

NutriQ10



Composizione

Amido di Riso	132,5 mg
Klamath RW®	100 mg
Coenzima Q10 (Ubidecarenone)	20 mg
Altri ingredienti: Magnesio stearato vegetale.	

Indicazioni

- Afezioni coronariche e problematiche cardiovascolari.
- Ipertensione.
- Afezioni periodontali.
- Defezione energetica e immunitaria.
- Processi ossidativi (soprattutto epatici) e invecchiamento.
- Pratica sportiva.
- A cicli di 3 mesi come preventivo per tutti gli adulti che abbiano superato i 30 anni di età.
- Astenia e convalescenza.
- Coadiuvante nelle diete ipocaloriche e/o ipercaloriche (dimagrimento o azione ricostituente).

Suggerimenti d uso

Nell'acuto 2 capsule tre volte al di.
Profilassi 1 capsula tre volte al di.

Tonificazione cardiovascolare e antiossidante

Simile per struttura alla vitamina E, il coenzima Q10, o ubidecarenone, è indispensabile per la respirazione e rigenerazione cellulare, in quanto partecipa attivamente al ciclo di Krebs di produzione dell'energia.

Svolge un ruolo centrale nel funzionamento del muscolo cardiaco, ed è anche un potente antiossidante. La carenza di coenzima Q10 si evidenzia negli anziani (ma sempre di più anche nei giovani), nelle afezioni coronariche, nella soppressione immunitaria e nelle afezioni periodontali. E' dunque essenziale nei trattamenti e nella profilassi delle cardiomiopatie, ischemie, angina pectoris; per chi voglia incrementare i propri livelli di energia e per combattere l'invecchiamento. In NutriQ10 la perfetta sinergia che si crea con la microalga Klamath consente di accrescerne sensibilmente l'efficacia e aumentarne l'azione antiossidante ed energetica.

Coenzima Q10

PATOLOGIE CARDIOCIRCOLATORIE

La più nota ripercussione della mancanza di coenzima Q10 è l'afezione coronarica; pazienti con vari disturbi cardiaci dimostrano una consistente carenza di coenzima Q10 a livello ematico. Quando possibile, la biopsia svela generalmente una carenza a livello del miocardio. All'inizio degli anni '90 almeno 50 studi a livello internazionale hanno dimostrato l'efficacia del Q10 in patologie cardiovascolari quali le cardiomiopatie, aritmie, afezioni coronariche, insufficienza cardiaca congestizia, prolasso della valvola mitrale e ipertensione;¹ alcuni pazienti in attesa di trapianto cardiaco sono stati sottoposti alla somministrazione di 100 mg di Q10 al giorno per 30 giorni e il miglioramento è stato talmente netto da evitare i trapianti.² In uno studio di 6 anni su 126 pazienti anziani affetti da cardiomiopia dilatata cronica (classe II-III-IV), sottoposti alla somministrazione di 100 mg di

coenzima Q10 orale al giorno, l'87% dei pazienti mostrarono sensibili miglioramenti nell'arco di sei mesi. A parte due casi accompagnati da prurito, non vi furono altri casi di effetti collaterali o sintomatici riportati in sei anni di uso quotidiano di coenzima Q10.³ Altri studi hanno dimostrato l'efficacia del Q10, a dosaggi di almeno 100 mg al di, nelle cardiomiopatie.⁴ In 3 diversi studi, la somministrazione di 100 mg al di di Q10 a migliaia di pazienti infartuati ha prodotto un miglioramento di funzioni respiratorie, edema e palpitazioni nel 75% dei casi, senza nessun effetto collaterale.⁵ E' stato accertato che i pazienti cardiopatici hanno mediamente il 25% in meno di Q10 rispetto al normale, un dato significativo se si considera che con una carenza di Q10 del 75% il cuore cesserebbe di battere!⁶ Un altro dato importante in rapporto al ruolo cardiotropico del Q10 è il suo elevato potere antiossidante. Data la sua



Informazione scientifica
strettamente riservata

naturale propensione a migrare verso il muscolo cardiaco (l'organo che ne è in assoluto più ricco), il coenzima Q10 previene l'ossidazione del colesterolo in LDL, e dunque la formazione di aterosclerosi arteriosi. Diversi ricercatori hanno indicato il Q10 come il più importante antiossidante per prevenire l'aterosclerosi.⁷ Infine, diversi studi hanno dimostrato che il Q10 può svolgere una potente azione di normalizzazione dell'ipertensione.⁸

DIABETE E OBESITÀ

E' noto che il diabete è strettamente legato all'insorgenza di malattie circolatorie. Il Q10, oltre ad essere efficace su queste ultime, ha dimostrato di poter ridurre il tasso glicemico del sangue nel giro di 6 mesi con un dosaggio di appena 60 mg al giorno.⁹ Anche per quanto riguarda l'obesità il coenzima Q10 può svolgere un ruolo importante, in quanto sembra favorire il dispendio energetico dei grassi accumulati. Circa il 50% delle persone sovrappeso sono carenti in Q10, e la supplementazione di Q10 può contribuire ad aumentare notevolmente il successo delle diete ipocaloriche.¹⁰

MALATTIE PERIODONTALI

L'area anatomica di maggior presenza del Q10, oltre a quella cardiaca, è la periodontale. Ciò spiega, almeno in parte, perché il Q10 sia in grado non solo di prevenire ma anche di combattere piorrea e altre patologie periodontali, come confermato da diversi studi.¹¹

ENERGIA E ATTIVITÀ ANTIOSSIDANTE

Il Q10, come si è detto, è direttamente responsabile della produzione cellulare di energia, ed è dunque un fondamentale supporto per chiunque eserciti attività fisiche ad alto dispendio energetico, come è ad esempio il caso degli sportivi. Oltre a ciò, il Q10 è un potente antiossidante, capace di contrastare efficacemente i radicali liberi in eccesso che si producono all'interno della cellula e attaccano i mitocondri.¹² Esso è dunque essenziale per rallentare l'invecchiamento cellulare, e per prevenire i danni ossidativi che si producono anche in chi svolga attività fisiche e sportive intense. Infine, il coenzima Q10 è in grado di aumentare la capacità respiratoria, soprattutto nel caso di individui affetti da problemi polmonari.¹³

Apporto nutrienti / componenti erboristici	x 100 g	x 1 cps
Microalghe Klamath	30,8 g	100 mg
Coenzima Q10 (ubidecarenone)	6,2 g	20 mg

ALTRE PATOLOGIE

Dato il ruolo globale svolto dal Q10 nell'organismo, sembra evidente che la correzione di eventuali carenze di Q10 possa produrre risultati significativi nelle più diverse patologie. Ad esempio, è stato rilevato che le persone affette da tumore hanno livelli estremamente bassi di Q10. Anche se questo non significa che la correzione di tale carenza sia curativa del tumore, tuttavia almeno uno studio importante ha dimostrato la capacità del Q10 ad elevati dosaggi (390 mg al dì) di migliorare radicalmente, e in alcuni casi addirittura di far recedere, i tumori al seno.¹⁴ Altri studi hanno dimostrato l'azione benefica del Q10 nel morbo di Alzheimer;¹⁵ nella distrofia muscolare;¹⁶ nella malattia di Huntington;¹⁷ nell'infertilità maschile.¹⁸

Microalghe Klamath Refractance Window®

IL PROBLEMA DELL'ASSIMILAZIONE

È stato dimostrato che gran parte dei supplementi di Q10 non sono sufficientemente assimilati. Per essere assimilato, infatti, il Q10 ha bisogno di tutta una serie di cofattori nutrizionali, tra cui gli acidi grassi essenziali. In generale è dunque bene assumere il Q10 assieme a cibi contenenti acidi grassi. NutriQ10 risolve comunque il

problema alla radice perché aggiunge al Q10 una quantità sufficiente di microalghe Klamath che contengono tutti i cofattori di cui il Q10 ha bisogno per essere assimilato, inclusi acidi grassi essenziali di ottima qualità. In effetti studi recenti hanno confermato come la Klamath sia in grado di normalizzare il metabolismo dei grassi anche grazie alla sua dotazione di acidi grassi essenziali Omega 6 e soprattutto Omega 3.¹⁹

Dosaggi

Per una integrazione puramente preventiva di Q10 può essere sufficiente anche il dosaggio minimo di 20 mg al dì (una capsula). Per ottenere risultati terapeutici occorre però assumere quantità notevolmente superiori, dagli 80 ai 160 mg al dì.

1. Vedi, ad esempio, Greenburg S., Frishman W.H., *Journal of Clinical Pharmacology*, 1990; 30: 596-608.
2. Mortensen S.A., et al., *Clinical Investigator*, 1993; 71:S116-S123.
3. Langsjoen P.H. et al., *American Journal of Cardiology*, 1990; (65): 521-23.
4. Langsjoen P.H. et al., *International Journal of Tissue Research*, 1990; 12(3): 163-68;
5. Morisco C. et al.; Baggio E. et al.; Lampertico M. et al.; *Clinical Investigator*, 1993; 71: S129-S149.
6. Folkers K. et al., *Journal of Optimal Nutrition*, 1993; 2(4): 264-274.
7. Mohr D. et al., *Biochimica et Biophysica Acta*, 1992; 1126: 247-54; Esterbauer H., et al., *Free Radical Research Communication*, 1989; 6: 67-75.
8. Digiesi V. et al., *Current Therapeutic Research*, 1992; 51(5): 668-72.
9. Shimora Y., et al., *Japanese Journal of Clinical and Experimental Medicine*, 1981; 58: 1349-53.
10. Uno studio ha sottoposto a dieta ipocalorica 2 gruppi di individui sovrappeso, il primo dei quali ha ricevuto 100 mg. di Q10 e il secondo un placebo. Dopo 2 mesi, mentre nel secondo gruppo ci fu una perdita media di circa 6 kg. di peso nel primo, quello del Q10, la perdita media fu di ben 15 kg. Folkers K., Yamamura Y., eds., *Biochemical and Clinical Aspects of Coenzyme Q10*, 1984; 4: 369-73.
11. Folkers K., Yamamura Y., eds., *Biochemical and Clinical Aspects of Coenzyme Q10*, 1981; 1: 294-311.
12. In effetti il Q10 sembra anche in grado di curare patologie specifiche come le encefalomiopatie mitocondriali. Sobriera C., et al., *Neurology*, 1997; 48: 1238-43; e anche Chen R., et al., *European Neurology*, 1997; 212-18.
13. Vanfracchi J.H.P., *Biomedical and Clinical Aspects of CoQ10*, 1981; 3: 235-41.
14. Lockwood K. et al., *Biochemical and Biophysical Research Communication*, 1995; 212: 172-77.
15. Imagawa M., et al., *Lancet*, Sept. 12, 1992; 340: 671.
16. Folkers K., et al., *Biochemical and Biophysical Research Communication*, 1995; 1271(1): 281-286.
17. Beal M., *Current Opinion in Neurology*, 1994; 7(6): 542-47.
18. Mancini A., et al., *Journal of Andrology*, 1994; 15(6): 591-94.
19. Rafail I. Kushak, et al., *Favorable Effects of Blue Green Algae Aphanizomenon Flos Aquae on Rat Plasma Lipid*, in *Journal of the American Nutraceutical Association*, Vol.2, n°3, Jan 2000, pp.59-65.

nutrigea

Repubblica di San Marino
www.nutrigea.com

Numero Verde
800-803980

INFORMA