

La hora de invierno....

Descubra nuestras soluciones naturales para afrontar el cambio de hora y el período invernal.



Aunque el horario de invierno se adapta mejor a nuestros ritmos biológicos, ya que solo tenemos una hora de diferencia respecto al sol, la literatura científica muestra que el cambio de hora tiene repercusiones fisiológicas y sanitarias.

Un estudio realizado por la Comisión Europea en 2015 afirma que “la salud puede verse afectada por el cambio en el biorritmo del cuerpo, con posibles trastornos del sueño y del estado de ánimo”. Este cambio impacta nuestro reloj biológico interno (conocido como sistema circadiano) y puede provocar efectos perjudiciales para la salud (problemas de sueño, de vigilancia, accidentes laborales y de tráfico, depresión, infartos de miocardio y accidentes cerebrovasculares).

La adaptación del organismo a este cambio horario varía de una persona a otra y puede durar desde unos pocos días para los cronotipos matutinos (personas que tienden a ser

más eficientes por la mañana), hasta varios meses para los cronotipos vespertinos (personas que tienden a ser más eficientes por la noche).

En el contexto de este cambio de hora, los niños pequeños y las personas mayores tienen mayor riesgo de experimentar efectos negativos, pero también es el caso de los adolescentes, trabajadores nocturnos y todos aquellos que padecen algún trastorno del sueño, quienes tendrán mayores dificultades para adaptarse al nuevo horario.



Si a veces vivimos con dificultad el cambio a la hora de invierno, es sobre todo debido a la falta de luz solar, que puede provocar una depresión estacional: **"El cambio a la hora de invierno coincide con una disminución de la luz solar"**.

La fototerapia es una muy buena opción para quienes sienten especialmente una falta de energía al inicio del invierno. Para aprovechar al máximo los beneficios de la fototerapia, es necesario realizarla por la mañana para que sea eficaz. En caso de fatiga puntual, se puede recurrir a micro-siestas.

En micronutrición, un aporte de aminoácido precursor de los neuromediadores de la vigilia (fenilalanina) permite superar la fatiga.

ACTINO complex, una sinergia de acción para ayudar a reducir de manera fisiológica los estados de estrés pasajero que inducen fatiga, gracias a la combinación del aminoácido precursor de las catecolaminas (fenilalanina) junto con magnesio y cofactores enzimáticos para la síntesis de catecolaminas (vitaminas C y B). Las plantas adaptógenas Eleuterococo y Rhodiola apoyan al organismo en casos de fatiga y debilidad pasajeras.

Consejo de uso: una cápsula por la mañana y otra al mediodía, durante al menos tres semanas.

No tomar después de las 16:00 en caso de falta de energía física y mental.





STIMULO complex ofrece una sinergia de acción para ayudar a reducir de manera fisiológica un estado de fatiga no patológica. Incluye una combinación de plantas energizantes (Eleuterococo, Ginseng, Kola), una mezcla de extractos de plantas, vitaminas y minerales con acción sobre el estrés oxidativo (OPC, zinc, vitaminas C y E), y una combinación de nutrientes para apoyar los sistemas nervioso, psicológico y energético (fosfatidilcolina, vitaminas B).

Consejo de uso: 1 cápsula al día por la mañana durante un mes.

Se recomienda aumentar nuestra ingesta de vitamina D (cuya síntesis se activa con la exposición al sol, ya que en invierno pueden aparecer ciertas carencias). La vitamina D es esencial para el buen funcionamiento de nuestro organismo y la protección de nuestra salud (sistema inmunológico, cardiovascular, sistema nervioso, salud ósea, fuerza muscular...).

D3 3000 UI complex está formulado con vitamina D3 (colecalciferol) de origen vegetal, asociada con vitaminas B2 y B3.

Consejo de uso: Tomar 1 cápsula al día durante una comida, acompañada de ácidos grasos para mejorar la absorción de la vitamina D3.

La sincronización de nuestros ritmos biológicos depende de una hormona: la melatonina. La melatonina es una hormona



con una secreción típicamente circadiana. Su producción aumenta al final del día, poco antes de acostarse, contribuyendo a la conciliación del sueño. Alcanza su pico de secreción entre las 2 y las 4 de la mañana. Luego, su concentración disminuye progresivamente hasta volverse casi nula al amanecer, poco después de despertarnos. En micronutrición, el aporte del aminoácido precursor para la síntesis de esta hormona (el triptófano) ayuda al organismo a recuperar un sueño regular.



TRYPTO complex: contiene triptófano, espirulina, polvo de coral, magnesio, zinc y vitaminas B1, B3, B6 y B9.

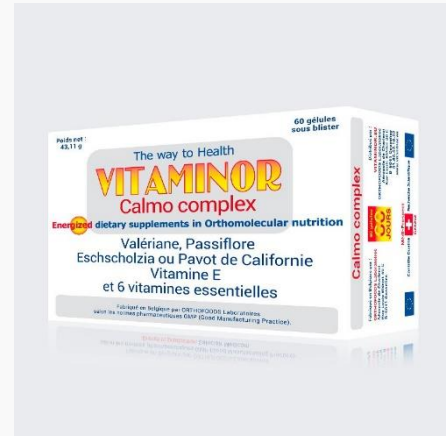
Consejo de uso: tomar 1 cápsula alrededor de las 10 a.m. o después de las 5 p.m., alejada de las comidas (mínimo 2 horas después).

La cura debe mantenerse al menos durante 3 semanas. Se recomienda seguir consejos nutricionales adicionales para acompañar el uso de TRYPTO complex y asegurar un aporte fisiológico eficaz.

Precauciones: No debe ser consumido por mujeres embarazadas, niños, pacientes en tratamiento con antidepresivos o que padezcan insuficiencia renal. No utilizar durante períodos prolongados sin consultar a su médico.

CALMO Complex, a base de Pasiflora, Valeriana y Eschscholzia, ofrece una sinergia de acción para contribuir a un buen equilibrio del sueño y proporcionar un descanso nocturno reparador.

Consejo de uso: Tomar de 1 a 2 cápsulas después de la cena, una hora antes de acostarse, durante un mes. Se puede repetir el tratamiento si es necesario.



Los principales complementos adecuados para la temporada invernal

Los apoyos para el sistema inmunológico

- **D3 3000 IU complex**

Consejo de uso: Tomar 1 cápsula al día durante una comida, acompañada de ácidos grasos para una mejor absorción de la vitamina D3.

- **C-VITAMINO complex**

C-Vitamina complex: Una sinergia de nutrientes que contribuyen a potenciar la acción de la vitamina C: en la reducción de la fatiga (Guaraná - Rhodiola), en el apoyo al sistema inmunológico (Ribes nigrum), en la protección de las células contra el estrés oxidativo (Escaramujo). La acción de la vitamina C se ve facilitada por la presencia de rutina y hesperidina.

Consejo de uso: Tomar de 1 a 8 cápsulas al día según la recomendación de un profesional de la salud.

- **ACEROL complex**

La vitamina C natural, proveniente de la acerola, cuya acción se ve potencializada por flavonoides también naturales, ayuda a aumentar la resistencia del organismo. Este complemento es adecuado para niños mayores de 3 años y para mujeres embarazadas.

Consejo de uso: Tomar de 1 a 8 cápsulas al día según la recomendación de un profesional de la salud.

- **MSM Complex**

Este complejo ofrece una sinergia de acción en torno al azufre orgánico, favoreciendo su acción sobre el sistema de defensa y el estrés oxidativo (Cobre - Zinc) y su acción sobre el tejido conectivo (especialmente en las articulaciones y las mucosas) con el Cobre.

Consejo de uso: Tomar 1 cápsula por la noche, durante un mes, y repetir la cura si es necesario.

- **LEUCOGENO Complex**

Una sinergia de nutrientes (equinácea, garra del diablo, resveratrol, vitaminas C, A (de beta-caroteno), D3, zinc, selenio) que contribuyen a apoyar de manera fisiológica el sistema de defensa del organismo y reducir la fatiga.

Consejo de uso: Tomar 1 cápsula 1 a 2 veces al día durante las comidas, en un tratamiento de una semana a un mes, según la recomendación de un profesional de la salud.



Los apoyos del organismo frente a los gérmenes invernales.

ENTERO complex propone una sinergia de acción para ayudar a reducir de manera fisiológica un estado de perturbación intestinal pasajero gracias a la combinación de tres plantas que favorecen el bienestar gastrointestinal (manzanilla, jengibre y arándano). Estas plantas se asocian a tres probióticos seleccionados por su acción sinérgica, estabilidad y compatibilidad.

Consejo de uso: Tomar 1 cápsula A y 1 cápsula B, 3 veces al día antes de cada comida, durante 5 días.

3 cápsulas de probióticos proporcionan al menos 60 mil millones de microorganismos. Si después de 5 días los síntomas no desaparecen, es necesario consultar a un profesional de la salud.

PHYTORINO complex está formulado con aceites esenciales (Tea tree, Tomillo a timol, Eucalipto radiado), vitamina C, bisglicinatos de Zinc y Cobre. La vitamina C, el Zinc y el Cobre participan en el funcionamiento normal del sistema inmunológico y protegen las células contra el estrés oxidativo. El espectro de acción de los 3 aceites esenciales ayuda a proteger las mucosas (digestivas y respiratorias) frente a los gérmenes invernales.

Consejo de uso: Tomar 2 cápsulas 2 veces al día durante las comidas, durante 7 días.

Reservado para adultos. No recomendado para menores de 6 años, mujeres embarazadas o en periodo de lactancia, personas alérgicas a la soja (agente de carga) y al pescado (cápsula). Consulte a un profesional de la salud en caso de tratamiento antiepiléptico o antecedentes de convulsiones, o en caso de trastornos gastroesofágicos. No usar durante períodos prolongados, no exceder un mes de uso.



La composición de nuestras fórmulas están detalladas en nuestra web:

WEB VITAMINOR

Las particularidades de la gama Nutrición Ortomolecular VITAMINOR:

Vitaminor posee la exclusividad de un método de fabricación que ha obtenido una patente europea. Este proceso, denominado BEQ, permite obtener productos energizados. Las imágenes de cristalización sensible muestran el aumento del potencial de acción de las fórmulas.

Las empresas que elaboran y comercializan los complementos Vitaminor tienen un control total sobre la fabricación. Estas empresas colaboran estrechamente, lo que garantiza la calidad excepcional de cada complemento Vitaminor.

Desde la concepción hasta el producto terminado, dominamos absolutamente todo:

- Las fórmulas son elaboradas por profesionales de la salud micronutricionistas.
- Las materias primas se seleccionan cuidadosamente entre proveedores serios que garantizan la calidad y trazabilidad de sus productos.
- La fabricación se realiza en un laboratorio autorizado, que domina completamente la manipulación de las materias primas naturales (delicadas y frágiles) y garantiza la seguridad de los productos terminados.
- Cada complemento cumple con la legislación europea y ha sido registrado ante las autoridades de salud pública.

Es por eso que numerosos profesionales de la salud recomiendan la gama de complementos alimenticios Vitaminor.



Novedades

Vitaminor ofrece un nuevo envase para sus cápsulas.

- Para las **fórmulas Veganas**, nuestras cápsulas serán ahora de pullulano (un ingrediente natural sin riesgo de alergias).
- Reemplazamos las cajas de cartón frágiles, que a menudo se dañan durante los envíos, por frascos que cumplen con la normativa sobre materiales en contacto con alimentos.



El sistema inmunitario de nuestras mascotas

Información previa:

La evolución de la legislación europea ya no nos permite ofrecer nuestra gama ANIMO Complex. El legislador solo ha previsto dos categorías de productos destinados a los animales: los alimentos y los medicamentos. Por lo tanto, los complementos alimenticios ya no existen. Nuestros productos Animo Complex, elaborados con vitaminas, minerales, antioxidantes de origen natural, aminoácidos, Omega 3 y extractos de plantas estandarizados, no se ajustan a la nueva legislación.

Sin embargo, continuaremos hablando sobre el bienestar de nuestros compañeros, ya que no queremos privarlos de los consejos ofrecidos por nuestros profesionales de la salud*.

Los animales sufren los efectos de los cambios climáticos, la contaminación y el estrés de sus dueños. Muchas epidemias circulan afectando todas las mucosas (digestivas y respiratorias).

Para complementar la alimentación, a menudo muy estereotipada, de perros y gatos, Vitaminor ha desarrollado una fórmula que se adapta a las necesidades nutricionales de los pequeños carnívoros.

Complemento Esencial, el aliado del equilibrio nutricional. Contribuye a:

- Al funcionamiento normal del sistema inmunológico (vitaminas A, B6, B9, D3, cobre, selenio, zinc)
- A reducir la fatiga (vitaminas B2, B3, B6, B9, magnesio)
- A un metabolismo energético normal (vitaminas B1, B2, B3, B6, cobre, magnesio, manganeso)
- A funciones psicológicas normales (vitaminas B1, B3, B6, B9, C, magnesio)

Consejos de uso:

- Para perros y gatos: 1 cápsula al día para el gato y perros de menos de 5 kg, 2 cápsulas al día para perros de 5 a 15 kg, 3 cápsulas al día para perros de 15 a 25 kg y 4 cápsulas al día para perros de gran tamaño.

Consultar con su veterinario.

Contacto & Pedidos

Pedidos: pedidos@omnialibera.eu

Contacto y asesoramiento: vitaminor.manager@omnialibera.eu

Teléfonos gratuitos

Pedidos : 93 810 00 34 de lunes a jueves de 9h a 19h, viernes 9h a 14h

VITAMINOR



omnialibera
Supplements & Functional Foods