

LAMBERTS®

MAGAZINE

Desde 1989
Lamberts Española, S.L.
91 415 04 97
www.lambertsespanola.es

En este número:

- ¿Está usted bajo en nutrientes vitales?.
- Alergias y Resfriados. Apoyo nutricional ortomolecular.
- Importancia del cuidado del sistema inmunitario.
- Nuevos Productos LAMBERTS®.
- Preguntas y testimonios sobre productos LAMBERTS®.
- Entrevista al profesional y eventos de participación.
- Noticias recientes sobre investigaciones en nutrientes.
- Lo imprescindible de la temporada para nuestros hijos.
- Y más secciones de gran utilidad.

Septiembre 2014

... a la vanguardia de la nutrición responsable

LAMBERTS®
THE PROFESSIONAL RANGE

DESDE 1989



Lamberts
Española, S. L.

Lamberts Healthcare Ltd., nuestro proveedor:

Establecida desde 1982 en Tunbridge Wells, Inglaterra, bajo el nombre de Lamberts Dietary Products Ltd.

Lamberts Healthcare Ltd., desde el año 2003, es parte de la Compañía Farmacéutica Merck KGaA, cuyas raíces se remontan al año 1668 cuando fue adquirida por Friedrich Jacob Merck.

Con 30 años de experiencia en el mercado, exporta a más de 39 países. Sus productos son elaborados y envasados en el Reino Unido bajo las estrictas normas farmacéuticas de fabricación GMP. Lleva a cabo sus propios estudios clínicos, con una inversión de más 400,000 libras esterlinas y es por ello también que los productos formulados son efectivos, seguros y con la potencia adecuada.

Lamberts Española, S.L., distribuidor exclusivo desde su constitución en 1989, trabaja en estrecha vinculación con Lamberts Healthcare Ltd. para mantener una continua actualidad en todo lo que concierne a nuestro sector, estando a la vanguardia de la nutrición de manera responsable.



CALIDAD Y SEGURIDAD

Complementos, elaborados y envasados cada mes en el Reino Unido. ✓

Fabricación bajo estándares farmacéuticos GMP. ✓

Establecida desde hace más de 30 años. ✓

La fábrica tiene edificaciones reales, con direcciones y personas reales. ✓

Productos frescos, manufacturados con nuestras propias fórmulas y especificaciones. ✓

Selección de la materia prima de mayor grado de pureza. Años de experiencia. ✓

Ingredientes No modificados genéticamente. ✓

Ingredientes No Irradiados (comprobados posteriormente para su seguridad). ✓

Fórmulas respaldadas por estudios científicos. ✓



Índice de contenidos

3 Estimado Cliente

Carta del Presidente.

4 LAMBERTS® Informa

¿Está usted bajo en nutrientes vitales?
Diferencias entre alergias y resfriados.

7 Bienestar y Salud Natural

Importancia del sistema Inmunitario.
Equinacea y Probioguard®.

8 Conozca más de

Nuevas Fórmulas LAMBERTS®.

Complejo de Teanina y Bálsamo de Limón, Arándano Rojo en Tabletas-Alta Concentración, Zumo Concentrado de Cereza 500 ml.

Fórmulas Renovadas LAMBERTS®.

Vitamina D 1000 UI cápsulas.

Preguntas y testimonios sobre productos LAMBERTS®.

10 Nuestro sector al día

Eventos y actividades.
El Profesional de la Salud.
Libros a su disposición.

12 Bocados de nutrición

Noticias Científicas de publicaciones internacionales.

14 Imprescindible para la temporada

Bienestar de nuestros hijos. Multi-Guard® for Kids, Inmuno-Strength®, Zinc Plus, Omega-3 for kids.

15 Esenciales para su profesión

Etiquetado del producto LAMBERTS® y Acceso a Healthnotes.

16 LAMBERTS® recomienda

La mejor selección para:
Astenia Otoñal: Hierba de San Juan, 5HTP, L-Teanina, Ginseng Coreano.

Bienestar del sistema circulatorio y cardiovascular: Aceite del Fruto del Espino Amarillo, Co-Enzima Q10, Vitamina C y VeinTain®.

La mejor selección de Calcio: Megamineral Complex, Osteoguard®, Calcio masticable y CalAsorb®.

19 Pasatiempo nutricional

Preguntas y crucigrama de LAMBERTS.

20 Programa nutricional para parejas que desean concebir

StrongStart® for men & women.

Estimado Cliente



Estimado Cliente,

Agradecemos a todos; profesionales, establecimientos y público en general sus preguntas y excelentes opiniones acerca de nuestra empresa, productos, y publicaciones técnicas. Una de las preguntas más interesantes es: **¿Cómo elijo el complemento alimenticio más adecuado?**

Además del buen consejo profesional, es esencial conocer la procedencia y garantías del producto que vayamos a consumir. Hay múltiples alternativas en el mercado para elegir. Por nuestra parte podemos garantizar nuestros productos están formulados al 100% con bases científicas válidas. Los ingredientes utilizados son de alto grado de pureza, y siempre que sea posible, de grado farmacéutico, siendo además fabricados bajo estándares farmacéuticos GMP. Todo ello y más hace que LAMBERTS® sea una elección segura y efectiva.

Deseamos informar a todos nuestros clientes, que Lamberts Española SL, está adecuando el etiquetado de todos los productos **LAMBERTS® The Professional Range** según el Reglamento (UE) Nº 1169/2011 del Parlamento Europeo. Próximamente Uds. podrán disponer de la información que legalmente deben dar al consumidor, de acuerdo con el mencionado reglamento.

Sus positivos comentarios acerca de nuestro Magazine nos inspiran a continuar la labor de convertir esta publicación en una herramienta útil y práctica. Le animamos a que ponga a disposición de sus clientes el Magazine solicitándonos cuantos ejemplares necesite. Fortalezcamos nuestro sector informando a la población responsablemente.

También vemos como el concepto del apoyo nutricional para todas las edades se va extendiendo. Los mayores velan cada día más por la buena nutrición de los pequeños. Los productos LAMBERTS® para niños cada vez tienen más demanda. Recibimos con mucha alegría los testimonios satisfactorios de los Profesionales y clientes debido a su gran aceptación por parte de los peques y sus buenos resultados.

Continuamente vemos como se va tomando muy en serio por los gobiernos de diferentes países la Buena Nutrición como medida preventiva. Recientemente El Consejo para la Nutrición Responsable (CRN) de los EE.UU., ha publicado un nuevo informe que se titula, **“Prevención Smart - Cuidado inteligente de la salud, ahorro de costes de atención médica de la nación, resultantes de la utilización selectiva de los suplementos dietéticos”**. En otras palabras, la buena nutrición funciona, previene y ayuda. Ya lo van reconociendo diferentes gobiernos para ayudar a sus ciudadanos! En nuestra Web puede encontrar la traducción del informe.

Lo que nuestro sector ha defendido durante años, aun con muchos embates, cada día es más claro! Enhorabuena a todas las empresas de complementos alimenticios, Profesionales de la Salud, herbolarios, farmacias, tiendas dietéticas, que han persistido durante todos estos años con la confianza puesta en los beneficios de la Buena Nutrición como medio de bienestar.

Gracias por permanecer con nosotros día a día y darnos la satisfacción de continuar la misión de estar “a la vanguardia de la nutrición responsable”.

Reciban nuestro más afectuoso saludo,

Rubén Dávila Miguel
Presidente
Lamberts Española, S.L.



¿Está usted bajo en nutrientes vitales?

Varios periodistas del Reino Unido cuestionaban la necesidad de los suplementos alimenticios. La nutricionista Keri Filtress invitó a los periodistas a efectuar una analítica en el respetable laboratorio BIOLAB para evaluar sus niveles de nutrientes; todos estaban bajos. El test incluyó niveles de Hierro, Omega-3, Magnesio, Vitamina B2 y Vitamina D. Una de las periodistas se entusiasmó tanto con el proyecto, que quiso hacer la analítica a lectores de diferentes grupos. Los resultados se muestran a continuación. Por Caroline Jones. Artículo del "DAILY MIRROR", 27/3/2014

La mayoría de los adultos con una dieta variada, deben obtener de sus alimentos, todas las vitaminas y minerales que necesitan, dicen los expertos. Pero, ¿es esto cierto? Hemos examinado a cuatro lectores muy diferentes para averiguarlo.

Todo el mundo sabe que las vitaminas son esenciales para un cuerpo saludable. Y de acuerdo con las directrices actuales, sólo las mujeres embarazadas, los niños pequeños y las personas mayores o enfermas tienden a estar bajos en vitaminas y minerales. Al resto de nosotros simplemente se nos dice que si hacemos una dieta sana y equilibrada obtendremos todos los nutrientes necesarios para una buena salud.

Pero, ¿cuántos de nosotros se las arreglan para obtener, a nuestro modo, las 5 porciones recomendadas de frutas y verduras al día?, o las dos raciones semanales de pescado?.

"Hay innumerables razones por las que muchos de nosotros no obtenemos todos los nutrientes que necesitamos de nuestra dieta", dice la nutricionista Keri Filtress, "desde diferentes ideas de lo que constituye una dieta "sana", al hecho de que en estos días, el suelo en donde nuestros alimentos se cultivan están deficientes en minerales, y no estamos recibiendo lo necesario de ellos".

Debido a la demanda de vegetales y fresas durante todo el año, ya no se compra localmente; sino que confiamos en su lugar en alimentos que han volado alrededor del mundo, perdiendo su frescura y nutrientes a lo largo del camino.

¡Al ser estudiante como un montón de basura!: Poppy Dorans, 23 años, estudiante de diseño que vive en Harpenden Herts.

Resultados:

Vitamina B2	1.53	Deficiente
Omega-3	2.6%	Bajo
Vitamina D	70	Moderadamente bajo

Poppy dice: "He sido estudiante durante los últimos cinco años, y en ocasiones mi dieta ha estado muy mal. Tiendo a picar comida basura como patatas fritas, chocolate y pasteles en lugar de hacer comidas adecuadas. Cuando yo cocino, es generalmente pasta. No tomo cinco porciones de frutas y verduras todos los días, y sólo como pescado una vez al mes. Pero yo paseo los perros de mi familia cuatro veces a la semana, así que hago algo de ejercicio al aire libre. Comer mejor es algo que pienso hacer cuando mis estudios hayan terminado, ya que sufro terribles cambios de humor debido a mi periodo y los niveles de energía son siempre bajos".



Los suplementos vitamínicos no son un sustituto de la dieta saludable, pero pueden ayudar a cerrar la brecha entre la dieta que nos gustaría comer en un mundo ideal y los alimentos que realmente logramos consumir.

Pero cuando se trata de la vitamina D – deficiente en todos nuestros casos de estudios-, es imposible conseguir lo suficiente con la dieta, ya que la mayoría de ese nutriente vital proviene de la exposición a la luz solar. No es de extrañar que hasta un 75% de la población sea deficiente durante los meses de invierno, una estadística preocupante si tenemos en cuenta que la falta de vitamina D se ha relacionado con una serie de problemas de salud, desde debilidad en el sistema inmunológico, hasta con el cáncer y la depresión.

Los bajos niveles de ácidos grasos omega-3, que se encuentran en los pescados azules como el salmón y la caballa-, se han relacionado con una pobre salud del corazón y de la función cerebral. Los científicos dicen que una o dos porciones de pescado azul/graso a la semana, puede reducir drásticamente el riesgo de enfermedades del corazón, pero las encuestas sugieren que dos tercios de los adultos nunca lo comen. Ya no somos la nación amante de los pescados que una vez fuimos.

Para saber qué tan generalizada estaban las deficiencias nutricionales, pedimos a cuatro lectores aparentemente saludables que se sometieran a analíticas de sangre en Harley Street BioLab (biolab.co.uk), y luego preguntamos a la asesora nutricionista Keri Filtress, por su veredicto sobre sus resultados.

La nutricionista Keri dice: "Los niveles de Vitamina D de Poppy son bajos, pero no tan malos teniendo en cuenta que estamos saliendo de un invierno muy deprimente. Sacar a caminar los perros probablemente le ha ayudado, ya que hay evidencia de que las personas que pasean los perros tienen niveles más altos de vitamina D.

Sus niveles de B2 están muy bajos, esto es bastante común. La levadura de cerveza, hígado, otras vísceras y el pescado azul son las fuentes más ricas, ninguno de ellos son particularmente populares en la dieta de hoy.

El ser deficiente en los niveles de vitamina B2 se relaciona con baja energía y estado de ánimo, sin embargo y al igual que las otras vitaminas del complejo B, puede empeorar los síntomas del síndrome premenstrual. Del mismo modo, los bajos niveles de ácidos grasos Omega-3, manifestados por la falta de pescado en la dieta de Poppy, pueden contribuir al síndrome premenstrual. Algunos estudios han encontrado que tomando suplementos pueden aliviarse los cambios de humor, la inflamación y los dolores de cabeza".



¡Yo como bien, pero me siento cansada todo el tiempo!: Sarah Jane Harper es una mamá de 38 años de Hemel Hempstead Herts. Vive con su esposo Daniel de 33 años y sus niños: Dale de 4, Dominic de 13, Reece de 15, y Lewis de 20.

Resultados:

Vitamina D	26	Muy bajo
Vitamina B2	1.23	Límite inferior bajo
Omega-3	3%	Bajo

Sara Jane dice: “No siempre me las arreglo para conseguir mis cinco porciones al día o pescado cada semana, pero comparado con mi familia me alimento bien. Pero hay días en los que a las 2:00pm, me doy cuenta que no he comido nada en todo el día. Durante años he luchado con sentirme severamente cansada todo el tiempo, pero mi doctor nunca ha sido capaz de encontrar la



Sigo una dieta vegana, en su mayoría con alimentos crudos: Cheryl Hopkins, 43 años, vive en Londres y es entrenadora en changeitliveit.co.uk

Resultados:

Vitamina D	21	Muy bajo
Magnesio	2,06	Bajo (rango normal 2.08-3)
Omega-3	2.3%	Bajo
Vitamina B-12		límite inferior de lo normal

Cheryl dice: “He estado comiendo una dieta mayormente vegana durante los últimos cinco meses, también evitando mayormente trigo y productos lácteos. Como un poco de carne y queso, una vez cada pocos meses. Suena extremista, pero no me parece que sea difícil. No bebo alcohol. Mi dieta estricta interrumpió mi sueño al inicio, pero ya estoy estable y me siento muy bien. De vez en cuando se me hinchan las manos, pero está de momento bajo control”.

La nutricionista Keri dice: “Los niveles de vitamina D de Cheryl son muy bajos. Yo recomiendo tomar un suplemento tres ve-



Tengo muchos resfriados en el invierno: Stephen Atkins, de 57 años, se retiró de IT Consultant, Croyden, Surrey.

Resultados:

Vitamina D	Nivel 17	Muy bajo
	(rango saludable entre 75-200)	
Vitamina B2	1.26	Bajo
Omega-3	2.6	Bajo

Stephen dice: “Yo como una dieta bastante balanceada, muchas verduras y pan integral. La única comida que evito es el pescado azul, ya que no lo soporto; pero consumo pescado blanco dos veces por semana. Ocasionalmente me salto la comida si estoy fuera, pero yo siempre tomo el desayuno y la cena. Yo bebo alrededor de 17 unidades de alcohol por semana. Mis principales problemas de salud son las interrupciones en el sueño, asma (que he tenido desde que tenía 11 años), a veces eczema, dolor de espalda, artritis en las rodillas y codos,



razón, así que me encantaría saber si está relacionado con mis niveles de vitaminas”.

La nutricionista Keri dice: “Sara Jane está particularmente baja en vitamina D, así que recomiendo un suplemento de 1000UI tres veces al día para tratar de combatir esto; sobre todo, porque los niveles bajos se han relacionado con la sensación de fatiga y depresión. La Vitamina D también es importante para la salud ósea de la mujer, tener hijos puede agotar nuestras reservas. Los niveles bajos de Sara Jane en el Omega-3, reflejan el hecho de que no siempre dispone de una ingesta de pescado azul a la semana, lo que también puede estar relacionado con un bajo estado de ánimo y cansancio. Recomiendo comer más pescado y la adición de un complemento. Otra vitamina clave relacionada con la energía es la vitamina B2, y el nivel en Sara es bastante bajo. Ella debería consumir este importante nutriente a través de la ingesta de hígado, cereales fortificados para el desayuno, queso fresco y yogur y tal vez pensar en tomar una multivitamina que lo contenga”.

ces al día, ya que los niveles bajos se han relacionado con una mala salud ósea, trastorno afectivo estacional y disminución de la inmunidad. La dieta de Cheryl puede sonar súper sana, pero es demasiado restrictiva para seguirla a largo plazo. Ella en realidad tiene un alto riesgo de ser deficiente, con el tiempo, en otros nutrientes. Sus niveles de B-12, un nutriente que se encuentra principalmente en la carne y los productos lácteos, ya se encuentran en el extremo inferior de la normalidad, y es probable que sigan bajando si ella continúa esta dieta.

Ella también está baja en ácidos grasos omega-3, y no está comiendo la cantidad recomendada de una a dos porciones de pescado por semana. Los veganos y los vegetarianos a veces prefieren tomar suplementos de linaza para aumentar los niveles Omega-3, pero para ello deberían tomar mayores dosis, ya que al cuerpo le resulta más difícil extraer el nutriente de las fuentes vegetales. Cheryl también está baja en el mineral magnesio, lo que puede provocar problemas de sueño, síndrome premenstrual y baja energía. Aunque ella está comiendo nueces, semillas y vegetales de hojas verdes, necesita una gran cantidad para obtener la dosis diaria recomendada de 375 mg”.

y migrañas. Mi esposa Anne también dice que siempre tengo resfriados en los meses de invierno”.

La nutricionista Keri dice: “Stephen tenía muy por debajo los niveles de vitamina D, los más bajos de todas las personas que hemos examinado. Los niveles bajos están relacionados tanto con la disminución de la inmunidad como con dolor crónico, lo que podría ayudar a explicar su susceptibilidad a los resfriados y posiblemente a las migrañas y dolor de espalda. Sus bajos niveles de Omega-3 están vinculados a la artritis y el eczema. Así que a menos que Stephen vaya a desarrollar repentinamente el gusto por el pescado azul, un suplemento diario sería una muy buena idea, sobre todo porque los buenos niveles de Omega-3 están relacionados con un menor riesgo de problemas de corazón a medida que envejecemos. Por último, también está bastante bajo el nivel de la vitamina B2, algo que un alto consumo de alcohol puede agotar. Algunos estudios también han sugerido que tomar un suplemento de vitamina B2 puede reducir la frecuencia y severidad de las migrañas, lo que puede ser algo para que Stephen considere”.



Diferencias entre alergias y resfriados. Apoyo nutricional ortomolecular

Cada día más niños, adultos e incluso personas de edad avanzada desarrollan alergias, principalmente alergias estacionales como alergia al polen, en parte, agravadas por la contaminación y el estrés.

Dos procesos semejantes en apariencia y distintos en su génesis.

No es extraño que una persona descubra que lo que parecía un resfriado perenne era una alergia. Analicemos este hecho.

Resfriados y alergias, aunque se parezcan, no son exactamente iguales y requieren tratamientos diferentes. Ambos procesos implican al sistema inmunológico pero de modo distinto, entonces, **¿cómo se diferencian una alergia y un resfriado?** Existen dos diferencias esenciales: la primera, es que la causa de resfriados y de alergias es diferente. Un resfriado es contagioso; la alergia, no. La segunda es el tiempo de duración. En el caso del resfriado, la causa es la presencia en el cuerpo de un virus que es patógeno; en el caso de las alergias encontramos un sistema inmune hiperreactivo que actúa ante agentes que en realidad no son patógenos.

Una alergia dura tanto como la exposición a la sustancia (alérgeno) a la que se es alérgico. Las manifestaciones típicas son: estornudos continuados, picor y escozor en la nariz, moqueo nasal acuoso o transparente, lagrimeo, picor, escozor y enrojecimiento de los ojos, picor en el paladar, cefalea e incluso asma.

Una alergia puede durar un rato, por ejemplo, si es alergia a los gatos (realmente al epitelio del gato) y vamos a casa de unos amigos que tienen gato; o meses y meses si tenemos gato nosotros; o unas horas cada día cuando los valores de pólenes o esporas están muy altos. Sin embargo, en una alergia en cuanto no estamos en contacto con el alérgeno, nos sentimos bien, es como si nunca hubiéramos tenido nada, no hay secuelas: aparece y desaparece rápidamente.

La persona alérgica puede ver muy afectada su vida. No dejar de estornudar o de moquear, no deja hablar o respirar bien, molesta a los demás en el trabajo o en clase; los ojos lloran y pican y no se ve bien, las lentillas no se soportan. La alergia es molesta, máxime cuando se tiene asma alérgica.

Un resfriado se manifiesta normalmente con estornudos, tos, cefalea, cansancio, dolor muscular y una sensación febril y suele durar de una semana a diez días con manifestaciones que se

van aliviando paulatinamente. Una tercera diferencia importante es que tras un resfriado podemos sentirnos cansados aunque estemos ya sin síntomas.

Apoyo nutricional ortomolecular para las alergias.

Tanto para prevenir, como para minimizar sus molestas manifestaciones, contamos con nutrientes eficaces que nos pueden ayudar por sus acciones antioxidantes, así como por sus acciones directas sobre las células mastocitos y las sustancias mediadoras de la reacción alérgica y de inflamación como histamina o eicosanoides proinflamatorios.

En el proceso alérgico subyacen reacciones inflamatorias asociadas con sustancias concretas y con altos niveles de oxidación y presencia de radicales libres y especies reactivas de oxígeno, por ello las sustancias con antioxidantes son importantes.

Estudios realizados demuestran que ciertos componentes naturales pueden ser eficaces. La vitamina C puede ayudar disminuyendo la sintomatología atópica como dermatitis o rinitis e incluso, el asma alérgica, al actuar como antioxidante y disminuir el nivel de histamina en las personas alérgicas. Se observa que los síntomas son menores y que se disminuye la hiperactividad inmunológica, por tanto, se podría considerar un efecto preventivo de la vitamina C.

El magnesio también puede reducir los síntomas alérgicos y, en especial, del asma al actuar como relajante de la musculatura contraída por la reacción alérgica. Esta acción se realiza en colaboración con el calcio y las vitaminas C y E. Por su parte, la vitamina E apoya también la acción antioxidante y moduladora del sistema inmunológico. Los bioflavonoides y el betacaroteno promueven reacciones antioxidantes, antiinflamatorias y antialérgicas. Entre los bioflavonoides, destaca la quercitina, por su acción inhibidora de la histamina y broncodilatadora, y se puede disponer de ella en tabletas de 500 mg. Por último, el cuidado de la flora intestinal es muy importante y la suplementación con probióticos ha demostrado ser de ayuda en alergias y para mejorar las defensas en general.

En los casos de las molestias por resfriados o enfriamientos también podrían ser muy útiles los suplementos de vitamina C y de zinc, por su gran apoyo al sistema inmune; junto con probióticos pueden ayudar también a prevenir. El propóleo en jarabe y los extractos herbales de equinácea, jengibre y ajo tienen efectos beneficiosos en las afecciones infecciosas, pues combaten los agentes microbianos y apoyan las reacciones de defensa.

Bibliografía:

Bucca C, Rolla G, et al. Effect of vitamin C on histamine bronchial responsiveness of patients with allergic rhinitis. *Ann Allergy*. 1990 Oct;65(4):311-4. - Lorite Ayán, N. Alergias y medicina natural. - Park HH, Lee S, et al. Flavonoids inhibit histamine release and expression of proinflammatory cytokines in mast cells. *Arch Pharm Res*. 2008 Oct;31(10):1303-11

Profesora: Nuria Lorite Ayan

Dpto. Técnico de Lambertes Española

nuria.lorite.ayan@lambertsespanola.es

DEA en Farmacia, Lic. en Medicina Tradicional China, especialista en Bioquímica, Fitoterapia China y Occidental, Medicina Natural PhD, Nutrición Ortomolecular, Miembro del grupo de estudio de nuevos alimentos de la UCM. Directora de Biloba nurialoriteayan@gmail.com





Importancia del cuidado del Sistema Inmunitario

El Sistema Inmunitario protege a nuestro organismo de múltiples enfermedades, infecciones, parásitos, y episodios de estrés que también lo debilitan y le causan graves daños.

Es por ello la importancia de tener nuestra "defensa" en óptimas condiciones, con el fin de que cumpla su función protectora a cabalidad.

Un gran refuerzo para este sistema lo podemos encontrar en muchos nutrientes y plantas tradicionales ampliamente reconocidas por su utilidad en favorecer el buen mantenimiento y fortaleza del sistema inmune.

Equinácea

Es una planta originaria de América del Norte y fue muy utilizada por los indios para tratar las infecciones de mordeduras de serpientes y otras dolencias.

Actualmente su uso está ampliamente extendido por todo el continente europeo y es una de las plantas más investigadas.

Es bien conocida por su riqueza en compuestos fenólicos orgánicos con notables propiedades activas beneficiosas para el sistema inmune, urinario y tracto respiratorio.

Numerosos artículos publicados exhiben sus propiedades. LAMBERTS® es partidaria de los extractos estandarizados, puesto que los procedimientos de extracción y concentración de los compuestos activos garantizan que el producto vegetal sea más potente que aquellos productos basados en la planta entera pulverizada, donde no se hace nada para concentrar dichos compuestos.

EQUINACEA 1000 mg (Alta Concentración)

- Como 250 mg de extracto 4:1. Extracto obtenido a partir de más de 1000 mg de hierba seca en polvo.
- Su procedimiento de extracción y concentración garantizan la calidad del producto.
- Sus concentraciones son clínicamente relevantes y respaldadas por estudios científicos.
- Apto para Vegetarianos.
- De una a dos tabletas al día.
- Producto 4 veces más potente que otro que contenga simplemente 250 mg de material vegetal pulverizado.



Código 8557 - 60 tabletas

Probióticos

Nuestro sistema digestivo está colonizado por millones de bacterias, la mayoría de ellas inofensivas.

Sin embargo, se debe mantener un equilibrio favorable entre las bacterias beneficiosas y las perjudiciales para salvaguardar la adecuada regularidad del mismo.

Cada día son más frecuentes las noticias publicadas acerca de estudios clínicos que hablan del beneficio de los probióticos en el bienestar de varios sistemas de nuestro cuerpo, que van desde el inmune, hasta el digestivo.

Es muy recomendado para durante los viajes al extranjero o cuando se ha tomado antibióticos. El Probioguard® de LAMBERTS® contiene 4 cepas de bacterias beneficiosas, seleccionadas de manera específica para ser utilizadas durante viajes.

PROBIOGUARD® (Contiene 4 mil millones de bacterias vivas)

- Cepas de bacterias: **Lactobacillus acidófilus**, **Bifidobacterium**, **Streptococcus thermophilus** y **Lactobacillus delbrueckii ssp bulgaricus**.
- Las bacterias se liofilizan con una matriz de un polisacárido estable en condiciones ácidas que las rodea y las protege de las condiciones altamente ácidas del estómago.
- Pequeñas cápsulas, fáciles de tragar.
- Apto para Vegetarianos.



Código 8419 - 60 cápsulas



Nuevas Fórmulas

Complejo de Teanina y Bálsamo de Limón.

La L-Teanina es un fascinante aminoácido que está presente en el té normal, y se cree que es la única responsable de “una agradable taza de té”. Se ha demostrado que aumenta los niveles de GABA y las ondas alfa en el cerebro, consiguiendo un efecto calmante. Como resultado, la L-teanina es ampliamente recomendada por los profesionales de la salud.

El bálsamo de limón tiene una larga historia de uso en las tradicionales hierbas medicinales, principalmente como sedante y relajante. Estudios recientes también muestran que es útil para mejorar la atención y la memoria. El Complejo de Teanina y Bálsamo de Limón de LAMBERTS® combina un total de **200 mg de L-Teanina junto a 6000 mg de Bálsamo de Limón**, más tres relevantes vitaminas del grupo B. **El ácido fólico y la biotina**, ambas incluidas, contribuyen a las funciones psicológicas normales; y **el ácido pantoténico** a un normal rendimiento mental.



Código 8317 – 60 Tabletas

Concentrado de Cereza. Otra elección...Antocianidinas (líquido)

El Concentrado de Cereza de LAMBERTS® es un zumo altamente concentrado de guindas, y tiene muy buen sabor, ya que es endulzado naturalmente con concentrados de uva roja y manzana; ambas están colmadas de compuestos polifenólicos saludables.

Los beneficios únicos de las guindas (que no debe confundirse con las cerezas dulces), fueron conocidos por primera vez en la década de 1990, cuando se publicaron numerosos estudios en relación con el contenido antioxidante de esta fruta. Recientes investigaciones han identificado como antioxidantes activos a ocho compuestos polifenólicos, incluyendo las antocianinas y la quercetina. Las antocianidinas han demostrado, en una serie de estudios, poseer otras funciones útiles en el cuerpo.



Código 8602 - 500 ml

La OMS (Organización Mundial de la Salud) considera que la carencia de yodo es “la más importante causa prevenible de daño cerebral” en todo el mundo

Recientes estudios muestran que muchas mujeres tienen muy poco yodo, y en caso de embarazo, esta deficiencia puede afectar el desarrollo del cerebro del niño. Según la Academia Americana de Pediatría, el yodo es esencial para el desarrollo del cerebro de los bebés, y la falta de éste podría entorpecer la habilidad del niño/niña a vivir potencialmente al máximo. Según el New York Daily News, el que una mujer tenga una deficiencia de yodo no determina si debería o no tomar un suplemento. De hecho, se insta a todas las madres y mujeres embarazadas en edad fértil tomar una dosis de este mineral.

Aunque la deficiencia de yodo se cree que es un problema de los países en vías de desarrollo, los países industrializados no son inmunes a esto. De hecho, la preocupación surge porque esta deficiencia de yodo puede estar generalizada en el Reino Unido y otros países europeos. El requerimiento de yodo de la OMS para las mujeres embarazadas es casi el doble de la de las adultas no embarazadas (250 vs 150 µg/día). Para las mujeres en periodo de lactancia el requerimiento aumenta a 290 µg.

Como no todas las formulaciones de vitaminas múltiples contienen incluso la dosis mínima recomendada de 150 µg de yodo, esto es algo a tener en cuenta al recomendar un suplemento. Entre la gama de LAMBERTS®, todas las multivitaminas contienen al menos 150 µg de yodo con **Health Insurance Plus®** conteniendo una dosis de **200 µg**.

<http://www.dailymail.co.uk/news/article-2640887/The-secret-smarter-baby-Iodine-Pediatricians-urge-pregnant-women-iodine-supplement-boost-childs-brain-development.html>

<http://www.telegraph.co.uk/health/healthnews/10072366/Pregnant-women-should-up-iodine-intake-to-increase-childs-IQ.html>

<http://www.guardian.co.uk/lifeandstyle/2013/may/22/boost-iodine-intake-pregnant-women>

<http://www.bbc.co.uk/news/health-22607161>

<http://www.independent.co.uk/life-style/health-and-families/health-news/mothers-diets-may-harm-iqs-in-two-thirds-of-babies-8626229.html>

<http://www.dailymail.co.uk/health/article-2328815/Women-drink-organic-milk-pregnancy-harming-babys-future-brain-power.html>

<http://www.itv.com/news/update/2013-05-22/adequate-iodine-intake-needed-for-pregnant-women/>



Testimonios. Preguntas y Comentarios sobre productos LAMBERTS®

PREGUNTAS:

1- Me gustaría que me dijeran si la cúrcuma de LAMBERTS® está fitosomada.

R/ De hecho, de que haya necesidad de que sea fitosomada se refiere a la curcumina aislada y no a la cúrcuma. La Cúrcuma de LAMBERTS®, Turmeric®, tiene una alta biodisponibilidad para todos los ingredientes activos, incluida la curcumina que contiene un 95%. De esta manera, a las dosis recomendadas, puede observar efectos beneficiosos en muy corto plazo de tiempo.

2- Necesito saber si este producto que ustedes comercializan está completamente exento de gluten o no, ya que no se indica ni que esté exento ni que contenga trazas, y es para estar seguro de que puedo consumirlo sin riesgos. Vitamina C de Liberación Sostenida 1000 mg/ 180 tabletas.

R/ La política de Lamberts Healthcare y Lamberts Española es etiquetar todo lo que el producto contiene, tanto de ingredientes activos, como de fabricación, como alérgenos. La legislación no obliga a anunciar que "no contiene gluten", sino a declararlo. Además se declaran todos los posibles alérgenos, si los hubiera. Por ello, si en cualquier producto de LAMBERTS® no indica que contiene gluten, puede estar tranquilo porque no lo hay.

3- Estaba mirando las presentaciones y me he fijado que el Zinc Plus Lozenges (8284-100) lleva miel y Vitamina B2. En el Vademécum y en el envase no lo especifica. ¿Realmente lo lleva?

R/La miel que lleva es como sabor (aroma natural), no es miel como ingrediente activo. Lo que lleva como producto es propóleo. El Zinc P Lozenges es para ayudar a la garganta más bien, o en temas de infecciones de vías respiratorias altas, porque son tabletas para chupar.

4- ¿Qué productos de la Gama Deportiva serían aconsejables para el Fitness?. ¿Sería el All in One?

R/ All in One es una magnífica elección para tener suplementado todo lo que es importante. Por otro lado las barritas vienen muy bien cuando uno quiere hacer alguna "merienda" de la mañana o de la tarde, o cuando no nos da mucho tiempo a comer adecuadamente, mejor que comer mal, es tomar estas barritas. Así también su esfuerzo en el gimnasio y en la dieta se ve acompañado.

Respuestas: Profesora Nuria Lorite Ayan.
Dpto. Técnico de Lamberts Española S.L.

TESTIMONIOS:

1- "Vuestro Café Verde es prácticamente el único del mercado que no estimula. Otros, a pesar de poner "descafeinado" o "desteinado" en sus etiquetas, alteran". [Barcelona](#).

2- "El Cardo Mariano y Eyewise® de LAMBERTS® no producen ni acidez ni malestar en el estómago; como otros productos de otras marcas". [Barcelona](#).

3- "El sabor del Omega-3 for Kids es de los mejores. Ninguna marca se le compara". [Madrid](#).

4- "A to Z gusta mucho por su precio y resultados. Siempre recomiendan y recetan vuestros productos por su gran calidad, respecto a otros productos del mercado." [Islas Canarias](#).

5- "Vuestro producto Energy Drink tiene un excelente precio, y la recuperación es más rápida que con otros productos similares en el mercado". [Islas Canarias](#).

6- "En una competición, un equipo de Triatlón después de 2 km nadando, 90 kms en bici y 21 kms corriendo, comprobaron que con 2 barritas y media de proteínas de LAMBERTS®, les aportaba todo lo necesario y funcionaban perfectamente, en comparación con las 5 barritas que tenían que tomar de otras marcas". [Islas Canarias](#).

7- "Varios clientes comentan que nuestro All-In-One es un gran producto, el cual contiene una combinación y concentración de nutrientes que no poseen otras marcas". [Islas Canarias](#).



Nuestro Sector al día

Programa de Radio Dr. Pérez León. "Vivir en Salud"

918 AM / 93.5 FM

Lunes a Jueves de 19'00 a 19'30 y Sábados de 09'00 a 12'00



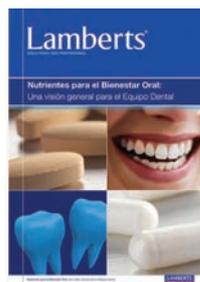
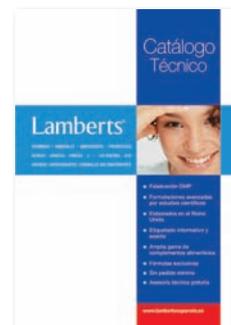
Lamberts Española ofrece un servicio de Asesoría Técnica Gratuito, a profesionales y establecimientos.

Los asesores técnicos de Lamberts Española y Lamberts Healthcare Ltd. trabajan en conjunto para ofrecer el mejor servicio, a través de:

91 415 04 97

departamentotecnico@lambertsespanola.es

Catálogo
LAMBERTS®



Interesante folleto sobre Nutrientes y Bienestar Oral.

Por la Dentista y Profesora Emérita
Sonia Williams

Solicítelo* GRATIS en el 91 415 04 97

* Disponible sólo para profesionales de la salud y establecimientos especializados

Participación de Lamberts Española en el VII Congreso Extremeño de Terapias Naturales.



Participación de Lamberts Española en el III Congreso Internacional "Actualización y avances en Nutrición clínica y Medicina ortomolecular, celebrado en Valencia.



Profesional Destacado

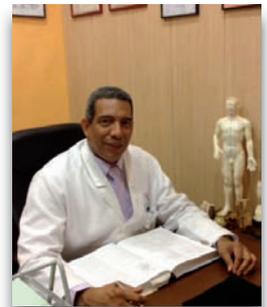
José Angel Loaiza Cuesta

T.S. Medicina Tradicional China, Especialista en Nutrición Ortomolecular y Terapias Manuales.

Miembro de: Fundación Europea de MTC, PEFOTS (Pan European Federation of TCM Societies) y Expert Team de la FEMTC.

Tutor de prácticas clínicas de la Escuela Superior de MTC. Colegiado en el Practitioners Register de la FEMTC. Nº: 10705-958.

La acupuntura, técnica terapéutica de la Medicina Tradicional China, y la Nutrición Ortomolecular al profano le parecen una moda pasajera. Pero los más informados saben que no es así. En la clínica de MTC Vital Salut® tratamos a los pacientes con un doble enfoque terapéutico. Combinamos la acupuntura con la nutrición celular, conscientes de la importancia que posee un saludable medio bioquímico con los nutrientes indispensables para la vida.



Clínica VITAL SALUT® - Nº Cert.: 050025. Rambla La Girada 30 – 32, local 1
08720 Vilafranca del Penedès (Barcelona) .Teléfono. 93 817 00 46.
www.vitalsalut.es - info@vitalsalut.es

La Dra. Nuria Lorite Ayán se interesó desde muy joven por las plantas medicinales.

Su primera carrera fue Farmacia y luego se especializó en Homeopatía y Medicina Natural (PhD).

Entre sus múltiples publicaciones encontramos "Las bases de la medicina china. Fisiología".

Una herramienta útil para los estudiantes de medicina china en el camino del saber.

Profesora: Nuria Lorite Ayan.

Dpto. Técnico de Lamberts Española.

nuria.lorite.ayan@

lambertsespanola.es.

DEA en Farmacia, Lic. en Medicina Tradicional China, especialista en Bioquímica, Fitoterapia China y Occidental, Medicina Natural PhD, Nutrición Ortomolecular, Miembro del grupo de estudio de nuevos alimentos de la UCM. Directora de Biloba. nurialoriteayan@gmail.com



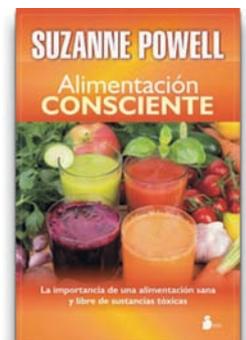
PVP: 32,00 euros
(IVA incluido)

Suzanne Powell, nos introduce en el mundo de la alimentación consciente, mostrándonos lo que conviene comer y lo que conviene evitar.

Nos dice cómo seguir una dieta equilibrada y divertida, que pueda adaptarse a la casa, al trabajo, a la playa y a los viajes, sin sentirnos "a dieta" y sin llamar la atención socialmente.

Una dieta ecológica pero mal combinada puede causar muchas molestias y problemas de salud.

Un tesoro de información sencilla y práctica, que no sólo puede salvarte la vida, sino que además te hará mucho más feliz.



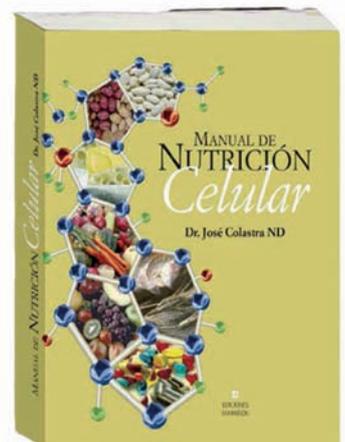
PVP: 10,00 euros + IVA

Dr. José Colastra

Reconocido profesional desde el año 1977, posee una amplia carrera con un poderoso enfoque logístico para el cuidado de la salud, ejerciendo y desarrollando a través de todos estos años la práctica también de varias técnicas dirigidas principalmente a mejorar el bienestar de las personas.

El Manual de Nutrición Celular, es una actualización ampliada del Manual de Nutrición Ortomolecular (ya agotado) de su conocida obra publicada por Lamberts Española, S.L. en el 2010. Dividido en cuatro prácticas partes, es una perfecta guía tanto para profesionales como para estudiantes y público en general. Detalla y describe distintos tipos de alimentos, los aspectos concretos de los suplementos nutricionales e información acerca de 140 nutrientes celulares.

PVP: 62,40 euros (IVA incluido)





El Alzheimer está en aumento. Lo que puedes hacer. Resumen 17/3/2014

La enfermedad de Alzheimer parece ser la causa principal de muerte en los EE.UU., justo detrás de las enfermedades cardíacas y el cáncer, según un estudio publicado en la revista peer-reviewed Journal Neurology. El estudio, realizado en Rush University Medical Center de Chicago, halló que la enfermedad de Alzheimer está sin reportar como causa de muerte. Afortunadamente, hay un cúmulo de medidas de seguridad que se encontró en esta investigación que pueden ayudar a prevenir la pérdida de memoria y demencia.

Hacer actividad física: 30 minutos de actividad moderada 5 o más veces por semana.

Desafiar a su cerebro: Actividades como puzzles y juegos, tomar nuevas clases, viajar a nuevos lugares.

Comer grasas adecuadas: Comer más grasas mono insaturadas, como las que se encuentran en el aceite de oliva, aguacates, nueces y almendras.

Que sea colorido: Colores en las frutas, especialmente las bayas, que contienen poderosos antioxidantes.

Dieta de estilo mediterráneo: Esta dieta está basada en cereales integrales, frutas, vegetales, legumbres, frutos secos, aceite de oliva y pescado que son buenos para evitar el envejecimiento del cerebro.

Suplementación inteligente: Una dieta equilibrada es la mejor, pero no siempre es práctica. Mientras que los estudios aún están determinando qué suplementos son los más efectivos para la enfermedad de Alzheimer, nutrientes como la acetil-L-carnitina y hierbas como el ginkgo son prometedores. En algunos estudios los omega-3 y los antioxidantes también mostraron efectos protectores para el cerebro y para la salud general.

Mantener sus amistades: Mantenerse socialmente activo puede proteger contra la enfermedad de Alzheimer y la demencia.

Fuente: *healthnotes NEWSWIRE*



Un suplemento multivitamínico diario puede reducir el riesgo de cataratas en los hombres: RCT data. Resumen 24/2/2014

El uso de suplementos de multivitaminas diariamente a largo plazo, puede reducir el riesgo de cataratas en torno al 9%, de acuerdo con un nuevo estudio con 15.000 hombres.

Los resultados del ensayo controlado con placebo a gran escala, publicado en Ophthalmology, sugieren que la suplementación mantenida por largo tiempo con un multivitamínico podría reducir en un 9% el riesgo de desarrollar cataratas. Este riesgo es menor, del 13%, para la catarata nuclear que se da en el centro de la lente y es la variedad más común de catarata asociada con el proceso de envejecimiento, dijo el equipo.

"Si las multivitaminas realmente reducen el riesgo de cataratas, incluso en un modesto 10%, esta pequeña reducción tendría un gran impacto en la salud pública", explicó William Christen, ScD, of Harvard Medical School, quien dirigió el estudio.

Fuente: *Nutraingredients*



Jengibre: Parte de una estrategia de control de la diabetes.

Por Suzanne Dixon, MPH, MS, RD. Resumen 27/3/2014

Superficialmente, los números en la diabetes tipo 2 pueden parecer desalentadores; 350 millones de personas en todo el mundo. La buena noticia es que cuando se maneja adecuadamente con una dieta equilibrada, actividad física regular y manteniendo un peso saludable, no tiene por qué causar problemas de salud. Ahora, un estudio aleatorio doble ciego controlado con placebo, sugiere que tomar jengibre en polvo puede mejorar significativamente el control de la glucosa y otros indicadores de la diabetes.

Los investigadores observaron:

Una disminución del 10.5% de media en los niveles de glucosa en sangre en el grupo del jengibre en ayunas, en comparación con los niveles basales de glucosa en sangre.

Un aumento promedio de 21% en los niveles de glucosa en sangre en el grupo placebo en ayunas, en comparación con los niveles basales de glucosa en sangre.

Mejoras significativas en el HOMA-IR en el grupo de jengibre.

Fuente: *healthnotes NEWSWIRE*



El aumento de la ingesta de cereales integrales y pescado podría aumentar los niveles de colesterol bueno. Resumen 03/03/2014

Una alta ingesta de granos enteros, arándanos y ácidos grasos puede ayudar a elevar los niveles de "buenas partículas de HDL-colesterol", según los nuevos datos de RCT.

El ensayo aleatorio investigó los efectos combinados de cereales integrales, pescado y arándanos en el perfil metabólico del suero y las actividades de la proteína de transferencia de lípidos en personas con el síndrome metabólico; encontrando que el aumento de la ingesta de pescado graso aumenta el número de las "buenas" partículas de colesterol.

Fuente: *Nutraingredients*



Los probióticos pueden prevenir las caries de la infancia. Resumen 13/02/2014

Todo el mundo sabe que la limitación en las comidas azucaradas y el aprendizaje de buenos hábitos de cepillado puede proteger contra las caries de la infancia, pero puede ser que la prevención comience mucho más atrás de lo que pensamos.

De acuerdo con un estudio publicado en Caries Research, los niños cuyas madres tomaron un complemento de probiótico durante el embarazo y que recibieron un probiótico diario en su primer año de vida tenían menos caries a los 9 años.

Los hallazgos provienen de un amplio estudio mirando los efectos perinatales (prenatales e infantiles) de los probióticos sobre el riesgo de alergia en la niñez. En el estudio, a las madres de los niños se les dio una solución de probiótico diario que contenía 100 millones de unidades formadoras de colonias de lactobacillus reuteri durante su último mes de embarazo. Los niños recibieron la misma solución de probiótico durante su primer año.

“Los resultados más importantes de este estudio son que los niños de 9 años de edad que habían recibido suplementación perinatal L. reuteri desde el nacimiento y durante su primer año de vida fueron usualmente más libres de caries y tenían una menor prevalencia de caries proximales que los del grupo placebo”, dijeron los autores del estudio.

Fuente: Nutraingredients



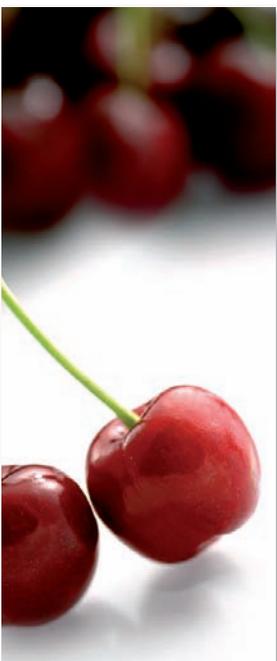
Las proteínas lácteas, además del ejercicio podrían mejorar la salud cardiovascular en las mujeres obesas. Resumen 07/03/2014

La suplementación de suero de leche o caseína, combinado con ejercicios de formación, se asoció con mejoras significativas en la presión y la rigidez arterial en mujeres jóvenes obesas con hipertensión, según un nuevo estudio.

Científicos de la Florida State University informaron, que la adición de suplementos de proteína de suero combinado con la práctica de ejercicios, dio lugar a reducciones significativas en la presión arterial sistólica, medida en la arteria braquial en el brazo y la aorta, en comparación con los valores al inicio del estudio y el control del grupo con ejercicio solamente.

De hecho, los suplementos de suero y la caseína se asociaron con una disminución en la presión arterial sistólica braquial de aproximadamente 5 mm Hg, y la reducción de la presión arterial sistólica de la aorta, de 7 y 6 mm Hg, respectivamente, según los resultados publicados en el American Journal of Hypertension.

Fuente: Nutraingredients



Se cree que un vaso de zumo de cerezas todas las mañanas, aumenta el tiempo de sueño por 90 minutos en las personas mayores; y es una mejor alternativa a las pastillas para dormir: sugiere una investigación. Resumen 30/4/2014

Las cerezas ácidas son una fuente natural de melatonina, una hormona que ayuda a regular el ciclo de sueño y vigilia.

Dos vasos diarios de jugo de cereza pueden garantizar una mejor noche de sueño, según un nuevo estudio.

Los investigadores dieron a los participantes jugo de cereza todos los días durante dos semanas para descubrir su efecto en las personas que sufren de insomnio.

Siete adultos con una edad promedio de 68 años y con insomnio, bebieron ocho onzas de zumo de cereza dos veces al día durante dos semanas, seguido por un descanso de dos semanas y luego dos semanas tomando una bebida placebo.

Los investigadores encontraron que los que bebieron zumo de cereza ácida en la mañana y en la noche pudieron dormir un promedio de 84 minutos más cada noche, en comparación con los que bebieron un placebo. Además, su sueño se vio menos perturbado.

El equipo del estudio cree que los pigmentos naturales de color rojo en el jugo de cereza ácida, conocidos como proantocianidinas, también desempeñan un papel, ya que producen sustancias químicas que ayudan con el sueño.

Los hallazgos fueron presentados en la reunión anual de la American Society of Nutrition in San Diego, California.

Fuente: Daily The Telegraph

Imprescindible para la temporada



Para el Bienestar de nuestros hijos...

Para muchos padres la vuelta al cole significa también el comienzo de congestiones nasales, fiebres, gastroenteritis, infecciones de oído y otros trastornos comunes. Para los niños, la lejanía de los padres, la nueva escuela, nuevos profesores y diferentes compañeros, les podría provocar un estrés que, como consecuencia, perturbaría su sistema inmunitario. Por lo tanto es importante tener en cuenta, además de la higiene corporal y una rutina de sueño, ofrecerles los nutrientes claves que les ayudarían al bienestar de sus defensas corporales naturales. Muchos multinutrientes refuerzan sus carencias nutricionales, a menudo afectadas, porque hay ciertos alimentos difíciles de comer por los niños.

MULTI-GUARD® FOR KIDS

(Para niños de 4 a 14 años)

Excelente fórmula nutricional con vitaminas y minerales traza importantes.

- Contiene Calcio, Vitamina D y Yodo, importante para el desarrollo de los huesos y el crecimiento.
- El hierro contribuye al desarrollo normal cognitivo de los niños.
- Tabletas masticables con agradable sabor.
- No contienen azúcar. No producen caries.
- Apto para Vegetarianos.



Cada tableta aporta:

Vitamina A	400 µg	Ácido Pantoténico (Vitamina B5)	3 mg
Vitamina D3	2,5 µg	Calcio (como carbonato)	80 mg
Vitamina E	5 mg	Hierro (como fumarato)*	2,8 mg
Vitamina C	60 mg	Magnesio (como hidróxido)	45 mg
Tiamina (Vitamina B1)	0,7 mg	Zinc (como óxido)*	4 mg
Riboflavina (Vitamina B2)*	0,8 mg	Yodo (como yoduro de potasio)	75 µg
Niacina (Vitamina B3)*	9 mg	Selenio (como selenita)	20 µg
Vitamina B6*	1 mg	Cromo (como picolinato)	25 µg
Ácido Fólico	100 µg	Bitartrato de Colina	1 mg
Vitamina B12	0,5 µg	Inositol	1 mg
Biotina	75 µg		

*Microencapsulado como mono y diglicéridos de ácidos grasos para disimular el sabor de vitaminas/minerales especificados.

Código 8461 - 100 tabletas



Código 8601 - 500 ml

IMUNO-STRENGTH® (Líquido)

Concentrado de zumo de Bayas de Sauco, Escaramujo y Grosella

- Para niños a partir de los 5 años y que no quieran tragar tabletas.
- Producto completamente natural, sin colorantes ni saborizantes artificiales.
- Excelente para maximizar las defensas de antioxidantes.
- Ofrece propiedades nutritivas de los frutos.
- Extraordinario sabor.
- Apto para Vegetarianos.

ZINC PLUS LOZENGES (Pastillas Masticables)

(Con Vitamina C y Extracto de Propóleo de Abeja)

- Sabroso sabor natural a miel y limón.
- Zinc en forma de citrato, la forma más absorbible.
- Ideales también para adultos con dificultad en tragar tabletas.
- Apto para Vegetarianos.

Cada pastilla aporta:

Vitamina C	30 mg
Riboflavina	0,35 mg
Zinc (como Citrato)	2 mg
Propóleo de abeja	2,5 mg
Miel	25 mg



Código 8284 - 100 Pastillas



Código 8511 - 100 Cápsulas

Cada cápsula aporta:

Aceite de Pescado	200 mg
Omega-3 Totales	120 mg
de los cuales:	
DHA	100 mg
EPA	14 mg
Vitamina A	200 µg
Vitamina D3	2,5 µg
Vitamina E	1,5 mg
Vitamina C	30 mg

OMEGA-3 FOR KIDS (Con Sabor a Frutos del Bosque)

DHA, EPA + Vitaminas A, C, D y E

- Para niños mayores de 3 años.
- Los ácidos grasos son esenciales para el crecimiento y desarrollo normal de los niños y del bienestar de la función cerebral.
- Con Calcio y Vitamina D para los huesos de los niños.
- La combinación exclusiva de este producto pasa por uno de los procesos de purificación más sofisticados, lo cual minimiza cualquier problema de regusto a pescado.

Etiquetado del producto LAMBERTS®

Número de lote de fabricación:
Sirve para la identificación fácil y rápida del producto y para poder conocer con exactitud todo el proceso de fabricación y almacenaje que ha sufrido el producto.

Nombre del producto

Logotipo identificativo de la marca

Precauciones:
Cualquier precaución conocida, debe aparecer en esta sección.

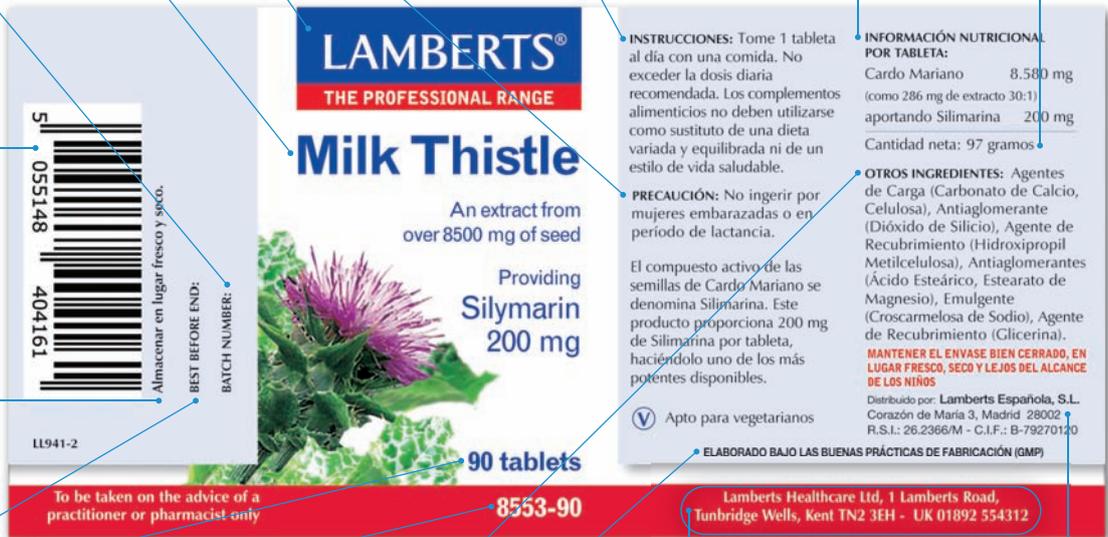
Instrucciones:
Este apartado debe indicar el consumo diario que recomienda el fabricante, así como la forma idónea de tomarlo (con alimentos, fuera de comidas...).

Información nutricional:
Debe mostrar las cantidades de nutrientes que se suministran en el producto, en miligramos (mg) o microgramos (µg) normalmente. Cuando el dato se halle disponible, también debe incluir el porcentaje que la cantidad representa de la cantidad diaria recomendada (CDR).

Cantidad Neta:
Peso de los comprimidos.

Código de barras:
En los productos LAMBERTS®, el código de barras empieza por 055148.

Almacenaje:
Aconseja la mejor forma de conservar el producto en condiciones óptimas. Prácticamente todos los complementos alimenticios deben almacenarse en un lugar fresco y seco, aunque hay casos concretos que precisan conservarse refrigerados.



Fecha de Caducidad:
Fecha a partir de la cual, el complemento alimenticio puede empezar a perder su eficacia. Se trata de una garantía por parte del fabricante de que el producto permanecerá "fresco" hasta esa fecha.

Nº de comprimidos:
Envases grandes para un mayor ahorro.

Código del producto:
En los productos LAMBERTS®, el código del producto empieza por 7 u 8.

Ingredientes:
Debe enumerar todas las sustancias que contiene el producto, tanto principios activos como excipientes, en orden decreciente por peso y mostrando la forma química empleada.

Nuestro control de calidad

Nombre y Domicilio del Proveedor:
Lamberts Healthcare Ltd, 1 Lamberts Road, Tunbridge Wells-Kent TN2 3EH England.

Nombre y Domicilio de la Empresa Distribuidora:
Lamberts Española, S.L. C/ Corazón de María, 3. 28002 Madrid.

Lamberts Healthcare Ltd, 1 Lamberts Road, Tunbridge Wells, Kent TN2 3EH - UK 01892 554312

Healthnotes en www.lambertsespanola.es

Podrá acceder a:

- Los **nutrientes más eficaces**, según datos científicos, en más de **650 trastornos de salud**.
- **Información sobre más de 380 suplementos nutricionales** como vitaminas, minerales, aminoácidos, ácidos grasos y otros nutrientes.
- **Información sobre más de 370 plantas medicinales**.
- La información se encuentra **ordenada alfabéticamente**, es **fácil de entender**, está **basada en la ciencia objetiva** y **escrita por médicos y otros expertos** en el campo de la medicina natural.





Astenia Otoñal



Con la llegada del otoño llega también la disminución de la luz solar, las lluvias, y el fin del verano y de las vacaciones. Todo esto podría conllevar al desánimo, cansancio y apatía, síntomas pasajeros en la mayoría de los casos, pero que podrían también quebrantar nuestro sistema inmunitario. El descanso, ejercicios regulares y sana nutrición, son algunos de los hábitos más importantes a tener en cuenta. Existen muchos complementos alimenticios naturales que nos ayudarían, ya que aportan variados nutrientes con efectos revitalizantes y/o relajantes con probados beneficios para nuestro bienestar. Lamberts® Española proporciona una extensa gama de algunos de estos nutrientes que nos favorecerían durante la astenia otoñal. También **la Vitamina B-12 disminuye el cansancio y la fatiga, además, contribuye al funcionamiento del sistema nervioso e inmune y al metabolismo energético.**

HIERBA DE SAN JUAN (ST JOHN'S WORT)

(Aporta 1000 µg de Hipericina)

Extracto vegetal de alta calidad.

- Favorece al bienestar del estado de ánimo.
- Apto para Vegetarianos.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Cada tableta aporta:

Hierba de San Juan	1700 mg
(como 340 mg de un extracto 5:1)	
aportando Hipericina	1000 µg



Código 8566 - 120 tabletas

5-HTP 100 mg

(Extracto Natural de Semillas de Griffonia)

- Participa en la función del sistema nervioso.
- Extraído de una fuente natural.
- Los niveles reflejados en su fórmula son los utilizados en la mayoría de estudios clínicos.
- Es mejor tomarlo antes de dormir.
- Apto para Vegetarianos.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Cada tableta aporta:

L-5 Hidroxitriptófano	100 mg
(Extracto natural de semillas de Griffonia simplicifolia)	



Código 8518 - 60 tabletas

L-TEANINA 200 mg

(Pura, Forma libre)

- Producto de una tableta al día.
- Lista para ser absorbida sin digerir.
- La L-Teanina es un aminoácido presente exclusivamente en la planta del té.
- Líder en el Reino Unido.
- Apto para Vegetarianos.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Cada tableta aporta:

L-Teanina	200 mg
-----------	--------



Código 8320 - 60 tabletas

GINSENG COREANO 1200 mg

Alta calidad y Alta Pureza

- (Panax Ginseng) Su raíz primaria se asemeja a la forma del cuerpo humano.
- Ayuda a la vitalidad y al estado de alerta.
- Favorece la salud del sistema inmune.
- Beneficia la función cognitiva.
- Previene la fatiga y mejora el metabolismo de la glucosa.
- Apto para Vegetarianos.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Cada tableta aporta:

Extracto seco equivalente a:	
Ginseng Coreano (Panax Ginseng)	120 mg
(como 120 mg de extracto)	
aportando Ginsenosidos	24 mg



Código 8555 - 60 tabletas



Bienestar para el Sistema Circulatorio y Cardiovascular

La enfermedad del corazón se desarrolla cuando las arterias coronarias (que proporcionan al músculo cardíaco oxígeno y sangre rica en nutrientes), se obstruyen por la acumulación de placas de colesterol. El tabaquismo, el nivel elevado de estrés, las dietas altas en grasas saturadas, la ingesta de azúcar refinado, una baja ingesta de fibra, el exceso de alcohol y la falta de ejercicio, son entre otros algunos de los factores de riesgo conocidos que nos hacen más propensos a la enfermedad arterial. Podemos reducir estos trastornos cambiando nuestro estilo de vida y complementando nuestras dietas con ciertos nutrientes.

ACEITE DEL FRUTO DEL ESPINO AMARILLO 1000 mg./Cápsula

- Las cápsulas contienen aceite puro de la pulpa, no de la semilla.
- Su extracción se efectúa sin recurrir a disolventes. Alta Calidad.
- Contribuye al bienestar cardiovascular y digestivo.
- Ayuda a fortalecer el sistema inmune.
- Apto para Vegetarianos.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Cada cápsula aporta:

Ácido Palmítico (Omega-7)	289 mg
Fuente rica en:	
Ácido Oleico	
Ácido Linoleico	
Ácido Linolénico	
Código 8497 - 60 cápsulas	



CO-ENZIMA Q10 (UBIQUINONA) 30 mg, 100 mg y 200 mg. Varias presentaciones de concentraciones

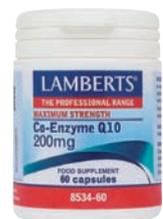
- Presentadas en una base de aceite vegetal que facilita su absorción.
- Bio idéntica a la producida de forma natural.
- Importante para la energía celular.
- Sus más altas concentraciones se encuentran en el músculo del corazón y el hígado (que necesitan más energía).



Código 8531 - 60 cápsulas



Código 8533 - 60 cápsulas



Código 8534 - 60 cápsulas

La Vitamina C de LAMBERTS® es de liberación sostenida con bioflavonoides (rutina, quercitina, citrina y hesperidina). Apto para Vegetarianos.



Código 8134 - 60/180 tabletas



Código 8135 - 100/250 tabletas



Código 8136 - 120 tabletas

VEINTAIN®

Sus compuestos proporcionan efecto termogénico

- Alta Potencia de extracto de Ginkgo, Canela y Jengibre.
- Contribuye a la normal función del sistema venoso en las piernas y a la circulación periférica general.
- Para manos y pies fríos.
- Ayuda en la mejora del sistema respiratorio.
- Fortalece el sistema inmune.
- Apto para Vegetarianos.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Cada tableta aporta:

Ginkgo Biloba	6000 mg
Corteza de Canela	3000 mg
Jengibre	7200 mg



Código 8574 - 60 tableta



SELECCIÓN DE FORMULACIONES DE MINERALES Y CALCIO. APTO PARA VEGETARIANOS

Los **Minerales** son sustancias inorgánicas que no se pueden sintetizar en el organismo y, por tanto, hay que aportarlos a través de la dieta. Participan activamente en una gran cantidad de funciones fisiológicas. **LAMBERTS® ofrece una amplia selección de minerales individuales y fórmulas combinadas.** Utilizamos compuestos minerales de grado fino para aumentar la solubilidad, y dado que la absorción es crucial, nuestros minerales son cuidadosamente formulados y rigurosamente probados para desintegrarse entre 30 a 60 minutos después de ser ingeridos. Siempre citamos el peso del mineral presente, no el peso del compuesto; esta información es de vital importancia para el profesional de la salud, pues ajustarse a la dosis correcta es fundamental en la práctica clínica.

MEGA MINERAL COMPLEX

(Fórmula muy Completa)

Altos niveles de Calcio y Magnesio en formas altamente absorbibles. Muy útil como fórmula para el bienestar de los huesos y dientes. **Además contiene un buen nivel de hierro el cual favorece el funcionamiento del sistema inmunitario.** Combinada con Megavit® crea un régimen de suplementación altamente potente. Este producto se elabora en el Reino Unido bajo las estrictas normas de fabricación farmacéutica GMP.



Producto recomendado para:

- El bienestar de los huesos.
- El metabolismo energético normal.
- Favorecer el proceso de división y diferenciación celular.
- Alto aporte de minerales importantes y muy absorbibles.
- Apto para Vegetarianos.

Código 8204 - 90 - tabletas

OSTEOGUARD®. Calcio/Magnesio con Vitaminas D y K + Boro

(Para mujeres en Menopausia)

Altos niveles de calcio y magnesio, junto con Boro y vitaminas D y K. Aunque una tableta al día constituye un buen soporte, dos tabletas al día son preferibles para aquéllos cuya dieta contiene pocos productos lácteos, o para las mujeres en edad de la menopausia. **Las vitaminas D y K participan en el mantenimiento normal de los huesos** y en particular, la vitamina K, contribuye a la coagulación normal de la sangre. **La vitamina D es esencial para un sistema inmune en buen estado** e importante para la absorción y utilización normal del calcio y el fósforo.

Producto recomendado para:

- Ayudar a disminuir el cansancio y la fatiga por su contenido en Calcio y Magnesio.
- Excelente pareja para la mayoría de fórmulas múltiples.
- Apto para Vegetarianos.



Código 8226 - 30/90 tabletas

CALCIO MASTICABLE 400 mg

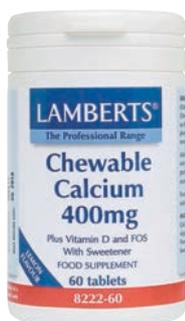
Con vitamina D3 y FOS

- Para uso de todas las edades, especialmente niños.
- Tabletas masticables de sabor a limón. No contiene azúcar, no provoca caries.
- Usamos fructo-oligosacáridos, para mejorar la absorción del Calcio.
- Con Vitamina D3, importante para el sistema inmune y funcionamiento normal de los huesos.
- Apto para Vegetarianos.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Cada tableta aporta:

Vitamina D3	2,5 µg
Calcio	400 mg
FOS	1000 mg



Código 8222 - 60 tabletas

CALASORB®. Calcio 800 mg

(como citrato)

- Alta Potencia de Calcio en forma de citrato que es mejor absorbible.
- Gran solubilidad en comparación con otros productos de Calcio.
- Contribuye a la coagulación sanguínea normal.
- Funcionamiento normal de las enzimas digestivas y de la neurotransmisión.
- Mantenimiento de los huesos, músculos y dientes en condiciones normales.
- Apto para Vegetarianos.



Código 8238 - 60/180 tabletas



Seleccione la respuesta correcta. (Relacionadas con los tres artículos de este Magazine).

1- En el estudio publicado en el "Daily Mirror" la mayoría de los adultos tenían diferentes deficiencias de vitaminas y minerales. ¿En qué nutrientes estaban bajos Poppy Dorans, Sarah Jane y Stephen Atkins?

A - Vitamina D, Vitamina B12 y Omega-3.

B - Vitamina D, Vitamina B2 y Magnesio.

C - Vitamina D, Vitamina B2 y Omega-3.

2- En el estudio publicado en el "Daily Mirror" ¿En qué nutriente estaba baja Cheryl Hopkins que le podría provocar alteraciones en el sueño?.

A - Vitamina B12.

B - Magnesio.

C - Omega-3.

3- Las alergias y resfriados son dos procesos semejantes en apariencia y distintos en su génesis.

A - Sus principales diferencias radican en las causas y su tiempo de duración.

B - Ninguna de los dos procesos implican al sistema inmunológico.

C - Son semejantes ya que el resfriado es contagioso y la alergia también.

Respuestas correspondientes a "Magazine Mayo 2014": 1-B, 2-B, 3-A4)

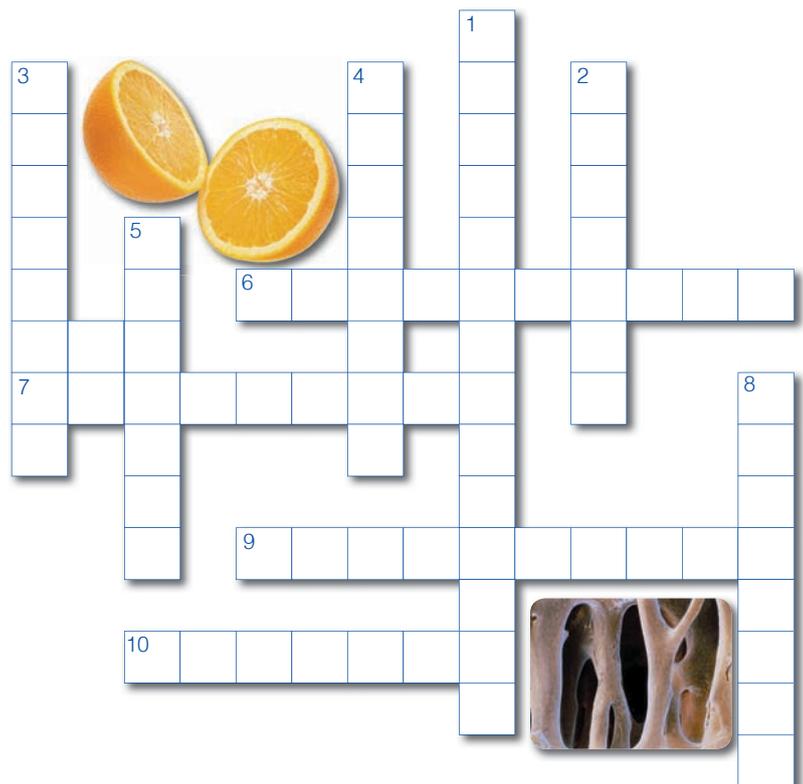
Crucigrama LAMBERTS (Relacionadas con "LAMBERTS® Recomienda" de este Magazine).

Horizontales

- 6) Este producto de LAMBERTS® contiene altos niveles de Calcio y Magnesio junto con Boro y Vitaminas D y K. Es recomendado para las mujeres en menopausia.
- 7) Las formulaciones de vitamina C de LAMBERTS® se liberan en el organismo de esta manera.
- 9) Nombre de la Co-Enzima Q-10. Lambertes Española las proporciona en tres diferentes presentaciones.
- 10) Este aminoácido está presente exclusivamente en la planta del té.

Verticales

- 1) El Aceite del Fruto del Espino Amarillo ayuda a fortalecer este sistema.
- 2) Nombre de la hierba, conocida por favorecer el bienestar del estado de ánimo. LAMBERTS® aporta 1000 µg de Hipericina en ese producto.
- 3) El 5-HTP de LAMBERTS® es un extracto de semillas de Griffonia. Nombre el sistema que se encuentra beneficiado con este extracto natural.
- 4) Los compuestos de este producto de LAMBERTS® proporcionan efecto termogénico.
- 5) Nombre del extracto herbal cuya raíz primaria se asemeja a la forma del cuerpo humano. Ayuda a la vitalidad y el estado de alerta.
- 8) ¿Cuál formulación (referida en este Magazine) presenta el Calcio en forma de citrato?.



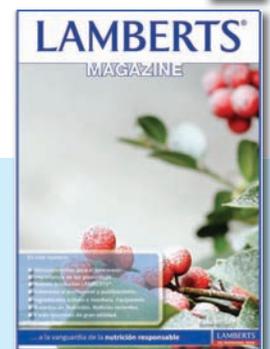
(Resolución crucigrama correspondiente a "Magazine Mayo 2014")

Horizontales: 2 BETASEC, 4 LAM, 5 GMP, 6 PRIMULA, 8 RUTINA, 10 IBISENE, 11 SELENIO

Verticales: 3 MG, 5 PEA PROTEIN, 7 K, 9 ESE, 10 COLLADEEN

**Desde 1989 Lamberts Española
... a la vanguardia de la nutrición responsable**

En nuestro próximo Magazine de Enero 2015 daremos las soluciones de este Pasatiempo Nutricional.

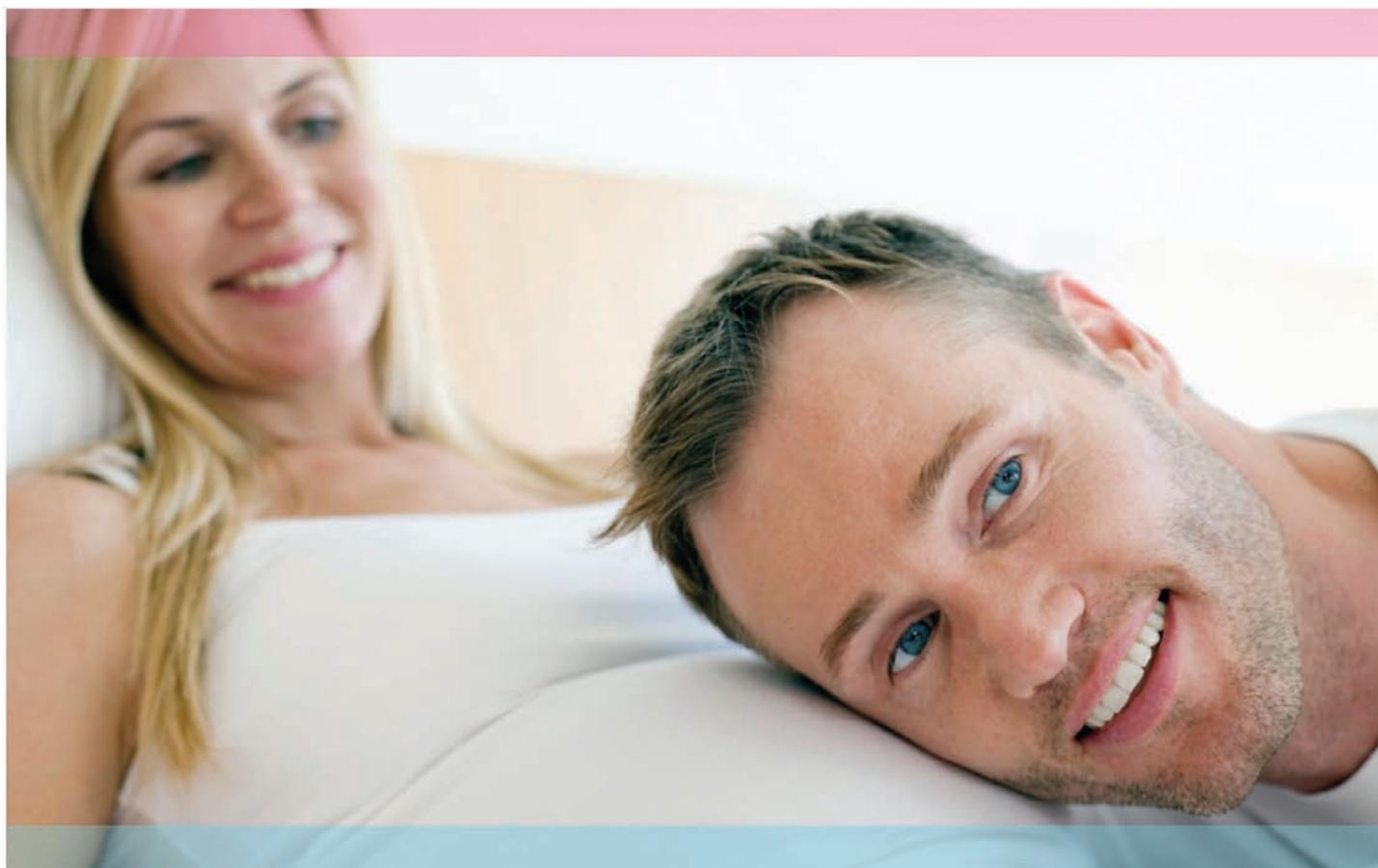


StrongStart®

for men & women

LAMBERTS®

THE PROFESSIONAL RANGE



Programa nutricional para las parejas que desean concebir

StrongStart® para mujeres y hombres proporcionan una fórmula multinutriente con todos los micronutrientes importantes a niveles por encima de los típicos productos más conocidos, así como un nivel más alto de ácidos grasos esenciales omega-3.

Cada presentación contiene 30 tabletas de una fórmula multinutriente y 30 cápsulas de ácidos grasos omega-3.



x 30



x 30

StrongStart® para hombres



x 30



x 30

StrongStart® para mujeres

Esta información ha sido elaborada únicamente con fines informativos y no intenta reemplazar el consejo o tratamiento médico. Antes de iniciar cualquier programa nutricional, debe consultar con un profesional de la salud. Publicación editada y distribuida por Lamberts Healthcare Ltd, para sus clientes de habla hispana.

Papel libre de cloro.

LAMBERTS®

Distribuidor exclusivo para España
Lamberts Española, S.L.
C/ Corazón de María, 3
28002 Madrid.

Tel: 91 415 04 97
Fax: 91 173 60 93
Email: info@lambertsespanola.es
Web: www.lambertsespanola.es