

# B-Plex

*B-Plex combina le più importanti vitamine del Gruppo B a dosaggi ottimali, oltre a contenere MSM e vitamina C. Le varie vitamine del Gruppo B sono indispensabili per molte funzioni biologiche essenziali, compreso il metabolismo e la rigenerazione cellulare. Il complesso vitaminico B dona energia sia al corpo che alla mente.*

## Principi di base

Le vitamine sono necessarie per un corretto metabolismo cellulare e svolgono funzioni catalitiche senza agire come sostanze da costruzione stesse. Vi sono tredici vitamine note, ognuna delle quali svolge determinate funzioni.

Considerando la loro solubilità, le vitamine possono essere suddivise in due gruppi: vitamine liposolubili (A, D, E e K) e vitamine idrosolubili (vitamine B e C).

Le vitamine sono essenziali per una buona salute perché senza di esse il corpo umano semplicemente cesserebbe di funzionare. Livelli insufficienti di vitamine nell'organismo possono provocare sintomi di carenza, nonché malattie. Le vitamine, insieme agli enzimi, sono coinvolte in molte reazioni chimiche nel corpo. Il complesso di vitamine B e la vitamina C, per esempio, giocano un ruolo fondamentale in numerosi processi metabolici ed anche nella disintossicazione da vari inquinanti ambientali.

Alimentazione scorretta, influenze ambientali e molti altri fattori possono impedire di ottenere quantità sufficienti di vitamine dalla dieta quotidiana. Pertanto, integrarla con una formula vitaminica potrebbe essere non solo raccomandabile bensì addirittura una necessità.

Gli anziani soffrono spesso di carenze vitaminiche perché, con l'avanzare dell'età, l'organismo non è più in grado di assimilare le vitamine presenti nel cibo per via del ridotto funzionamento di vari organi.

## Effetti

La **vitamina B1 (tiamina)** è la responsabile della produzione di energia nel cervello. Quale elemento costitutivo degli enzimi, la vitamina B1 regola il metabolismo dei carboidrati ed ha un effetto lenitivo e disintossicante sul sistema nervoso. Una carenza di vitamina B1 provoca un calo delle funzionalità cerebrali e potrebbe portare a cam-

biamenti a livello mentale, quali disturbi dell'umore, smemoratezza e confusione. La tiamina influisce anche sull'importante neurotrasmettitore acetilcolina, fondamentale per una memoria sana.

Una delle funzioni della **vitamina B2 (riboflavina)** è il rinnovo del glutathione, una delle più importanti sostanze che proteggono le cellule dai radicali liberi.

A parte per la produzione di energia, la **vitamina B3 (niacina)**, in collaborazione con altre sostanze, ha il compito di aiutare a mantenere i livelli glicemici nella norma, proteggendo l'organismo dai radicali liberi oltre a svolgere varie funzioni disintossicanti per il corpo. La niacina aiuta inoltre a mantenere i livelli di colesterolo entro i parametri ottimali.

La **vitamina B5 (acido pantotenico)** partecipa alla trasformazione di grassi e carboidrati in energia. È inoltre necessaria per la produzione di determinati ormoni e dei globuli rossi.

La **vitamina B6 (piridossina)** ha un ruolo importante nella divisione e rinnovo cellulare e pertanto è particolarmente importante durante la gravidanza. È inoltre coinvolta nella produzione di aminoacidi e di importanti neurotrasmettitori cerebrali come la serotonina, la dopamina e la noradrenalina. Per questo, una carenza di vitamina B6 potrebbe provocare una varietà di malattie gravi, compresi i disturbi dell'umore.

La **vitamina B12 (cianocobalamina)** è un fattore essenziale per una crescita regolare, per un'emopoiesi (produzione delle cellule del sangue) e per la maturazione delle cellule epiteliali. La vitamina B12 (cianocobalamina) è una protagonista essenziale della produzione di energia e sostiene la salute delle funzioni immunitarie. La carenza di vitamina B12 è una delle principali cause di malattie cerebrali legate all'età.

La **biotina** partecipa all'elaborazione dei grassi e degli aminoacidi che ingeriamo con il cibo. Livelli adeguati di biotina portano ad avere unghie e capelli sani.

L'**acido folico (vitamina B11)** è fondamentale per la sintesi del DNA e quindi per lo sviluppo delle cellule. L'acido folico ha un effetto positivo su tutti i tessuti a rapida divisione e ne favorisce la rigenerazione. Pertanto, una carenza di acido folico colpisce prima di tutto i tessuti in rapida crescita e, di conseguenza, un apporto sufficiente di acido folico è fondamentale durante la gravidanza. In questo senso, alcune malformazioni embrionali (difetti del tubo neurale e

**B-Plex**

- ▶ Un'applicazione combinata di vitamine del Gruppo B che fornisce un effetto terapeutico superiore rispetto all'assunzione separata delle varie vitamine B
- ▶ Sostiene un rendimento ottimale del cervello e la memoria
- ▶ Promuove la sensazione di benessere generale
- ▶ Aumenta le difese del corpo e protegge contro le influenze ambientali dannose

In sintesi

B-Plex

spina bifida) possono essere associati con una carenza di acido folico nella madre. Per questo, si raccomanda di integrare l'acido folico, specialmente durante la gravidanza. Vari studi hanno recentemente segnalato che una carenza di acido folico potrebbe anche contribuire allo sviluppo di numerose malattie, come per esempio l'aterosclerosi.

La **vitamina C** è in grado di intrappolare i radicali liberi nel corpo e renderli innocui. In questo modo, la vitamina C aumenta le difese dell'organismo. Favorisce inoltre la formazione e l'accumulo di collagene, una proteina importante per il corpo in quanto necessaria per la formazione dei tessuti.

L'**MSM (metilsulfonilmetano)** è un importante composto di zolfo che partecipa alla sintesi di molte proteine, comprese quelle presenti nei muscoli, nella pelle e nei capelli.

## Modo d'uso

**Salute e benessere:** A scopo preventivo e per aumentare la sensazione di benessere generale. In caso di alimentazione povera di vitamine (es. regime dietetico, denutrizione) o condizioni che richiedono un maggiore apporto di vitamine (es. durante la crescita).

**Gravidanza/allattamento:** Un'integrazione di acido folico riduce il rischio di malformazioni dell'embrione. Inoltre, l'integrazione con acido folico può aiutare a stimolare il flusso del latte e ad aumentarne la produzione durante l'allattamento.

**Sistema immunitario:** Per aumentare le difese dell'organismo. Adatto per i periodi di convalescenza a seguito di malattie (debilitanti).

**Rendimento cerebrale:** Sostiene un ottimo rendimento cerebrale e la memoria.

**Sistema nervoso:** Quando la salute del sistema nervoso è compromessa (nevriti, nevralgie), l'acido folico serve a bilanciare gli stati di carenza paralleli che potrebbero manifestarsi per via dell'aumento del fabbisogno dovuto alla malattia. Può anche aiutare a stimolare i meccanismi di riparazione naturali.

**Pelle:** Per dare supporto ai trattamenti dell'acne comune e alle relative infiammazioni delle ghiandole sebacee. Può anche aiutare a stimolare la formazione di nuovo collagene.

## Composizione

### Una capsula contiene:

Vitamina B1	50 mg
Vitamina B2 (riboflavina)	50 mg
Vitamina B5 (Acido pantotenico)	50 mg
Vitamina B6	10 mg
Vitamina B12	25 mcg
Biotina	1,5 mg
Acido folico	400 mcg
Niacina	12,5 mg
Niacinammide	87,5 mg
Vitamina C	125 mg
MSM	200 mg

in qualità farmaceutica. Altri componenti: fosfato bicalcico, cellulosa microcristallina, stearato di magnesio, SiO<sub>2</sub>.

## Dosaggio

Somministrare normalmente come integratore alimentare e per prevenire carenze 1 capsula 2 volte al giorno con abbondante acqua.




## Istruzioni

Gli integratori alimentari non sostituiscono una dieta equilibrata e variata come anche uno stile di vita sano. La dose giornaliera raccomandata non deve essere superata. Le persone che sono sotto costante controllo medico dovrebbero prima della somministrazione consultarlo. Le informazioni sul prodotto non sono da considerare delle promesse di guarigione; in generale, sconsigliamo l'automedicazione senza consultare un medico. Si declina ogni responsabilità per eventuali errori di stampa o tipografici.

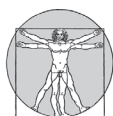
Conservare in luogo fresco e asciutto, fuori dalla portata dei bambini.

### Gruppi di prodotto contenenti B-Plex

B-Plex si trova nei seguenti gruppi di prodotto ([www.vitabasix.com](http://www.vitabasix.com)):

-  **Vitamine & Integratori alimentari**
-  **Cervello & Memoria**
-  **Sistema immunitario, protezione delle cellule e antiossidanti**

Produttore:



**VitaBasix**<sup>®</sup>

by LHP Inc.

[www.vitabasix.com](http://www.vitabasix.com) | [italia@vitabasix.com](mailto:italia@vitabasix.com)

### Informazioni importanti:

I nostri prodotti sono fabbricati conformemente alla norma GMP (Good Manufacturing Practice). La qualità, la purezza e la concentrazione sono regolarmente controllate in laboratori di prova indipendenti, osservando le direttive FDA (Food and Drug Administration).

I nostri prodotti devono essere considerati misure preventive o mezzi per migliorare il benessere generale dell'individuo. Prima di somministrare i nostri prodotti per il trattamento di malattie, si consiglia di consultare il medico curante.

Soggetto a modifiche ed errori di stampa. Versione: VBX1-21