



FORMATO:
60 CAPS.
(REF. 12489)



• Ashwagandha KSM-66® e.s. (5% withanolides) ecológica 500 mg

Es conocida por la medicina ayurvédica desde hace miles de años (4.000 aproximadamente), y ha sido utilizada con fines terapéuticos de manera efectiva por generaciones de médicos ayurvedas. El extracto de Ashwagandha KSM-66® es un **extracto potente, extraído únicamente de la raíz, orgánico** y con muy baja cantidad de withaferina A (citotóxico). Crece en cultivos ecológicos en India y sólo se extrae de la raíz ya que es la parte principal de la planta que se utiliza en la ayurveda.

Es uno de los **adaptógenos** más utilizados por sus virtudes saludables. Una planta o substancia adaptógena es la que es capaz de modular y equilibrar diferentes sistemas del organismo; **energético, nervioso e inmunológico**. Es una planta considerada un efectivo tónico y revitalizante, para reducir el estrés, la debilidad y la anemia.

Es útil para **reducir el estrés**; entendiendo como estrés aquellos factores externos que recibe una persona, a los cuales debe de responder adecuadamente el individuo, activando sus recursos de respuesta. El mecanismo de la Ashwagandha para reducir o regular el estrés prolongado se produce **estimulando los receptores GABA** (neuro-transmisor inhibidor del sistema nervioso), produciendo un efecto de relajación y aumentando la producción de dopamina (hormona del placer), que en una situación de estrés estará muy disminuida en sangre. Los niveles bajos de dopamina inducen a la depresión. Por tanto, la ashwagandha actuará positivamente en situación de **ansiedad y depresión**.

Es un destacado revitalizante, destinado sobre todo a personas de edad avanzada, para **frenar la pérdida de ánimos y de vitalidad**, y para combatir la astenia.



Dosis diaria recomendada:
1 o 2 cápsulas al día, después de la comida.