

# Goji

El zumo de Goji contiene gran cantidad de polisacáridos, responsables de activar el sistema inmunológico, esteroides y ácidos grasos esenciales, aminoácidos, flavonoides, carotenoides, vitaminas B, C y E, además de minerales, sobre todo zinc. Contiene betaina, que produce un efecto positivo sobre el hígado.



# Açaí

Su zumo es una gran fuente de energía y ofrece un alto contenido en antioxidantes por su gran cantidad de antocianinas. Es rico en ácidos grasos esenciales Omega 6 y Omega 9. Tiene un alto contenido en fibra, sales minerales y vitaminas A, B, C y E, aminoácidos y fitoesteroides. También destaca por sus propiedades energizantes.



Otro zumo antioxidante de Evicro:

# Granada

El zumo de granada es rico en polifenoles, vitaminas, taninos y antocianinas, todos ellos relacionados con la salud cardiovascular.



Las bayas de Goji crecen en las zonas sin contaminación del Himalaya y las de Açaí proceden de la selva amazónica, ambas son fuentes muy ricas en antioxidantes, vitaminas, sales minerales y ácidos grasos esenciales. Las dos bayas son reconocidas por ser eficaces reguladoras de los niveles de colesterol, dentro de una dieta equilibrada, así como combaten el envejecimiento prematuro.

El Zumo de Goji y el Zumo de Açaí son excelentes complementos alimenticios enriquecidos con la fórmula patentada de tres sustancias antioxidantes:

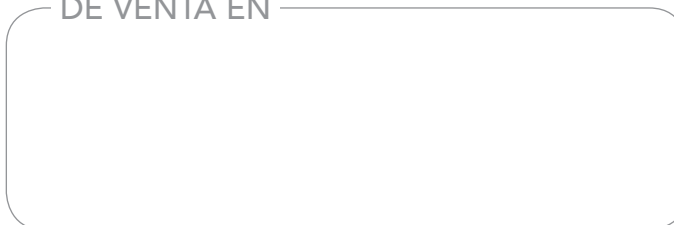


- **Uva negra:** Rica en flavonoides y polifenoles que combaten los radicales libres.
- **Licopeno:** Es el caroteno principal encontrado en el tomate. Ocupa un papel importante en la prevención del envejecimiento prematuro de las células.
- **Resveratrol:** Presente de manera natural en algunas plantas y frutas para protegerlas de daños e infecciones por hongos. Importante «suministrador» de antioxidantes.



[www.evicro.net](http://www.evicro.net)

DE VENTA EN



DE VENTA EN DIETÉTICAS

# Antioxidantes de alta potencia

Zumos naturales concentrados de bayas silvestres



La elección natural para un estilo de vida más sano



# Goji & Açaí



# Los antioxidantes

El envejecimiento es algo innato en el ser humano que, con el paso del tiempo, nos ocurre a todos los seres vivos. Sin embargo, está demostrado que existen factores que lo potencian y que tener buenos hábitos, llevar una vida saludable e incorporar a nuestra dieta diaria una ración adecuada de antioxidantes ayuda a ralentizar un proceso inevitable

Los **antioxidantes** son un grupo de vitaminas, minerales, enzimas y ácidos grasos esenciales, encargados de proteger nuestro metabolismo, de fortalecer nuestro sistema inmunológico, de aportar bienestar general al organismo y de combatir los ataques de los radicales libres.

Los **radicales libres** son moléculas inestables que “roban” electrones a otras moléculas de nuestro cuerpo, causándoles daños y desequilibrios a la vez que facilitan el desarrollo de enfermedades degenerativas y el envejecimiento prematuro. A este proceso se le llama “estrés oxidativo”. Una forma de minimizar los efectos de los radicales libres es realizar ejercicio regularmente, seguir una dieta sana y elegir alimentos ricos en antioxidantes.



Açai

## Estrés oxidativo

Por su capacidad receptora de electrones, el oxígeno es utilizado en el organismo para oxidar los nutrientes y obtener energía.

El estrés oxidativo ocurre en los organismos que por mala nutrición, enfermedad u otras causas elevan el nivel de radicales libres y causan una falta de antioxidantes.

Enfermedades que han sido vinculadas al estrés oxidativo:

- 1. Envejecimiento prematuro:** se acelera en relación directa con la magnitud del estrés oxidativo.
- 2. La piel:** los radicales libres no sólo modifican las membranas de sus células, evitando así que éstas se nutran correctamente, sino que además destruyen las fibras de colágeno y elásticas que le proporcionan elasticidad y firmeza.
- 3. Sistema Cardiovascular:** los radicales libres atacan a las grasas sanguíneas (peroxidación lipídica) favoreciendo la aparición de arteriosclerosis por endurecimiento de las paredes arteriales.
- 4. Sistema Nervioso:** los radicales libres son potencialmente peligrosos pues, pueden ocasionar importantes lesiones en las neuronas hasta el punto de provocar su muerte.
- 5. Sistema Inmunológico:** los radicales libres reducen la función inmunitaria, con lo que el organismo es menos resistente a las infecciones, a los procesos degenerativos y a las enfermedades inflamatorias como las artritis reumatoide.
- 6. Los Ojos:** los radicales libres favorecen la aparición de las cataratas seniles.
- 7. Ejercicio Físico de alta intensidad:** como consecuencia del ejercicio físico se incrementa la producción de radicales libres que, si no se contrarresta, puede traducirse en daño celular y reducir el rendimiento deportivo.
- 8. Sistema Músculo-Esquelético:** los radicales libres pueden favorecer el desgaste osteo-articular y alterar la capacidad motriz del individuo.
- 9. Diabetes:** estudios realizados sugieren que la hiperglucemia induce la sobreproducción de radicales libres y, consecuentemente, una reacción en cadena de peroxidación de lípidos, lo que puede acelerar el desarrollo de la complicación vascular en pacientes diabéticos.

Podemos optar por comer la fruta directamente en su temporada o disfrutar todo el año de los zumos revitalizantes como complementos nutricionales.

*Extracto del artículo publicado en la revista Natural nº 73 del Dr. Enrique Cantero Rosado*



Alimentos con alta capacidad de absorción de radicales libres (ORAC)	Mmol TE* per 100g (±5%)
GOJI	20.200
AÇAÍ	18.400
FRAMBUESA NEGRA	16.400
GRANADA	10.500
PASAS	5.700
MORAS	3.500
ARÁNDANO	3.200
CIRUELA	2.800
FRESA	2.600
NARANJA	2.400
CEREZA	2.100
MELOCOTÓN	1.300
ESPINACA	1.200
BRECOL	900
KIWI	900
COLIFLOR	400
MANGO	300
MANZANA	300
TOMATE	200

\* El valor ORAC, abreviación para la capacidad de absorción de radicales libres, es un análisis que mide la energía antioxidante total de los alimentos y otras sustancias.

\*Equivalentes a Micromoles de Trolox por 100 g.

\*Young G, Lawrence R, Schreuder M, Discovery of the ultimate superfood, Essential Science Publishing July 2005;48.