

FICHA TECNICA DE CAPSULAS SIN ESTRÉS

Suplemento alimenticio formulado a base de extractos herbales y nutrientes que actúan de forma sinérgica para favorecer el equilibrio físico, mental y emocional, así como mejorar la resistencia al estrés, la fatiga y el rendimiento general.

La combinación de Ashwagandha (*Withania somnifera*), Rhodiola rosea y Cúrcuma longa aporta un efecto adaptógeno y antioxidante, mientras que el citrato de magnesio y el L-triptófano contribuyen a la regulación del sistema nervioso y al equilibrio del estado de ánimo. El Omega 3 refuerza las funciones cognitivas y cardiovasculares, y el ácido cítrico actúa como regulador metabólico y antioxidante auxiliar.

Mecanismo de acción conjunto

El efecto integral de esta formulación se basa en la sinergia de adaptógenos, aminoácidos y micronutrientes esenciales que participan en la modulación del eje neuroendocrino y en la protección celular frente al estrés oxidativo:

- Ashwagandha y Rhodiola rosea: Regulan el eje hipotálamo-hipófisis-suprarrenal, reduciendo la liberación excesiva de cortisol y mejorando la respuesta adaptativa al estrés físico y mental.
- Cúrcuma: Su componente activo, la curcumina, ejerce efectos antiinflamatorios y antioxidantes a nivel celular, protegiendo tejidos y mejorando la función cognitiva.
- Citrato de Magnesio: Aporta magnesio biodisponible, esencial para la transmisión nerviosa, la función muscular y la producción de energía celular (ATP).
- L-Triptófano: Precursor directo de serotonina y melatonina, regula el estado de ánimo, el sueño y el apetito.
- Ácido Cítrico: Participa en el ciclo de Krebs como cofactor metabólico, mejorando la biodisponibilidad de minerales y la eficiencia energética celular.

- Omega 3 (EPA/DHA): Regula la función neuronal, la comunicación sináptica y la integridad de membranas celulares, además de tener acción antiinflamatoria sistémica.

La combinación equilibra el sistema nervioso, mejora la homeostasis metabólica y fortalece la resistencia al estrés físico y mental.

Usos recomendados (suplemento alimenticio)

- Apoyo en situaciones de estrés, ansiedad leve y fatiga crónica.
- Favorece el equilibrio emocional y la claridad mental.
- Auxiliar en la mejora del sueño y la concentración.
- Refuerza la función inmune y el metabolismo energético.
- Contribuye al bienestar general durante periodos de alta exigencia física o mental.
- Complemento en programas de salud neuronal, cognitiva y hormonal.

Beneficios principales

1. Efecto adaptógeno natural: Ashwagandha y Rhodiola ayudan al organismo a mantener su equilibrio frente a situaciones de estrés físico o emocional.
2. Regulación del sistema nervioso: El triptófano y el magnesio mejoran la transmisión sináptica y la producción de neurotransmisores relacionados con el bienestar (serotonina, dopamina).
3. Propiedades antioxidantes y antiinflamatorias: La cúrcuma y el omega 3 reducen el daño oxidativo, fortalecen el sistema inmune y mejoran la salud articular y cardiovascular.
4. Apoyo cognitivo y mental: Promueve la concentración, la memoria y el rendimiento intelectual.
5. Optimización metabólica: El ácido cítrico mejora la absorción mineral y contribuye al equilibrio ácido-base.
6. Bienestar integral: Favorece la vitalidad, la recuperación muscular y la estabilidad emocional.



FICHA TECNICA

REV. 01

COD. CAPSINES

FECHA DE EMISIÓN: ENERO
2025

FECHA DE REVISIÓN: ENERO
2030

PAGINA 3 DE 3

Aplicaciones

- Sector nutracéutico: Formulación premium para suplementos antiestrés, energizantes y cognitivos.
- Programas de bienestar corporativo: Complemento para profesionales expuestos a estrés prolongado.
- Apoyo deportivo: Mejora la recuperación y el rendimiento físico sin estimulantes químicos.
- Salud mental y emocional: Complemento para equilibrio del estado de ánimo y regulación del sueño.

Advertencias y contraindicaciones

- No exceder la dosis recomendada por el profesional de salud.
- No se recomienda su uso en mujeres embarazadas o en periodo de lactancia.
- No administrar en personas con tratamiento antidepresivo o ansiolítico sin supervisión médica.
- Producto no destinado al diagnóstico, tratamiento, cura o prevención de enfermedades.
- Manténgase fuera del alcance de los niños.
- Conservar en lugar fresco, seco y alejado de la luz directa.

Nota: Este es un documento generado por computadora por lo tanto no requiere firma autógrafa.