

# MEMORABLE

## SUPLEMENTO ALIMENTAR

### Apresentação

Embalagem de 60 cápsulas

Ingredientes	TDR (1 Cápsula) % VRN*		TDR (3 Cápsulas) % VRN*	
Bisglicinato de Magnésio (20% de Magnésio elemento)	300 mg	16 %	900 mg	48 %
Extrato seco de <i>Bacopa monnieri</i> (padronizado a 20% de bacosídeos)	100 mg	-	300 mg	-
Fosfatidilserina de soja	50 mg	-	150 mg	-
<b>Antiaglomerantes:</b> Celulose microcristalina, Dióxido de silício, Estearato de magnésio (E 470b)				
<b>Cápsula:</b> Gelatina, Dióxido de Titânio (Corante).				

\*VRN = Valores de Referência do Nutriente: Regulamento (EU) n° 1169/2011 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 25 de outubro de 2011.

### Indicações

Estimula a circulação periférica e o fluxo de sangue ao cérebro.  
Reduz consideravelmente a degenerescência neuronal.  
Aumenta a taxa de oxigenação das células cerebrais.  
Diminui as dores de cabeça, as enxaquecas e as vertigens.  
Está indicado em casos de perda de memória de curto prazo (estudantes em período de exame, cansaço intelectual, falta de concentração).  
Combate os problemas mentais associados ao envelhecimento (Senilidade).  
Melhora a concentração, visão e audição.  
Diminui os zumbidos dos ouvidos.

### Toma diária recomendada (TDR)

1 a 3 cápsulas por dia, às refeições.

### Características

#### Magnésio

Contribui para o normal funcionamento do sistema nervoso. É imprescindível para o normal funcionamento dos neurónios, permitindo a transmissão de impulsos nervosos aos músculos e do sistema nervoso. É um importante cofactor enzimático e contribui ainda para a duplicação do ADN e renovação celular.

#### Fosfatidilserina

Melhora as funções cognitivas e a memória mnemónica. Aumenta a capacidade de concentração e de comunicação (fluidez de linguagem), é indicado para o cansaço intelectual, combate os problemas de memória e influência favoravelmente as demências senis (Alzheimer).

### *Bacopa monnieri*

É uma planta natural da Índia e tem uma longa história de uso, na tradição da medicina Ayurveda, no tratamento de uma série de distúrbios, particularmente aqueles que envolvem a ansiedade, o intelecto e a memória fraca (Singh e Dhawan 1997).

Estudos têm demonstrado que esta planta contém muitos ingredientes ativos, incluindo uma série de alcalóides e saponinas, no entanto os seus principais componentes são as saponinas esteróides, bacosídeos A e B.

Estes estudos têm demonstrado que a Bacopa melhora a taxa de aprendizagem, melhora a retenção de conteúdos e a memória.

### Recomendações

Não deve ser excedida a toma diária indicada.

Os suplementos alimentares não são substitutos de um regime alimentar variado e equilibrado nem de um modo de vida saudável.

Conservar na embalagem original protegida da luz, em local seco e a temperatura inferior a 25°C.

Manter fora da vista e do alcance das crianças.

O uso seguro durante a gravidez e amamentação não foi estabelecido. Na ausência de dados suficientes, o uso durante estes períodos não é recomendado.

O produto não deve ser utilizado no caso de hipersensibilidade ou alergia a qualquer um dos constituintes da formulação.

