primera línea de defensa. El uso de la vitamina C es importante en las enfermedades infecciosas, víricas, resfriados, alergias, paludismo, artritis, cáncer, esclerosis, SIDA, etc.

- **Cáncer:** Existe una relación entre el menor consumo de vitamina C y mayor incidencia de cáncer. La persona con cáncer tiene unas necesidades muy elevadas de vitamina C. El nivel de vitamina C es un factor determinante en el desarrollo de resistencias frente a carcinógenos, ya que detoxifica e inhibe su acción. Ayuda al colágeno en su acción de encapsular el tumor. Varios estudios confirman que dosis altas de vitamina C consiguen aumentar la duración y calidad de vida de pacientes terminales además de la espectacular disminución del dolor requiriendo menor cantidad de drogas analgésicas.

- **Detoxificante y anticontaminación:** Su acción se produce al neutralizar tóxicos a nivel intrahepática, por excretar tóxicos por el riñón e impedir el daño oxidativo de los radicales libres. Protege de los metales tóxicos, ayuda a eliminar plomo por vía renal, protege de la toxicidad de los insecticidas, protege de los efectos negativos del tabaco, del alcohol y también de los efectos secundarios de los fármacos. Su acción básica se debe al estímulo de los sistemas desintoxicantes del hígado. Es necesario considerar que la mayoría de los fármacos aumentan las necesidades de vitamina C.

- **Antioxidante:** Evita la oxidación de los ácidos grasos poliinsaturados en las membranas celulares. Neutraliza los radicales libres lo que contribuye a prevenir el envejecimiento prematuro.

MODO DE EMPLEO

Se aconseja tomar 2 comprimidos masticables al día, o más según recomendación profesional, y siempre fuera de las comidas principales para mejorar su absorción.



90 comprimidos masticables (ref.2081)

FÓRMULA

(Ingredientes por comprimido)

Ascorbato de calcio, ácido L-ascórbico, agente de carga (sorbitol), fructosa, antiaglomerantes (estearato de magnesio y ácido esteárico), aroma (aroma frutas del bosque), complejo de bioflavonoides cítricos, extracto seco de acerola (fruto), extracto seco de Rosa canina (fruto), antiaglomerante (dióxido de sílice), Aloe Vera 200:1 polvo (hojas), edulcorante (steviol glicósidos).

¿SABÍAS QUE...?

La carencia más grave de Vitamina C se conoce como escorbuto, que se observa con mayor frecuencia en ancianos y personas desnutridas. Produce un debilitamiento, anemia, encías inflamadas y hemorragias.