

LECTINA DE SOJA



PRESENTACIÓN

Envase por 30 y 60 cápsulas blandas.

INGESTA RECOMENDADA

Tomar 2 cápsulas por día luego de las comidas principales (ya sea desayuno, almuerzo o cena), con abundante agua, preferentemente tibia.

Prevención: como mantenimiento, una cápsula blanda por día.

INFORMACIÓN DEL PRODUCTO

Suplemento dietario a base de Lecitina de Soja y Fosfolípidos

Referencias

MedlinePlus suplementos.

<https://www.mayoclinic.org/es-es>.

Lecitina de soja y colesterol - Espigol

Lecitina de Soja

La Lecitina de Soja es un alimento de alto valor nutritivo que aporta fosfolípidos naturales, la fosfatidilcolina es una excelente fuente de energía cerebral. Ayuda al transporte y eliminación de grasas, reduciendo los niveles de triglicéridos y colesterol. Complementa dietas de control de peso.

MECANISMO DE ACCIÓN: la lecitina de soja tiene varios mecanismos de acción. El primero es que se trata de una grasa que compite específicamente en el organismo con el colesterol, desplazándolo de los lugares donde tiende a depositarse. En segundo lugar, al ser emulsionante, reduce el tamaño de las vacuolas grasas en el torrente sanguíneo, mejorando la proporción de vacuolas de pequeño tamaño (el HDL o colesterol «bueno») en relación con las de mayor tamaño (el LDL o colesterol «malo»). En tercer lugar, ejerce una acción antioxidante que hace que el colesterol se oxide menos y, por lo tanto, que a misma cantidad tenga un menor poder aterogénico. El tejido cerebral posee una estructura grasa importante, y los fosfolípidos, presentes en la lecitina, determinan su buen funcionamiento. La degeneración senil, que provoca pérdidas de memoria, parece mejorar notablemente con el aporte regular de fosfolípidos de buena calidad biológica.

BENEFICIOS

- . Revitalizar la memoria a corto plazo mejorando el rendimiento intelectual.
- . Facilitar la digestión estimulando la función digestiva y la protección hepática.
- . Prevenir la formación de cálculos biliares.

Información Nutricional

Porción: 1 cápsula

Componente	Composición nutricional por cápsula	% Ingesta Diaria Recomendada
Lecitina de Soja	1200 mg	-
Grasas Totales	0,8 g de los cuales:	1
Fosfolípidos	Min. 636 mg	-

Valor Energético 8 Kcal = 33 Kj

Valores diarios con base a una dieta de 2000 Kcal u 8400 Kj. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas. No aporta cantidades significativas de Carbohidratos, Proteínas, Grasas Totales, Grasas Saturadas, Grasas Trans, Fibra alimentaria y Sodio.