**Título:** O que são nootrópicos, e como essas drogas atuam no organismo? **Palavra-chave:** o que são nootrópicos

**Meta-descrição:** Saiba o que são nootrópicos e como essas drogas podem contribuir com a sua memória e tornar o seu dia mais produtivo.

Você sabe o que são nootrópicos? Certamente algum dia você já esqueceu de algum detalhe simples, datas de aniversários ou já se sentiu cansado sem motivos.

Isso é comum, mas saiba que há casos que devem ser tratados, por isso vamos explicar aqui o que são monotrópicos e como essa droga pode contribuir com sua memória.

Os nootrópicos, ou conhecido como a droga da inteligência, são capazes de aumentar o foco, melhorar a memória e até melhorar a performance intelectual das pessoas.

Então, você deseja saber mais sobre os benefícios e como funcionam os nootrópicos? Confira a seguir.

Mão de pessoa

Descrição gerada automaticamente com confiança baixa

## Nootrópicos o que são?

Usado pela primeira vez na medicina na década de 70, os nootrópicos foram descobertos pelo psicólogo Cornileu Giurgea. Embora já fosse usada há décadas em sua forma natural em forma de alimento e bebidas.

Na época, a droga sintetizada Piracetam era usada pelo psicólogo em pacientes para aumentar a capacidade intelectual sem causar efeitos colaterais.

Ainda hoje, as substâncias nootrópicas são utilizadas para alguns tratamentos.

Portanto, as substâncias presentes nos nootrópicos é capaz de:

* Aumentar o foco;
* Aumentar a atenção;

E melhorar a capacidade de memória em indivíduos saudáveis e em pessoas que possuem algum tipo de doença mental como por exemplo: TDAH e depressão.

## Como os nootrópicos atuam no nosso organismo?

Uma imagem contendo animal, estrela, luz

Descrição gerada automaticamente

Hoje em dia no mercado, já existem muitas substâncias nootrópicas à venda e centenas delas catalogadas. Já foram testadas por algumas pessoas e provam que esse tipo de suplemento tem efeitos positivos.

Os nootrópicos agem principalmente nos neurotransmissores. Dessa forma atuam no cérebro e transportam e estimulam o equilíbrio entre os neurônios.

Ele também age em outras células do corpo, como por exemplo nas células nervosas.

Portanto, assim que liberado no organismo, os neurotransmissores têm a capacidade de atravessar as células e se ligam em outros neurônios estimulando o neurônio receptor.

As substâncias do nootrópicos tem como foco, atuar em transmissores ligados à concentração. Dessa forma, aumentando a cognição a memória, e as substâncias do cérebro como, a dopamina e noradrenalina.

## Benefícios das drogas da felicidade

Embora muitos nootrópicos sejam naturais, podemos encontrá-los em forma de substâncias sintéticas.

Essas últimas são receitadas por especialistas porque são as principais substâncias que proporcionam bem-estar e melhoram a saúde mental das pessoas com depressão, por exemplo.

Além disso os nootrópicos podem:

* Estimular o crescimento células nervosas e neurônios;
* Regular os níveis de neurotransmissores ligados aprendizagem e memória de trabalho;
* Levar oxigênio ao cérebro;
* Aumentar a capacidade de concentração durante o desempenho de atividades físicas;
* Podem ajudar a reduzir ou amenizar o declínio cognitivo associado à idade;
* Melhorar as funções cognitivas como atenção, memória, aprendizagem e processamento da linguagem.

Além disso, a longo prazo os benefícios são positivos porque os nootrópicos colaboram com a nutrição do cérebro e previne o envelhecimento precoce das células cerebrais.

Contudo o uso prolongado das substâncias, também é possível prevenir doenças degenerativas do cérebro como o Alzheimer.

## Onde encontrar as substâncias dos nootrópicos?

Mulher com a mão na boca

Descrição gerada automaticamente com confiança média

Como já dissemos acima, os nootrópicos são encontrados tanto em sua forma natural quanto em substâncias sintéticas, confira algumas a seguir.

Nootropics naturais:

* Creatina;
* Cafeína;
* Huperzine A;
* Fosfatidilserina;
* Ginkgo biloba;
* Guaraná;
* Ginseng;
* Vinpocetina;
* Suplemento com DHA e Ômega 3.

Nootrópicos sintéticos:

* Anfetamina;
* Piracetam;
* Ritalina;
* Modafinil.

Enfim, naturais ou sintéticos, os nootrópicos possuem diversos benefícios à saúde.

Se você deseja saber mais sobre eles, visite o site da [Loops Nutrition](https://loopsnutrition.com.br/) e procure por Intelligence Caps, ela te ajuda a aumentar a sua performance mental e física, promovendo mais saúde no seu dia a dia!

Interface gráfica do usuário, Texto, Aplicativo, Email

Descrição gerada automaticamente

Interface gráfica do usuário, Texto, Aplicativo

Descrição gerada automaticamente