



# ATIVOS



# PORQUE A PURAVIDA CRIOU ESTAS SUGESTÕES DE MANIPULADOS?

Dada a importância e a função vital, preventiva e mantenedora da saúde de inúmeros nutrientes e compostos, realizamos uma parceria para disponibilizar as formulações que eu mesmo utilizo e que são indicadas por profissionais de ponta para as diferentes necessidades do ser humano moderno.

Quem acompanha a trajetória e a proposta da Puravida, já sabe que nossos critérios são apurados e buscamos oferecer apenas o melhor. No caso da manipulação de suplementos, a escolha e a origem das substâncias e todo processo de manipulação exige bastante cuidado e conhecimento, e não é raro encontrarmos suplementos que não tenham a exata composição apresentada no rótulo, ou que estejam diluídos com farinhas e outros veículos de baixa qualidade.

Selecionamos nutrientes e princípios ativos que costumam faltar ou estar em quantidades abaixo da ideal na dieta e estilo de vida moderno, com o propósito de fortalecer a saúde e prevenir desequilíbrios, otimizando o funcionamento geral do organismo ou de áreas específicas do metabolismo.

Para que você tenha acesso à melhor matéria prima do mercado mundial, oferecemos ativos puros, sem diluição, pharmaceutical grade. 100% nutrição de verdade e de alto valor biológico, todos manipulados conforme a sua necessidade.



# ESSENTIAL MORNING

Combinação de nutrientes que fortalecem a imunidade e otimizam diversas funções corporais. Destaque para uma boa e efetiva dose de vitamina D3, associada às suas parceiras ideais – vitamina K2 e Vitamina A - que regulam e equilibram a atuação umas das outras, todas de origem vegetal ou microbiológica.

Como a vitamina D3 é uma substância relacionada ao metabolismo do dia e compete por receptores com a melatonina (um hormônio noturno), a sugestão é usar o essential morning pela manhã, junto ao desjejum, de preferência na presença de gorduras naturais (como manteiga, abacate, coco ou oliva), pois parte dos nutrientes é lipossolúvel e são melhor absorvidos junto às gorduras alimentares.

## SUGESTÃO DE USO:

1 cápsula junto à primeira refeição do dia ou ao seu bulletproof coffee (não tomar em jejum).

## ESSENTIAL MORNING - 30 DOSES

Vitamina D3 – 10.000 ui, Vitamina K2 – 500 mcg,  
Vitamina A – 10.000 ui, Magnésio Dimalato – 200 mg,  
Iodeto de Potássio – 1 mg, Selênio – 150 mcg



# SLEEP MASTER

Nutrientes que potencializam o relaxamento, o aprofundamento do sono e um repouso mais reparador. Magnésio treonato, o tipo mais efetivo para o sistema nervoso, está aqui associado à GABA para mitigar ansiedade. L-Teanina, extraída do chá verde, sustenta o estado de repouso durante a noite. Uma pequena dose de glucarato de cálcio favorece o processo noturno de desintoxicação natural do fígado.

## **SUGESTÃO DE USO:**

1 cápsula de noite, uma hora antes de dormir.

## **SLEEP MASTER - 30 DOSES**

Magnésio Treonato – 300 mg, L Teanina – 100 mg,  
Potássio Quelado 50 mg, GABA – 200 mg,  
Glucarato de Cálcio – 100 mg, L-Ornitina – 200 mg.



# OPTIMAL BRAIN

Extratos de plantas naturais conjugados com nutrientes, como o magnésio treonato, que optimiza as funções do cérebro e facilita a sincronia entre os hemisférios cerebrais, e a coenzima Q10, que melhora a eficiência energética das mitocôndrias.

RESULTADO: melhor cognição, aprendizado e rendimento em todas as áreas.

## SUGESTÃO DE USO:

1 cápsula no começo do dia, ou por volta de 30 minutos antes de uma atividade criativa ou que demande esforço intelectual.

## OPTIMAL BRAIN - 30 DOSES

Bacopa 150 mg, Fosfatidil 100 mg,  
Huperzina 50 mcg, Magnésio treonato 250 mg,  
NADH 2,5 mg, Coenzima Q10 100 mg.



# LASER FOCUS

A cafeína estimula e desperta os sentidos, enquanto que a L-Teanina traz foco e equilíbrio para esta energia extra. A junção de ambas resulta em um foco intenso, mas tranquilo, sem tensão ou ansiedade, perfeito para você produzir, se comunicar, desenvolver seus projetos e manifestar seu propósito.

## SUGESTÃO DE USO:

1 cápsula pelo menos 20 minutos antes de uma atividade que demande o efeito de foco ampliado. Não usar após as 16h para não prejudicar o sono. Pessoas que metabolizam mal a cafeína devem evitar.

## LASER FOCUS - 30 DOSES

Cafeína – 100 mg,

L-Teanina – 400 mg.



# PERFECT SPORT

Teacrina, um composto patenteado extraído das folhas de Camelia Assamica e de frutas exóticas oferece energia vigorosa, clareza mental, e bom humor. Não é um estimulante, não causa palpitacão e nem aumento na pressão sanguínea.

Associada com os demais componentes desta fórmula, amplifica a capacidade de concentração e te dá energia para ultrapassar os próprios limites.

## SUGESTÃO DE USO:

1 cápsula pelo menos 15 minutos antes de seu treino. Ideal quando usada em conjunto com uma colher de sopa de Lótus de Coco.

## PERFECT SPORT - 30 DOSES

Teacrina – 100 mg, Capsiate – 5 mg,  
Niacina – 25 mg, Beta Alanina – 500 mg.



# PROBIOTIC BALANCE

Probióticos eficazes de cepas selecionadas já associadas com o prebiótico necessário para seu desenvolvimento. Em cápsulas gastrorresistentes para garantir a sobrevivência das cepas através do ácido gástrico, entregando as bactérias no lugar certo: o trato intestinal. Manipulado no dia do seu pedido, exclusivamente para você, garantindo o frescor e atividade da fórmula.

## SUGESTÃO DE USO:

1 cápsula por noite, logo antes de dormir. Pode ser utilizada para criar iogurtes e outros alimentos fermentados, basta abrir a cápsula e despejar o conteúdo na base escolhida.

## PROBIOTIC BALANCE - 30 DOSES

Fibregum – 150 mg, Lactobacillus Bulgaricus – 500 milhões,  
Acidophilus – 500 milhões, Bifido Lactis – 500 milhões,  
B. Longum – 500 milhões, L. Paracasei – 500 milhões,  
L. Rhamnosus – 500 milhões.



# PROBIOTIC HEAL

Com uma população de 10 bilhões de *Lactobacillus Plantarum* em cada cápsula gastrorresistente, o probiotic heal fornece uma dose caprichada para auxiliar no reequilíbrio da microbiota intestinal, muito útil nos casos de síndrome do intestino irritável, colite e outros quadros agudos de disbiose.

## SUGESTÃO DE USO:

De 1 a 6 cápsulas diárias, de acordo com a recomendação de seu médico ou profissional de saúde.

## PROBIOTIC HEAL - 30 DOSES

*Lactobacillus Plantarum* 299v – 10 bilhões



# DIGEST PLUS

Não somos o que comemos: somos aquilo que conseguimos digerir e assimilar. Esta fórmula contém os elementos necessários para auxiliar a digestão e facilitar o aproveitamento máximo dos alimentos.

Ideal para quem possui baixa produção de suco gástrico, sente-se pesado após as refeições, apresenta produção de gases ou problemas para digerir proteínas e gorduras naturais.

## SUGESTÃO DE USO:

Uma cápsula, logo após o início das principais refeições (ou seja, uma cápsula durante a refeição).

## DIGEST PLUS - 60 DOSES

Betaína HCL – 400 mg, Pepsina – 40 mg,  
Sais Biliares – 60 mg, Lipase – 50 mg



# PERFECT B12

As vitaminas B12 e B9 no tipo e dosagens corretos, não-sintéticos e biodisponíveis.  
Fundamentais para a saúde do sistema nervoso e do metabolismo celular.

## SUGESTÃO DE USO:

10 gotas sublinguais, diariamente.

Deixar debaixo da língua por 60 segundos antes de engolir.

## PERFECT B12 - 20ml

Vitamina B12 (Metilcobalamina) – 500 mcg,

Vitamina B9 (Metilfolato) – 500 mcg



# CURCUMA +

A Curcumina está entre os compostos bioativos mais medicinais da natureza. Encontrada na cúrcuma, foi extensamente estudada por suas propriedades e talvez seja a substância natural com os benefícios mais solidamente comprovado pela ciência.

Este composto contém piperina, que é o princípio ativo encontrado na pimenta do reino e aumenta a absorção da curcumina em até 2.000%. A curcumina é um antioxidante poderosíssimo, e além de neutralizar radicais livres, tem a capacidade de ativar as enzimas antioxidantes do próprio organismo, apresenta efeitos anti-inflamatórios notáveis, classificado entre os mais potentes do mundo.

A curcumina + piperina é um excelente suplemento para o bem-estar e melhora da saúde em geral, um tônico cerebral e um valioso preventivo para problemas relacionados a idade, além de um poderoso aliado no tratamento de doenças diversas.

## SUGESTÃO DE USO:

1 cápsula ao dia, preferencialmente junto à uma refeição ou ao seu bulletproof coffee, pois as gorduras naturais aumentam sua biodisponibilidade. Caso você suplemente com ômega 3 DHA, tomar os dois juntos aumenta a eficácia de ambos.

## CURCUMA + - 30 DOSES

Curcumina – 500 mg, Piperina – 10 mg



# PURO RESVERATROL

O resveratrol é um famoso composto encontrado nas cascas de uvas vermelhas. Este polifenol solidamente pesquisado pela ciência é reconhecido como poderoso antioxidante, anti-microbiano, anti-inflamatório, cardioprotetor e neuroprotetor.

1 cápsula fornece o equivalente à mais de 30 taças de vinho de resveratrol.

## SUGESTÃO DE USO:

Uma cápsula ao dia, logo ao acordar, meia hora após as principais refeições ou de noite, antes de dormir.

## PURO RESVERATROL - 30 DOSES

Resveratrol – 100 mg



# PLASTIC REMOVAL

Este suplemento apoia e otimiza as funções do fígado, principalmente relacionadas à desintoxicação. Destaca-se pela propriedade de ajudar o corpo a eliminar resíduos de bisfenol (plástico), que é um problema generalizado na atualidade e uma sobrecarga que o nosso organismo nunca enfrentou anteriormente.

## SUGESTÃO DE USO:

1 cápsula de noite, 30 minutos antes de dormir.

## PLASTIC REMOVAL - 30 DOSES

Glucarato de Cálcio – 500 mg



# IMMUNITY

Esta fórmula é especialmente desenvolvida para fortalecer e modular o sistema imune, ou seja, acalmá-lo se estiver hiperativado e estimulá-lo se estiver funcionando abaixo do necessário.

O camu camu é a fonte mais concentrada de Vitamina C da natureza. A Vitamina C é um nutriente essencial com potente efeito antioxidante, previne a produção de radicais livres, reduzindo os danos ao DNA e participa na reciclagem da vitamina E. Além de fortalecer o sistema imune, a vitamina C tem diversas funções de extrema importância para o corpo e para a saúde, participa da formação de colágeno, sendo importante para a integridade e beleza da pele, unhas cabelos e ossos. Devido à presença de minerais, aminoácidos e outros cofatores, a vitamina C integral possui muito mais biodisponibilidade e eficácia no organismo do que suas versões sintéticas.

A equinácea se destaca por promover os mecanismos de defesa do organismo. Pesquisadores concluíram que o consumo da planta pode atenuar as chances de desenvolver o resfriado comum em mais de 58% dos casos. Um dos resultados mais extraordinários da equinácea é a estimulação da fagocitose, a identificação e eliminação de estruturas invasoras. É útil para todos os tipos de infecções: bacterianas, virais e por fungos.



Os extratos etanólico e concentrando do própolis fortalece o organismo e ajuda na prevenção e proteção contra agentes patogênicos diversos. Apresentam elevado potencial para inibir o desenvolvimento de bactérias gram-positivas, responsáveis por doenças como gastroenterite, listeriose, meningite e infecções diversas.

O cogumelo Reishi é um poderoso imunomodulador conhecido e utilizado há milênios na China. Ajuda na recuperação e prevenção de inúmeros problemas como febre, problemas pulmonares como asma e bronquite, herpes, fadiga, alergias, insônia, etc. Além disso apresenta propriedades antitumorais e efeito protetor, fortalecedor e purificador do fígado.

#### **SUGESTÃO DE USO:**

1 ou 2 cápsulas ao dia, junto às refeições.

#### **PERFECT IMUNE COM REISHI - 30 doses (60 cápsulas)**

Camu camu 500 mg - Equinácea 150 mg

Própolis 150 mg - Cogumelo reishi 1000 mg



# PERFECT BEAUTY

Embora encontrado em muitos alimentos, o silício apresenta baixa biodisponibilidade e estudos sugerem que a melhor forma para sua absorção é o ácido ortossilícico estabilizado em colina. Este mineral aumenta a síntese do colágeno, elastina e queratina fortalecendo e embelezando cabelos e unhas. Já a colina é um nutriente que faz parte do complexo B e é uma precursora de fosfolipídios, que são componentes essenciais para a formação da membrana celular.

A metionina é um aminoácido necessário para formação das cadeias moleculares das unhas, pele e cabelo, sendo assim quanto mais deste aminoácido estiver disponível no corpo mais forte tende a ser a formação do folículo capilar e a resistência do mesmo.

A biotina, também conhecida como vitamina B7, é necessária para o bom funcionamento das células do nosso corpo, metaboliza as gorduras, carboidratos e as proteínas, gerando energia e produzindo aminoácidos que mantém a pele, as unhas e os cabelos em bom estado, além de atuar no sistema nervoso como calmante.

## SUGESTÃO DE USO:

1 cápsulas ao dia, junto à refeição.

## PERFECT BEAUTY - 30 DOSES

Silício orgânico estabilizado em Colina 200 mg - Metionina 150 mg - Biotina 3 mg



# LIFE EXTENSION

O Life Extension soma os benefícios já surpreendentes da carnosina, acetil L carnitina e do DMAE em uma sinergia na qual seus efeitos são otimizados e equilibrados.

Inúmeras pesquisas apontam que estas substâncias naturais podem aumentar a extensão da vida celular e a preservação de sua aparência mais jovem, prevenir e até mesmo reverter processos degenerativos causados pelos "AGEs" (produtos de glicação avançada), reduzir e prevenir a ação dos beta-amiloïdes, substâncias causadoras de danos nos nervos e neurônios, muito relacionada aos quadros de Alzheimer, contribuir para o processo de renovação e regeneração celular geral do organismo e melhorar a produção energética das mitocôndrias, otimizando a eficiência do metabolismo.

O DMAE intensifica a síntese de acetilcolina, melhorando as funções cerebrais, a memória, a disposição e a qualidade do sono. Além disso, remove o acúmulo de lipofuscinas que se depositam nas células prejudicando seu funcionamento e causando sua deterioração, contribuindo assim para o rejuvenescimento e saúde celular.

## SUGESTÃO DE USO:

De 3 a 6 cápsulas por dia, dependendo da idade, a qualquer hora.

## LIFE EXTENSION

L carnosina 250 mg - DMAE 40 mg - acetil L carnitina 200 mg - por cápsula



# PERFECT FLEX

Fórmula especialmente projetada para dar suporte à saúde das articulações. Propiciando mais resistência, elasticidade e capacidade de regeneração, aliviando dores e processos inflamatórios.

O corpo utiliza a glucosamina para produzir substâncias constituintes dos tendões, cartilagens e fluídos que lubrificam as juntas, contribuindo para a elasticidade, evitando seu desgaste e assim diminuindo dores e o risco de fraturas. Além de estimular a produção de cartilagem, a glucosamina também pode reduzir a dor e a inflamação nas articulações.

A condroitina é essencial para a boa lubrificação e nutrição das articulações. Estimula a regeneração e a formação de novos tecidos, e apresenta a característica de atrair e reter água trazendo nutrientes e lubrificação para o tecido, já que a cartilagem das articulações não tem suprimento sanguíneo. Também pode exercer uma leve ação anti-inflamatória.

O MSM (metilsulfonilmetano) é uma forma orgânica e altamente biodisponível do enxofre, mineral necessário à síntese de colágeno, sendo também muito importante para a desintoxicação e regeneração do organismo. Melhora a circulação, oxigenação e a eliminação de toxinas das células, contribuindo para o alívio e melhora nas dores das articulações. Outro grande benefício do MSM é fortalecimento dos cabelos e unhas, uma vez que atua não só na síntese de colágeno, mas também da queratina.



Outro elemento da fórmula é a boswellia, uma planta medicinal utilizada há milênios para a redução de quadros inflamatórios e para a saúde das articulações. Os ácidos boswélicos atuam diretamente no processo inflamatório, inibindo-o. Apresenta também propriedades analgésicas.

E por fim, temos o ácido hialurônico, que é um importante constituinte das articulações e também uma substância do nosso organismo que preenche os espaços entre as células. Com o avanço da idade, a quantidade de ácido hialurônico nos tecidos diminui, diminuindo também a hidratação e elasticidade da pele, o que contribui para o surgimento de rugas.

#### **SUGESTÃO DE USO:**

3 cápsulas por dia, qualquer hora.

#### **PERFECT FLEX - 50 DOSES**

Glucosamina 1500 mg, Condroitina 1200 mg, MSM 100 mg, Boswellia 100 mg,  
Ácido Hialurônico 25 mg



# PERFECT BABY

Um organismo em fase de construção e intenso crescimento exige determinados nutrientes para o desenvolvimento e o bom funcionamento dos tecidos e órgãos em formação.

Selecionamos numa mesma fórmula os mais importantes e que mais frequentemente faltam ou costumam estar presentes na dieta em quantidades abaixo da ideal.

Dentre estes estão vitaminas e minerais necessários para o bom desenvolvimento do sistema nervoso, da imunidade, da saúde dos ossos, dentes e olhos.

## SUGESTÃO DE USO:

Tomar 2 ml ao dia, junto ao café da manhã ou almoço.

Idade: a partir de 8 meses.

## PERFECT BABY - 60ml

Vitamina A – 200 mcg, Vitamina C – 20 mg, Vitamina D3 – 100 UI,

Tocotrimax – 2,5 mg, Riboflavina – 0,25 mg, Vitamina B6 – 0,4 mg,

Metilfolato – 25 mcg, Metilcobalamina – 0,3 mcg, Biotina D – 0,4 mg,

Pantotenato de Cálcio – 0,5 mg, Cálcio quelado taste free – 10 mg,

Magnésio quelado taste free – 10 mg, Zinco óxido – 1,5 mg,

Exselen – 10 mcg, DHA Vegetal – 10 mg



# PERFECT KIDS

Um organismo em fase de construção e intenso crescimento exige determinados nutrientes para o desenvolvimento e o bom funcionamento dos tecidos e órgãos em formação. Selecionamos numa mesma fórmula os mais importantes e que mais frequentemente faltam ou costumam estar presentes na dieta em quantidades abaixo da ideal.

Dentre estes estão vitaminas e minerais necessários para o bom desenvolvimento do sistema nervoso, da imunidade, da saúde dos ossos, dentes e olhos.

Estão presentes também princípios ativos naturais e nutrientes que contribuem para o equilíbrio do sistema nervoso, para o foco e aprendizagem.

## SUGESTÃO DE USO:

Tomar 5 ml ao dia, junto ao café da manhã ou almoço.

Idade: a partir de 4 anos.

## PERFECT KIDS - 150ml

Vitamina A – 1500 UI, Vitamina C – 120 mg, Vitamina D3 – 500 UI, Tocotrimax – 7 mg, Teanina – 3 mg, Riboflavina – 7mg, Hexanicotinato de inositol – 7 mg, Vitamina B6 – 2 mg, Metilfolato – 50 mcg, Metilcobalamina 6 mcg, Biotina D – 20 mcg, Pantotenato de Cálcio 10 mg, Cálcio quelado taste free 100 mg, Iodeto de potássio 150 mg, Magnésio quelado taste free 50 mg, Zinco óxido 10 mg, Exselen 33 mcg, Manganês quelado 2mg, Molibdênio quelado 20 mcg, Potássio quelado 10 mg, Colina 9 mg, Coenzima Q10 1 mg, Inositol 10 mg, DHA vegetal 50 mg





PURAVIDA | ACADEMY

Flávio Passos

pura vida