

BODYSMART SOLUTIONS ENERXAN[®]

Complemento energético para controlar el peso[◇]



¿Qué es EnerXan? EnerXan es una fórmula energética sin precedentes,[◇] concebida para formar parte integral del programa Lifestyle Management Program de Bodysmart. Además de hojas de té verde, semillas de guaraná y extractos de yerba mate, EnerXan contiene extracto de cacao holandés y corteza de canela, así como un aminoácido, la L-tirosina, y un oligomineral, el cromo. Estos ingredientes sinérgicos proporcionan energía y vitalidad.[◇]

El té verde se ha utilizado en Asia desde hace 4000 años. Contiene aceites volátiles, vitaminas, minerales y cafeína; no obstante, los principales componentes de interés son los polifenoles, en particular la catequina denominada galato epigallocatequina o EGCG. Los polifenoles son unos potentes antioxidantes que se creen relacionados con la mayoría de las propiedades benéficas del té verde.[◇]

El guaraná es un arbusto trepador de hoja perenne originario de la cuenca del Amazonas, cuyas semillas, una vez machacadas, se han estado utilizando desde hace mucho tiempo en la elaboración de bebidas y extractos energéticos.[◇] Entre los principales componentes activos del guaraná encontramos la cafeína y otros alcaloides similares como la teobromina y la teofilina. El extracto resinoso de las semillas de guaraná libera estos componentes en el sistema de un modo mucho más lento que el café o el té.

La canela es una especia muy utilizada, rica en polifenoles antioxidantes, principalmente dímeros

y oligómeros de procianidina (OPC). Uno de los polifenoles en la canela, el polímero de hidroximetil chalcona, es un poderoso complemento nutricional para que a su cuerpo y su cerebro nunca les falte la energía que necesitan.[◇]

El mate es la bebida energética más popular en América del Sur, en especial en Brasil y Argentina. Se han encontrado más de 190 componentes en esta planta tan interesante. La yerba mate abunda en todas las clases de nutrientes: 24 vitaminas y minerales, 15 aminoácidos y poderosos antioxidantes, así como cafeína y teobromina.

El cromo es un oligomineral esencial que no debe faltar en nuestra dieta dada su importancia para nuestra salud. Podemos encontrarlo en la sangre en una concentración de 20 partes por mil millones. A nivel nutritivo, el cromo estimula la actividad de importantes enzimas en el cuerpo.[◇] A pesar de lo cual, la absorción de cromo por parte del tubo digestivo es escasa,

se retiene menos del 3% de la cantidad ingerida. La cantidad de cromo almacenada en el cuerpo disminuye con la edad. Las dietas ricas en azúcares y otros carbohidratos refinados aumentan la utilización y eliminación del cromo. EnerXan contiene una fórmula patentada de picolinato de cromo y polinicotinato de cromo, dos de las formas más asimilables, aunque costosas, de suplementos de cromo que podemos encontrar.

Los científicos han descubierto en el cacao unos 300 compuestos, entre los que se incluyen las principales vitaminas, minerales, y aminoácidos, así como ácidos grasos saturados, monoinsaturados y polisaturados; es además una rica fuente de magnesio al igual que del aminoácido L-tritofan, que ayuda a mantener un buen estado de ánimo.[◇] Otras sustancias que se encuentran en el cacao en polvo son la feniletilamina, la teobromina y la anandamida, que se han relacionado con estados de ánimo positivos.[◇]

La L-tirosina es un aminoácido, y

[◇] Los datos recogidos en este documento no han sido analizados por el organismo responsable de la regulación alimentaria y de medicamentos en los Estados Unidos. Este producto no está pensado para diagnosticar, tratar, curar o prevenir enfermedades.

por lo tanto, un componente básico de casi todas las proteínas del cuerpo. Además, sirve para mantener el nivel de energía y disfrutar de buen estado de ánimo.◊ De igual modo, es necesaria para el buen funcionamiento de la tiroides, uno de los reguladores clave del metabolismo y de la energía en casi todas las células del cuerpo.

Cada comprimido de EnerXan contiene 50 mg de cafeína. Cuatro tazas normales de café contienen unos 300 mg de cafeína, aunque uno “doble” o un expreso pueden tener hasta 200 mg.

A pesar de que EnerXan contiene cientos de productos fitoquímicos aparte de la cafeína, deben conocerse los riesgos que entraña su consumo. La mayoría de la personas no debería consumir más de 6 comprimidos al día (300 mg

de cafeína), a menos que sean grandes consumidores de café, dada la tolerancia que este hábito genera.

Si no es un consumidor habitual de productos o bebidas que contengan cafeína podría tener menos tolerancia que las personas que sí lo son, por lo que le recomendamos que empiece simplemente tomando un comprimido de EnerXan al día. Tras tomar EnerXan la mayoría de la personas descubrirá que sus ansias de café o de bebidas con cafeína desaparece poco a poco, y que esta inyección de energía es más “suave” que la que proporciona el café, el té o los refrescos de cola. Le recomendamos que mientras tome EnerXan reduzca el consumo de otros productos que contengan cafeína, a fin de evitar la sobreexcitación. Recomendamos a las personas que presenten sensi-

bilidad ante los efectos de la cafeína que no tomen EnerXan antes de irse a dormir, ya que podría provocar insomnio. El uso excesivo de EnerXan, al igual que el de todos los productos que contengan cafeína, puede causar dificultades para conciliar el sueño, nerviosismo, irritabilidad, u otros efectos negativos asociados con el consumo excesivo de cafeína.

Las personas acostumbradas a beber entre 1 y 4 tazas de café al día descubrirán que de 1 a 3 comprimidos de EnerXan antes del desayuno y después del almuerzo, como parte de los nuevos hábitos de dieta y ejercicio indicados en el programa Lifestyle Management Program de Bodysmart, les proporciona niveles de energía saludables durante todo el día.

REFERENCES:

1. Dulloo AG, Duret C, Rohrer D, et al. Efficacy of a green tea extract rich in catechin polyphenols and caffeine in increasing 24-h energy expenditure and fat oxidation in humans. *Am J Clin Nutr* 1999;70:1040-1045.
2. Kono S, Shintchi K, Ikeda N, et al. Green tea consumption and serum lipid profiles: A cross-sectional study in Northern Kyushu, Japan. *Prev Med* 1992;21:526-531.
3. Banderet LE, Lieberman HR. Treatment with tyrosine, a neurotransmitter precursor, reduces environmental stress in humans. *Brain Res Bull* 1989;22:759-62.
4. Deijen JB, Wientjes CJ, Vullings HF, et al. Tyrosine improves cognitive performance and reduces blood pressure in cadets after one week of a combat training course. *Brain Res Bull* 1999;48:203-9.
5. Dillinger TL, Barriga P, Escarcega S, et al. Food of the gods: cure for humanity? A cultural history of the medicinal and ritual use of chocolate. *J Nutr*. 2000 Aug;130(8S Suppl):2057S-72S.
6. Small DM, Zatorre RJ, Dagher A, et al. Changes in brain activity related to eating chocolate: from pleasure to aversion. *Brain*. 2001;124(pt 9):1720-1733.
7. I-Min Lee, Ralph S Paffenbarger Jr. Life is sweet: candy consumption and longevity. *BMJ* 1998;317:1683-1684.
8. Qin B, Nagasaki M, Ren M, Bajotto G, et al. Cinnamon extract prevents the insulin resistance induced by a high-fructose diet. *Horm Metab Res*. 2004 Feb;36(2):119-25.
9. Khan A, Safdar M, Ali Khan MM, et al. Cinnamon improves glucose and lipids of people with type 2 diabetes. *Diabetes Care*. 2003 Dec;26(12):3215-8.
10. Vera García R, Basualdo I, Peralta I, et al. Minerals content of Paraguayan yerba mate (*Ilex paraguariensis*, S.H.). *Arch Latinoam Nutr*. 1997 Mar;47(1):77-80.
11. Bracesco N, Dell M, Rocha A, Behtash S, et al. Antioxidant activity of a botanical extract preparation of *Ilex paraguariensis*: prevention of DNA double-strand breaks in *Saccharomyces cerevisiae* and human low-density lipoprotein oxidation. *J Altern Complement Med*. 2003 Jun;9(3):379-87.
12. Andersen T, Fogh J. Weight loss and delayed gastric emptying following a South American herbal preparation in overweight patients. *J Hum Nutr Diet*. 2001 Jun;14(3):243-50.

Supplement Facts

Serving Size / 2 Tablets

Servings Per Container / 30

Amount Per Serving	% Daily Value	Amount Per Serving	% Daily Value
Calories	6	Cinnamon Bark	100 mg **
Total Carbohydrate	1 g 0%*	Damiana (<i>Turnera aphrodisiaca</i>) Whole Herb	100 mg **
Chromium (as Chromium Picolinate)	48 mcg 40%	Extract	
Green Tea Leaf Extract (30% Polyphenols)	500 mg **	Yerba Maté Leaf Extract	100 mg **
L-Tyrosine	400 mg **	Caffeine (Total)	94 mg **
Cocoa (Processed With Alkali)	20 mg **		
Guarana Seed Extract	200 mg **		

*Percent Daily Values are based on 2,000 calorie diet.

**Daily Value not established.

INGREDIENTS: Green Tea Leaf Extract (40% Polyphenols), L-Tyrosine, Guarana Seed Extract, Microcrystalline Cellulose, Cinnamon Bark, Damiana (*Turnera aphrodisiaca*) Whole Herb Extract, Yerba Maté Leaf Extract, Croscarmellose Sodium, Stearic Acid, Cocoa (Processed With Alkali), Magnesium Stearate, Caffeine, PhytoZyme® proprietary blend (Bromelain, Papain, Alfalfa, Parsley, and vegetable and fruit concentrates from Carrots, Broccoli, Pea, Banana, Cantaloupe, Lima Beans, Mango, Pumpkin, Spinach, Tomato, Cauliflower, Orange, Papaya, Sweet Potato, Asparagus, Beet, Green Bean, Snow Pea, Blueberry, Chili Pepper, Cranberry, Cucumber, Guava, Grapefruit, Kale, Lemon, Maitake Mushroom, Peach, Pineapple, Watercress, and Zucchini), Silica, and Chromium Picolinate.

US.SF MOD 5E

ADVERTENCIA: Este producto no es adecuado para personas menores de 18 años. Como con cualquier otro suplemento dietario, le recomendamos que consulte a su médico antes de tomarlo, sobre todo si está tomando medicamentos controlados, si se encuentra bajo atención médica o si padece alguna enfermedad o problema de salud. Contraindicado en mujeres embarazadas, intentando embarazarse o lactando y en personas que estén tomando medicamentos neurolépticos o sufran de hipertensión o de enfermedad grave del hígado. Contiene cafeína. Este producto no es adecuado para niños pequeños o personas sensibles a la cafeína.

Información sobre alergias: este producto ha sido procesado en una fábrica donde también se procesa pescado, marisco, soja y productos lácteos.

Este producto no se ha probado en animales. Indicado para veganos.

INSTRUCCIONES DE USO: Tome 1-2 comprimidos antes del desayuno, espere de 3 a 4 horas, y tome 1-2 comprimidos antes del almuerzo como suplemento energético.º Mantenga este producto fuera del alcance de los niños.

º Los datos recogidos en este documento no han sido analizados por el organismo responsable de la regulación alimentaria y de medicamentos en los Estados Unidos. Este producto no está pensado para diagnosticar, tratar, curar o prevenir enfermedades.

Lifeplus International • P.O. Box 3749, Batesville, Arkansas 72503 • 800-572-8446 • www.lifeplus.com

Esta información es válida únicamente para su uso y distribución en Estados Unidos..