

## Produto: 5HTP Plus

### Descrição

---

5-HTP pode ser um complemento nutricional para os indivíduos que desejam apoio na função mental e aumento dos níveis de serotonina e dopamina no cérebro.

- Ajuda a combater a depressão e a ansiedade;
- Ajuda a reduzir a fadiga mental;
- Ajuda na manutenção de peso;
- Aumenta os níveis de motivação.



### Função

---

5-HTP Plus, fornecido por Ecogenetics N<sup>®</sup>, contém uma combinação sinérgica de 5-HTP, vitaminas, minerais e outros nutrientes desenvolvidos para suportar o humor e a sensação de bem-estar.

5-HTP Plus, pode ser um suplemento nutricional para os indivíduos que desejam apoio na função mental e aumento dos níveis de serotonina no cérebro.

A serotonina, é um neurotransmissor cerebral importante, é fundamental na regulação do apetite, humor e produção de melatonina. A presença de serotonina no cérebro está associada com o estado de equilíbrio emocional. Isto é conseguido, em parte, através da diminuição da actividade de certas hormonas excitatórias, incluindo a dopamina e noradrenalina. A serotonina, também actua, como um sinal de saciedade no cérebro, e adicionalmente, como precursor da melatonina, que está envolvida na regulação dos padrões do sono.

O 5HTP é um aminoácido precursor da serotonina e produzido pelo corpo a partir do Triptofano. Ele desempenha um papel essencial na produção da serotonina ("hormona do bom humor"), sendo por isso utilizado como antidepressivo, supressor do apetite e regulador do sono, melhorando a sua qualidade.

Produto: 5HTP Plus

Modo de utilização/Cuidados

Adultos devem tomar 3 cápsulas ao dia ou segundo prescrição profissional.  
Não deve ser excedida a dose diária recomendada. Se tiver algum problema de saúde, consulte o seu médico primeiro. Os suplementos não devem substituir uma alimentação variada e equilibrada e um estilo de vida saudável. Não recomendado a menores de 18 anos, grávidas e lactantes, salvo quando prescrito/recomendado por médico/farmacêutico.  
Guardar em local fresco e seco. Manter fora do alcance das crianças.

**Aviso:** Contém uma fonte de Fenilalanina.



Embalagem

- Tamanho embalagem: 200cc
- Peso Neto: 67,5g
- Peso Total:
- Tipo: cápsulas
- Quantidade: 60
- N.o embalagens p/caixa:
- IVA 23%
- Referência: ECO 5 HTP PLUS
- Código barras: 5600283759180

Indicações

5-HTP Plus, pode ser um complemento nutricional para os indivíduos que desejam apoio na função mental e aumento dos níveis de serotonina no cérebro.

Não foram relatados quaisquer efeitos secundários adversos.

Alergénicos

Não contém qualquer tipo de alergénicos.



**\*%VRN: Valor de Referência de Nutrientes**

## Produto: 5HTP Plus

### Informação sobre constituintes

---

**Ácido fólico:** Previne certos defeitos congénitos. Favorece a função do sistema circulatório e imunitário. Forma sintética do folato.

**Ácido pantoténico:** Intervém no metabolismo celular e energético. Favorece a função hormonal

**Cromo:** Apoia o metabolismo dos hidratos de carbono e o controlo das gorduras e tem demonstrado a sua eficácia nas depressões atípicas.

**Fenilalanina:** É um dos aminoácidos essenciais ao organismo humano que não pode por ele ser sintetizado, pelo que tem de ser ingerido. A fenilalanina serve para compor a célula do corpo humano, além de ser um componente essencial dos tecidos corporais. Indispensável para que o organismo fique equilibrado e produza adrenalina e tirosina em quantidades suficientes para a saúde do organismo, pois estão envolvidos em uma série de reações bioquímicas importantes.

**Ginkgo biloba:** é tradicionalmente usado para uma variedade de problemas relacionados com o cérebro – falta de concentração, esquecimento, dores de cabeça, fadiga, confusão mental, depressão e ansiedade. O mecanismo dual pelo qual o ginkgo funciona é, através do aumento da irrigação cerebral e do aumento da dopamina.

**Magnésio:** Fortalece os ossos e a função muscular, intervém no metabolismo energético e na regulação do batimento cardíaco.

**Niacina:** Intervém na obtenção de energia das gorduras, hidratos de carbono e proteínas Participa na função nervosa e na manutenção de uma pele sã.

**Riboflavina:** Favorece a obtenção de energia e da função nervosa.

**Tiamina:** Ajuda o organismo a obter energia dos alimentos. Favorece a manutenção da musculatura esquelética e cardíacas. Intervém nos processos de obtenção de energia por parte das células e na transmissão nervosa.

**L-tirosina:** Trata-se do aminoácido precursor da dopamina. E dopamina significa prazer e bem-estar mental.

**Vitamina B12:** Ajuda a manter o bom funcionamento celular e do sistema nervoso.

**Vitamina B6:** Intervém nos processos energéticos, e na formação dos glóbulos vermelhos, reforça o sistema imunitário e alivia os sintomas da síndrome per-menstrual.

**Triptofano:** O triptofano é um aminoácido essencial, o que significa que não pode ser produzido pelo corpo humano, sendo obtido através da alimentação. Ele desempenha um papel fundamental na síntese de proteínas e é o precursor de um importante neurotransmissor - a serotonina, que desempenha várias funções no organismo.

Além disso, o triptofano também é convertido em niacina (vitamina B3) no organismo.

A niacina desempenha um papel importante no metabolismo energético, saúde da pele, sistema nervoso e digestão.

Produto: 5HTP Plus

Informação sobre constituintes

**Affron:** é um extracto hidrossolúvel em pó de açafrão (*Crocus sativus* L.) e é uma incrível alternativa natural para a prevenção de perturbações emocionais relacionadas com a depressão, sendo que apresenta ótimos resultados na redução da tensão, do stress, da ansiedade, da depressão, da raiva e a da fadiga. Ajuda também a aumentar a vitalidade, o pensamento positivo e a melhorar a qualidade do sono.

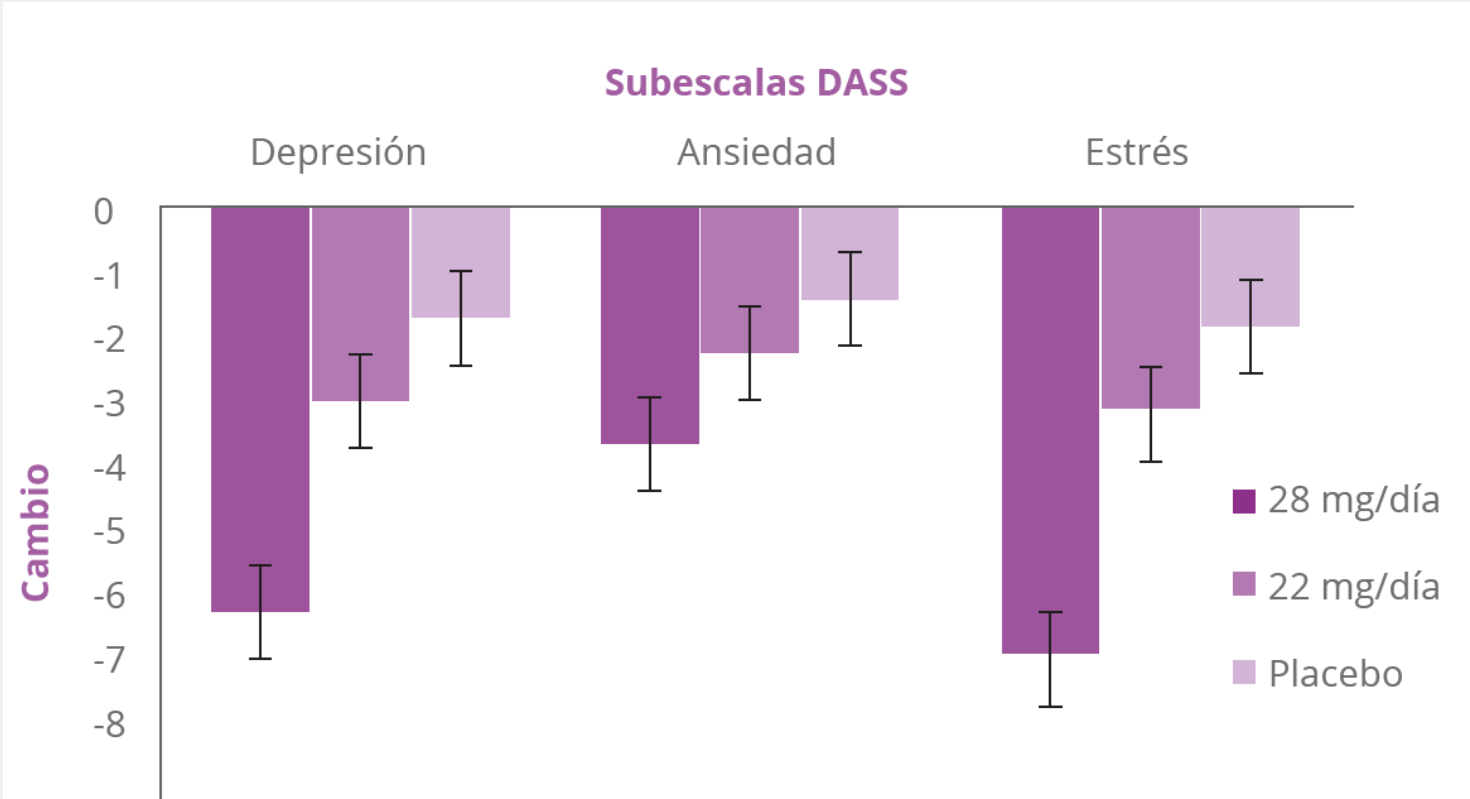


**Figura 1.** Tendo em conta a linha de base, a alteração média observada no teste DASS nas diferentes subescalas de depressão, ansiedade e stress após 4 semanas de tratamento com affron® e com placebo, mostrou uma melhoria extraordinária nas pessoas que tomaram simplesmente este produto, reduzindo significativamente os seus níveis de stress, depressão e ansiedade.

## Produto: 5HTP Plus

### Bibliografias

---

- Agren H, Reibring L, Hartvig P, Tedroff J, Bjurling P, Hornfeldt K, Andersson Y, Lundqvist H, Langstrom B. Low brain uptake of L-[11C]5-hydroxytryptophan in major depression: a positron emission tomography study on patients and healthy volunteers. *Acta Psychiatr Scand* 1991;83:449-55.
- Alvarado R, Contreras S, Segovia-Riquelme N, Mardones J. Effects of serotonin uptake blockers and of 5-hydroxytryptophan on the voluntary consumption of ethanol, water and solid food by UChA and UChB rats. *Alcohol* 1990;7:315-9.
- Angel I, Taranger MA, Claustre Y, Scatton B, Langer SZ. Anorectic activities of serotonin uptake inhibitors: correlation with their potencies at inhibiting serotonin uptake in vivo and 3H-mazindol binding in vitro. *Life Sci* 1988;43:651-8.
- Birdsall TC. 5-Hydroxytryptophan: a clinically-effective serotonin precursor. *Altern Med Rev* 1998;3:271-80.
- Blundell JE. Serotonin and appetite. *Neuropharmacology* 1984;23:1537-51.
- Blundell JE, Leshem MB. The effect of 5-hydroxytryptophan on food intake and on the anorexic action of amphetamine and fenfluramine. *J Pharm Pharmacol* 1975;27:31-7.
- Cangiano C, Ceci F, Cairella M, Cascino A, Del Ben M, Laviano A, Muscaritoli M, Rossi-Fanelli F. Effects of 5-hydroxytryptophan on eating behavior and adherence to dietary prescriptions in obese adult subjects. *Adv Exp Med Biol* 1991;294:591-3.
- Cangiano C, Ceci F, Cascino A, Del Ben M, Laviano A, Muscaritoli M, Antonucci F, Rossi-Fanelli F. Eating behavior and adherence to dietary prescriptions in obese adult subjects treated with 5-hydroxytryptophan. *Am J Clin Nutr* 1992;56:863-7.
- Ceci F, Cangiano C, Cairella M, Cascino A, Del Ben M, Muscaritoli M, Sibilia L, Rossi Fanelli F. The effects of oral 5-hydroxytryptophan administration on feeding behavior in obese adult female subjects. *J Neural Transm* 1989;76:109-17.
- Ernouf D, Daoust M, Poulain D, Narcisse G. Triptosine, an L-5-hydroxytryptophan derivative, reduces alcohol consumption in alcohol-preferring rats. *Alcohol Alcohol* 1992;27:273-6.
- Ferstrom JD. Modification of brain serotonin by the diet. *Annu Rev Med* 1974;25:1-8. Fletcher PJ, Burton MJ. Dissociation of the anorectic actions of 5-HTP and fenfluramine. *Psychopharmacology* 1986;89:216-20.
- Martinelli I, Mainini E, Mazzi C. [Effect of 5-hydroxytryptophan on the secretion of PRL, GH, TSH and cortisol in obesity]. *Minerva Endocrinol* 1992;17:121-6.
- Turner P, Bichi LA, Slusarczyk H, Franklin CS. The peripheral actions of antiobesity drugs. *Int J Obes* 1982;6:411-5.