

B-Plex

El B-Plex combina las vitaminas B más importantes en dosis óptimas, junto con la vitamina C y el MSM. Las diversas vitaminas B son cruciales para muchas funciones biológicas esenciales, incluyendo el metabolismo y la renovación celular. El complejo vitamínico B proporciona energía tanto para el cuerpo como para la mente.

Principios de base

Las vitaminas son necesarias para un adecuado metabolismo celular y realizan funciones catalíticas sin actuar como sustancias constructoras en sí mismas. Se conocen trece vitaminas, cada una de las cuales cumple ciertas funciones.

Teniendo en cuenta su solubilidad, las vitaminas se pueden subdividir en dos grupos: vitaminas liposolubles (A, D, E y K) y vitaminas hidrosolubles (vitaminas B y C).

Las vitaminas son esenciales para la buena salud porque sin ellas el cuerpo humano simplemente dejaría de funcionar. Los niveles insuficientes de vitaminas en el cuerpo pueden causar síntomas de deficiencia, así como enfermedades. Las vitaminas, junto con las enzimas, participan en muchas reacciones químicas del cuerpo. El complejo vitamínico B y la vitamina C, por ejemplo, desempeñan un papel importante en numerosos procesos metabólicos y también en la desintoxicación de diversos contaminantes ambientales.

La nutrición falsa, las influencias ambientales y muchos otros factores pueden dar lugar a la incapacidad de obtener cantidades suficientes de vitaminas de la dieta diaria. Por lo tanto, la suplementación con una fórmula vitamínica puede no sólo ser recomendable sino también simplemente una necesidad.

Las personas de edad avanzada sufren con frecuencia déficits vitamínicos porque, con el envejecimiento, el cuerpo ya no es capaz de absorber las vitaminas contenidas en los alimentos debido a la reducción del funcionamiento de diversos órganos.

Efectos

La **vitamina B1 (tiamina)** es responsable de la producción de energía en el cerebro. La vitamina B1, un componente básico de las enzimas, regula el metabolismo de los carbohidratos y tiene un efecto calmante y desintoxicante del sistema nervioso.

La deficiencia de vitamina B1 hace que la función cerebral disminuya y puede provocar cambios mentales como trastornos del estado de ánimo, olvido y confusión. La tiamina también influye en el importante neurotransmisor acetilcolina, responsable de una memoria sana.

Una de las funciones de la **vitamina B2 (riboflavina)** es la renovación del glutatión, una de las sustancias protectoras más importantes frente a los radicales libres.

Además de la producción de energía, la **vitamina B3 (niacina)**, junto con otras sustancias, es responsable de ayudar a mantener los niveles de azúcar en la sangre dentro de los límites normales, de proteger contra los radicales libres y de diversas funciones de desintoxicación en el cuerpo. La niacina también ayuda a mantener los niveles de colesterol saludables dentro de los rangos normales.

La **vitamina B5 (ácido pantoténico)** participa en la producción de energía a partir de la grasa y los carbohidratos. También es necesaria para la producción de ciertas hormonas y la formación de glóbulos rojos.

La **vitamina B6 (piridoxina)** desempeña un papel importante en la división y renovación celular y, por lo tanto, es especialmente importante durante el embarazo. También está involucrada en la producción de aminoácidos y de importantes neurotransmisores cerebrales como la serotonina, la dopamina y la norepinefrina. Por lo tanto, la deficiencia de vitamina B6 puede dar lugar a una variedad de afecciones graves, incluidos los trastornos del estado de ánimo.

La **vitamina B12 (cianocobalamina)** es un factor esencial para el crecimiento normal, la hematopoyesis inalterada (formación de los componentes celulares de la sangre) y la maduración de las células epiteliales. Es un factor esencial para la producción de energía y apoya la función inmunológica. La

deficiencia de vitamina B12 es una de las causas principales de las enfermedades del cerebro relacionadas con la edad.

La **biotina** está involucrada en el procesamiento de la grasa y los aminoácidos de nuestros alimentos. Unos niveles suficientes de biotina dan como resultado uñas y cabello saludables.

El **ácido fólico (vitamina B11)** es necesario para la síntesis de ADN y, por lo tanto, para el desarrollo de las células. El ácido fólico tiene un efecto positivo en todos los tejidos que se dividen rápidamente y favorece su



B-Plex

- ▶ Una aplicación combinada de vitaminas B que proporciona un mayor efecto terapéutico que la toma de vitaminas B individuales por separado
- ▶ Contribuye al rendimiento óptimo del cerebro y la memoria
- ▶ Promueve una sensación de bienestar general
- ▶ Aumenta las defensas del cuerpo y protege contra las influencias dañinas en el medio ambiente

De un vistazo

B-Plex

regeneración. Por lo tanto, una deficiencia de ácido fólico afecta principalmente a los tejidos de crecimiento rápido; por consiguiente, es fundamental obtener suficiente ácido fólico durante el embarazo. En este sentido, ciertas malformaciones embrionarias (defectos del tubo neural y espina bífida) pueden estar asociadas a una deficiencia materna de ácido fólico. Por lo tanto, se recomienda la suplementación con ácido fólico, en particular durante el embarazo. Diversos estudios han indicado recientemente que una deficiencia de ácido fólico también puede contribuir al desarrollo de numerosas enfermedades, por ejemplo, la aterosclerosis.

La **vitamina C** es capaz de atrapar los radicales libres en el cuerpo, volviéndolos inoocuos. Así, la vitamina C aumenta las defensas del organismo. Además, mejora la formación y acumulación de colágeno, una proteína importante en el organismo que es necesaria para la formación de tejidos.

El **MSM (metilsulfonilmetano)** es un compuesto de azufre importante, que juega un papel en la síntesis de muchas proteínas, incluyendo las que se encuentran en los músculos, la piel y el cabello.

Usos

Salud y bienestar: Con fines preventivos y para aumentar la sensación de bienestar general. En casos de insuficiencia de vitaminas en la dieta (por ejemplo, dieta, malnutrición) o en caso de condiciones que requieren mayores cantidades de vitaminas (por ejemplo, el crecimiento).

Embarazo y lactancia: Un suplemento de ácido fólico puede reducir el riesgo de malformaciones embrionarias. Además, el suplemento de ácido fólico puede ayudar a estimular el flujo de leche y aumentar la producción de leche durante la lactancia.

Sistema inmunológico: Para potenciar las defensas del organismo. Adecuado para el período de convalecencia después de enfermedades (debilitantes).

Rendimiento cerebral: Preservación del rendimiento cerebral óptimo y la memoria.

Sistema nervioso: En casos de salud del sistema nervioso comprometida (neuritis, neuralgias), el ácido fólico sirve para equilibrar los estados de deficiencia que pueden existir debido al aumento de la demanda relacionado con la enfermedad. También puede ayudar a estimular los mecanismos naturales de reparación.

Piel: Contribuye al tratamiento del acné común y las inflamaciones relacionadas de las glándulas sebáceas. También puede ayudar a estimular la nueva formación de colágeno.

Composición

Una cápsula contiene:

Vitamina B1	50 mg
Vitamina B2 (riboflavina)	50 mg
Vitamina B5 (Ácido pantoténico)	50 mg
Vitamina B6	10 mg
Vitamina B12	25 mcg
Biotina	1,5 mg
Ácido fólico	400 mcg
Niacina	12,5 mg
Niacinamida	87,5 mg
Vitamina C	125 mg
MSM	200 mg

de calidad farmacéutica. Otros componentes: fosfato dicálcico, celulosa microcristalina, estearato de magnesio, SiO₂.

Posología

En caso normal, para complementación alimentaria y prevención de fenómenos carenciales tomar 1 cápsula 2 veces al día con bastante líquido.




Instrucciones

Los complementos alimenticios no son un sustituto de una dieta equilibrada y variada y de un estilo de vida saludable. No debe superarse la ingesta diaria recomendada. Las personas bajo constante supervisión médica deben consultar a un médico antes de tomarlas. La información del producto no es una declaración de curación; en general, desaconsejamos la automedicación sin consultar a un médico. Se reservan los errores de impresión y de composición.

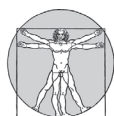
Manténgase fuera del alcance de los niños. Manténgase refrigerado y seco.

Grupo de productos de B-Plex

B-Plex se encuentra en los siguientes grupos de productos (www.vitabasix.com):

-  **Vitaminas & Suplementos nutricionales**
-  **Cerebro & Memoria**
-  **Sistema inmunológico, Protección celular & Antioxidantes**

Fabricante:



VitaBasix[®]

by LHP Inc.

www.vitabasix.com | spain@vitabasix.com

Advertencias importantes:

Nuestros productos se fabrican según el estándar de la GMP (Good Manufacturing Practice). La calidad, la pureza y la concentración son controladas continuamente por laboratorios independientes y competentes, conforme con las directrices de la FDA (Food and Drug Administration, USA).

Nuestros productos están concebidos como medida preventiva y para mejorar el bienestar general. Para su utilización como medida curativa de una enfermedad, les recomendamos consultar previamente a su médico.

Se reserva el derecho de realizar cambios y de rectificar erratas de imprenta. Version: VBX1-21