

I-Plus® Algea

Suplementação natural de iodo.

O *plus* de energia para o dia a dia e para a prática de atividade física.



Durante o exercício físico existem mecanismos que regulam os processos metabólicos, assim como nutrientes importantes que estão envolvidos no desempenho, favorecendo a energia durante a prática da atividade física.

O iodo está relacionado com a performance física devido à ação nos hormônios da tireoide, que desempenham importante papel na síntese de proteínas musculares, no gasto de energia e na regulação da temperatura corporal. A dose diária de iodo recomendada (RDA) é de 150 microgramas em adultos e 250 microgramas em grávidas e lactantes, mas o limite de 200 microgramas tem sido avaliado. Normalmente a suplementação deste importante elemento é realizada através da dieta, mas hoje em dia a alimentação encontra-se com grande carência de iodo.

Atividade física e o benefício da suplementação com iodo

• Suplementação no pré-treino

Influência do iodo na performance do exercício e na recuperação do treino, sendo essencial a suplementação para manter o metabolismo normal e proporcionar a energia necessária para a prática de exercícios físicos.

• Suplementação do pós-treino

Durante a prática de exercícios físicos intensos há perda de iodo no suor, principalmente quando realizado em clima quente e úmido, sendo necessária a suplementação diária de iodo para a reposição dos minerais e reconstrução da massa muscular.

Outros benefícios do iodo

• Melhora da Função Cognitiva

Iodo participa das sinapses cerebrais e do processo de mielinização, os hormônios da tireoide exercem papel importante na maturação do sistema nervoso central.

• Baixa incidência de câncer de mama

A alta ingestão de iodo está associada com menor ocorrência de câncer de mama, enquanto menor ingestão está associada à maior ocorrência de câncer de mama. A incidência de câncer de mama é 3 vezes maior em pessoas com bócio resultantes de deficiência de iodo.

• Proteção Gástrica

Estudos epidemiológicos na população italiana apresentaram diminuição da incidência de câncer gástrico, pois o iodo no estômago protege as células dos danos causados pela peroxidação lipídica. Além disso, o iodo extratireoidiano protege contra o crescimento anormal de bactérias, principalmente a *Helicobacter pylori*, no estômago

• Estímulo da Imunidade

Estudos relataram que a ingestão adequada de iodo é necessária para manter uma imunidade mediada por células normais e suprimir certas doenças auto-imunes.

Nome Científico

Ascophyllum nodosum

Dose usual

Melhora da Cognição: 200 mg a 1 g
Suplementação Pré e Pós-treino: 500 mg a 1g
Obs: 1g de **I-Plus® Algea** contém entre 800 mcg a 1100 mcg de iodo

Atributos do produto

- Alga marrom da Noruega pura e seca
- Rica composição da alga marrom por viver em ambiente hostil do Ártico
- Método de colheita sustentável
- Ativo totalmente natural para reposição de iodo
- Promove energia para o dia a dia
- Suplementação pré-treino para melhorar a performance
- Reposição dos minerais e reconstrução da massa muscular pós-treino
- Favorece o estímulo do metabolismo energético
- Contribui para a normalização da função cognitiva
- Auxilia na manutenção da imunidade
- Previne contra o câncer de mama e gástrico
- Proteção gástrica contra o crescimento da *Helicobacter pylori*
- Livre de GMO e solventes
- Possui Certificado Halal, Orgânico e Kosher

Pensando nos benefícios e importância da suplementação de iodo, a Galena em parceria com a empresa Norueguesa Algea, traz para o mercado a alga marrom pura e seca, **I-Plus® Algea composta de Vitaminas, Minerais, Polifenóis, Florotaninos, Fucoídanos, Ácido Algínico e alta concentração de iodo biodisponível**, que representam uma solução natural para quem se exercita regularmente e procura o estímulo do metabolismo energético, além de também equilibrar os hormônios da tireoide, que desempenham importante papel na síntese de proteínas musculares, gasto de energia e na regulação da temperatura corporal.

EFICÁCIA DE I-PLUS ALGEEA®

Estudo *IN VIVO*

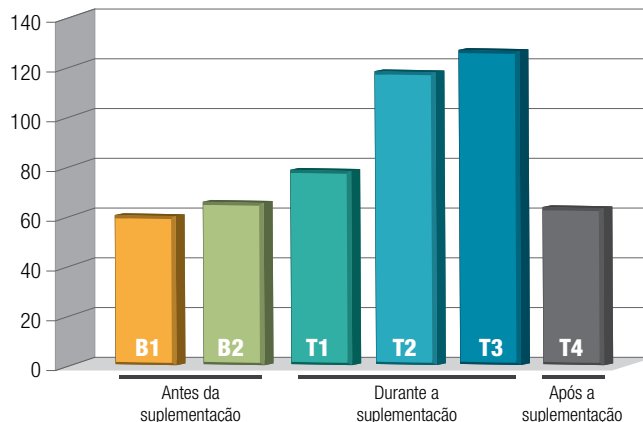
Alta biodisponibilidade do iodo presente no I-Plus® Algea.

Estudo realizado em 18 voluntários saudáveis para avaliar a biodisponibilidade do iodo presente no **I-Plus® Algea** através da análise do conteúdo de iodo na urina.

Durante 3 semanas foi suplementado cápsulas de **I-Plus® Algea** com 50 mcg de iodo: T1 – 1 cápsula ao dia durante a primeira semana, T2 – 2 cápsulas ao dia durante a segunda semana, T3 – 3 cápsulas ao dia durante a terceira semana e T4 – Durante a quarta semana não foram administrados nenhuma cápsula para avaliar se há redução da concentração de iodo. Antes do início da suplementação foram analisados 2 urinas como padrão (B1 e B2).

RESULTADO

A suplementação de **I-Plus® Algea** nas três concentrações demonstrou aumento de iodo em comparação com o padrão, confirmando a biodisponibilidade no organismo do iodo presente na **I-Plus® Algea**.



Análise da biodisponibilidade do iodo presente no **I-PLUS® ALGEEA**

Uso *IN* e *OUT* no cuidado do corpo na prática de atividade física

Pré-treino - Melhora da performance física

| | |
|-----------------------------------|--------|
| I-Plus® Algea..... | 500 mg |
| Vinoxin®..... | .50 mg |
| PQQ..... | .10 mg |
| Extrato de <i>Green Tea</i> | 200 mg |

Administrar 1 dose, 30 minutos antes do treino.

Pós-treino - Reposição dos minerais e reconstrução da massa muscular

| | |
|--------------------|--------|
| I-Plus® Algea..... | 300 mg |
| Vinoxin®..... | 200 mg |
| Vitamina C..... | 120 mg |

Administrar 1 dose, 1 hora após o treino.

Firmeza e tonificação corporal

| | |
|-----------------------------|-------|
| Actigym™..... | 5% |
| Relistase™..... | 4% |
| Creme com Xalifin® qsp..... | .60 g |

Aplicar na região desejada, diariamente.

Plus de energia no dia a dia

A energia para o dia

| | |
|--------------------|----|
| I-Plus® Algea..... | 1g |
|--------------------|----|

Administrar 1 dose, pela manhã.

Literatura do fabricante

– ALGEEA (Noruega)

Combat, E. et al. Low-level seaweed supplementation improves iodine status in iodine-insufficient women. *Br J Nutr*; 112(5): 753-61, 2014 Sep 14.

Iodine status worldwide. WHO Global

Database on Iodine Deficiency.

Macedo, M.S. et al. Deficiência de iodo e fatores

associados em lactentes e pré-escolares de

um município do semiárido de Minas Gerais,

Brasil, 2008. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro,

28(2):346-356, fev, 2012.

Magistral 0800 142 700 0800 701 4311
vendas@galena.com.br

Industrial 0800 144 150
negocios@galena.com.br

Atendimento 0800 771 4270
sac@galena.com.br

Exclusividade



Produzido na Noruega