

MACA Complex Sovex® MASCULINO

SUPLEMENTO ALIMENTAR

COD. – 00400

Contem selênio, zinco, niacina e tiamina.

O selênio contribui para a normal espermatogénese e o zinco para níveis normais de testosterona no sangue. A niacina contribui para a redução do cansaço e da fadiga e a tiamina para o normal funcionamento do coração.



A disfunção sexual masculina pode ocorrer quando existe um bloqueio de natureza orgânica e/ou psicogénica, o que leva à interrupção de uma das fases que compõem o ciclo da resposta sexual. Dependendo da fase do ciclo interrompida, podem existir vários tipos de disfunções: Desejo sexual hipoactivo que consiste na diminuição da vontade de ter atividade sexual; Disfunção Erétil que pode ser definida como a incapacidade persistente para obter ou manter uma ereção que permita a um homem ter relações sexuais satisfatórias; Disfunção Ejaculatória caracterizada por uma perturbação do momento ou da quantidade de emissão de esperma; Disfunção Orgásmica que é a dificuldade ou incapacidade, recorrente ou persistente, de atingir o orgasmo após uma fase de excitação sexual.

Um estudo português desenvolvido com uma amostra de 1250 homens da população portuguesa recolhida em diversas instituições, indica que 24% dos homens assinalam ter pelo menos uma disfunção sexual. Entre estes, 6% revelam que têm pelo menos uma disfunção moderada a grave, sendo que existem 13% dos homens com queixas de disfunção erétil, 6% com desejo sexual diminuído e 9% com ejaculação prematura.

Para um bom funcionamento sexual masculino é fundamental a erecção peniana. Ao nível fisiológico poder-se-á definir erecção peniana como um estado de rigidez necessário para que o homem consiga realizar a penetração sexual. Para que a erecção ocorra são necessárias uma série de estruturas interligadas entre si: sistema nervoso central, sistema nervoso periférico e estruturas penianas. O papel chave da erecção é o relaxamento do músculo liso cavernoso. Existem vários neurotransmissores que são fundamentais no fenómeno erétil. O óxido nítrico é considerado como o principal neurotransmissor envolvido na erecção, ao aumentar o GMPc (Monofosfato cíclico de Guanosina) levando ao relaxamento do músculo liso cavernoso.

Também é importante existir um ambiente hormonal adequado à função erétil. A testosterona é a principal hormona sexual masculina. A testosterona é fundamental para o desenvolvimento dos tecidos reprodutores masculinos, como os testículos ou a próstata, e na promoção de características sexuais secundárias, como o aumento da musculatura, massa óssea e o crescimento de pelos no corpo. A testosterona também é responsável pelo controle do desejo sexual, pela ereção e pela fertilidade.

Em homens saudáveis há um declínio da função sexual com a idade, porque com o passar dos anos existe um decréscimo no nível médio de testosterona, e doenças como a diabetes, hipertensão, obesidade, doença cardiovascular, tabagismo, alcoolismo, etc, também podem contribuir para a disfunção sexual.

Atualmente deparamo-nos também com níveis de testosterona cada vez mais baixos nos homens, que não depende só da idade. Devem-se a fatores como a má alimentação, o desequilíbrio do pH sanguíneo (acidificação do organismo), a própria genética, o sedentarismo e o stress. Outro fator importante é a tendência da testosterona se transformar em estrogénio, devido à ação da enzima aromatase, produzida pelas células de gordura. Esta enzima transforma testosterona em estradiol e estrona (hormonas femininas). O estradiol e a estrona em níveis elevados causam impotência, baixa libido, irritabilidade, cansaço, aumento do peito (ginecomastia) e até cancro de próstata.

O **MACA Complex Sovex® MASCULINO** possui uma série de ingredientes que normalizam os níveis de testosterona no sangue e contribuem para uma saudável função sexual masculina.

A **Maca Andina** (*Lepidium meyenii*) é um tubérculo peruano tradicionalmente ingerido pelo seu valor energético e pela sua ação na libido. A sua raiz é seca e utilizada em pó há mais de dois mil anos para combater a fadiga e agir como um estimulante sexual, não agindo no sistema nervoso central pois não contém cafeína.

Além de possuir uma enorme riqueza nutricional, na composição da Maca, encontram-se também substâncias activas chamadas glucosinolantes aromáticos, que dão a este tubérculo propriedades reguladoras das funções sexuais masculinas e femininas. Talvez seja esta a razão pela qual os indígenas consideravam a Maca como um potente afrodisíaco masculino, proibindo o seu consumo pelos jovens solteiros. Os indígenas usavam esta planta, tradicionalmente, para aumentar a fertilidade. Possui propriedades reguladoras hormonais que ajudam no processo reprodutivo e na formação dos espermatozoides.

A **Cuscuta chinensis** também conhecida como TuSiZi em mandarim, é considerada um tónico na medicina tradicional chinesa. As suas sementes possuem um elevado teor de flavonoides, conferindo-lhe importantes características antioxidantes. Estudos indicam que os seus flavonóides têm efeitos similares às hormonas sexuais, possuindo um papel protetor do esperma. Protege os órgãos reprodutores, promovendo o desenvolvimento dos órgãos reprodutivos masculinos e a produção de testosterona. Impede danos oxidativos nas células espermatogénicas e a sua destruição.



A raiz de **Rodiola** deve os seus efeitos benéficos aos glicósidos fenilpropanoides (rosavina, rosina e rosarina) e aos salidrósidos, sendo desta sinergia que resulta a ação revitalizante sobre o organismo.

A **rodiola** é uma planta adaptogénia, uma vez que ajuda a aumentar a resistência do organismo a vários tipos de situações adversas, nomeadamente aos vários tipos de stress a que estamos sujeitos diariamente (mental, físico, ambiental). Neste suplemento ajuda a combater os efeitos do stress, que é um dos factores da diminuição do desejo sexual e acaba por fornecer um efeito estimulante mental e físico quando necessário.

A **Aveia** é um cereal bastante conhecido e com importantes propriedades nutricionais, sendo rica em fibras, proteínas, vitaminas e minerais. Devido às vitaminas do complexo B que contém, a aveia apoia o funcionamento do sistema nervoso, ajudando a combater os efeitos do stress. Também possui ácidos gordos que ajudam a reduzir o colesterol, favorecendo as atividades do coração e do cérebro. É uma excelente fonte energética, combatendo a fadiga.

Um estudo de 2012 demonstrou que a aveia está ligada a níveis aumentados de testosterona. O estudo encontrou evidências que apontam que alguns compostos na aveia chamados de avenacósidos podem limitar o nível de globulinas que restringem as hormonas sexuais. Assim, os níveis de testosterona aumentam. Demonstrou-se que a aveia melhorou a performance sexual. Ela é rica em L-arginina, um aminoácido que reage com o óxido nítrico que é considerado o principal neurotransmissor envolvido na erecção.

O **Tribulus terrestris** é uma planta trepadeira que se desenvolve em regiões com climas moderados e tropicais. A medicina tradicional tem usado o Tribulus Terrestris para ajudar a função sexual e para aumentar a força e o vigor.

O uso do Tribulus pode aumentar os níveis de testosterona através da glândula pituitária, o que promove um aumento da secreção da hormona luteinizante (LH), levando um aumento dos níveis de testosterona livre no homem. Esta planta também provoca vasodilatação, o que pode explicar os seus efeitos sobre a ereção. Pode aumentar ainda a contagem de espermatozoides, bem como a sua motilidade, sendo um auxiliar na infertilidade. Um estudo do Instituto Químico-Farmacêutico na Bulgária, mostrou que a ingestão de Tribulus melhorou as funções reprodutoras, incluindo o aumento na produção de esperma e testosterona em homens. Outro estudo realizado em mais de 200 homens que sofriam de impotência, revelou que muitos dos homens experimentaram um aumento dos níveis de LH e testosterona, produção de esperma e da sua motilidade.

O **Pólen** é um pó amarelado encontrado nos estigmas das flores, fazendo parte da sexualidade das plantas como seu elemento masculino. É considerado um dos alimentos mais nutritivos da natureza, pois é rico em proteína (40% e contém mais aminoácidos do que o ovo e a carne), vitaminas do complexo B (possuindo uma acção sobre o sistema nervoso), enzimas e muitos outros nutrientes. Também apresenta uma potente ação energética aumentando o vigor e combatendo a fadiga.

O **Ginseng** é uma planta adaptogénica que contém mais de 200 compostos químicos identificados, entre eles encontram-se os ginsenosídeos que são considerados os componentes mais importantes desta planta. O Ginseng favorece as reacções de acomodação orgânicas ao esforço, por estimular os mecanismos energéticos de emergência, que são necessários nestes casos. É particularmente recomendado em todas as situações em que o organismo é submetido a uma intensa actividade física, mental ou emocional. Constitui um estimulante geral, aumentando a energia cerebral e sexual.

O **Gengibre** é uma raiz usada tanto na culinária quanto na medicina tradicional. Para além dos seus benefícios ao nível do sistema digestivo, o gengibre tem uma importante ação a nível circulatório. Devido aos seus compostos pungentes, o gengibre funciona como um vasodilatador, sendo importante na disfunção erétil masculina.

A **Nicotinamida** (vitamina B3) é indispensável para o metabolismo energético, na atividade enzimática e no controle do perfil lipídico. Não apenas os níveis de colesterol são afetados pelos benefícios da vitamina B3, mas também a saúde cardiovascular de um modo geral. Um estudo realizado na Universidade de Hong Kong mostrou que a ingestão diária desta vitamina faz com que homens com disfunção erétil e elevados níveis de colesterol consigam manter a ereção. Esta melhora a circulação, facilitando o fornecimento de sangue ao órgão genital.

A **Vitamina B1** (tiamina) é essencial para um certo número de reacções que implicam enzimas, incluindo as que intervêm na obtenção de energia a partir da glicose. Desempenha um papel importante no sistema nervoso, nos músculos e coração.

A **Pimenta de caiena** também conhecida como pimenta vermelha é rica em vitaminas A e C. Os princípios picantes (capsaicina) presentes nesta pimenta conferem-lhe um efeito estimulante no metabolismo, ajudando a ativar a circulação sanguínea. É portanto um vasodilatador.

O **Zinco** contribui para uma fertilidade e reprodução normais. Manter regulares os níveis de zinco no organismo é fundamental para que a testosterona seja produzida em quantidade saudável, mantendo a libido. A extremidade do espermatozoide é constituída por zinco, o que lhe confere mobilidade, sendo vital para uma adequada produção de esperma. Cada ejaculação contém em média 5mg de zinco. Também tem um impacto positivo no metabolismo do organismo, o que contribui para um aumento de energia.

O **Cobre** é um componente de diversas enzimas. É também um dos intervenientes no metabolismo do ferro que está presente no processo de produção de energia, produção de melanina e catecolaminas, e também desempenha uma função antioxidante. Os suplementos com zinco podem reduzir os níveis de cobre, tendo por isso sido adicionado o mesmo a este suplemento, para garantir o equilíbrio destes oligoelementos.

A **Urtiga** possui uma substância chamada de Ácido 9-Hidroxi-10-Trans-12-Cis-Octadecadiénico (HOA). Esta substância é responsável por dois dos principais efeitos da urtiga, a inibição da aromatase e a conversão de testosterona em 5 α -Dihidrotestosterona (DHT). Ou seja, a HOA impede que a testosterona se ligue a SHGB inibindo a produção de aromatase e impedindo a conversão da testosterona em estrogénio e aumentando assim os níveis de Testosterona Livre. A HOA também impede a conversão de testosterona em DHT através do bloqueio da enzima 5-Alfa Redutase, o que consequentemente aumentam os níveis de testosterona Livre.



O **Selénio** é principalmente utilizado como um antioxidante. Foi demonstrado que também contribui para melhorar a fertilidade masculina. O selénio contém o fosfolípido hidroperóxido glutathione peroxidase (GSHPx-4), que funciona como um antioxidante no esperma e, de acordo com estudos efetuados em ratos, pode ser responsável por manter a estrutura do esperma. É um protetor contra os radicais livres, ou seja, um antioxidante.

INDICAÇÕES: Função sexual masculina. Normal espermatogénese e níveis normais de testosterona no sangue. Redução do cansaço e da fadiga.

INGREDIENTES: Maca Andina / raíz (*Lepidium meyenii*) 35,24%, Cuscuta chinensis / semente, extrato seco (5:1), agente de revestimento: gelatina, rodiola / raíz, extrato seco (5:1) (*Rhodiola rosea* – com 3% de rosavinas), **aveia** / semente, extrato seco (5:1) (Avena sativa), *Tribulus terrestris* / fruto, extrato seco (com 45% de saponinas), pólen, ginseng / raíz, extrato seco padronizado a 10% de ginsenósidos (*Panax ginseng*), gengibre / raíz, extrato seco padronizado a 5% de ácidos essenciais (*Zingiber officinale* Rosc), vitamina B3 (nicotinamida), vitamina B1 (cloridrato de tiamina), pimenta de caiena / fruto (*Capsicum frutescens*), sulfato de zinco, urtiga / semente, extrato seco (5:1) (*Urtica dioica*), antiaglomerante: estearato de magnésio, sulfato cúprico, selenito de sódio

Contem aveia. Contem glúten.

INFORMAÇÃO COMPLEMENTAR: Toma diária recomendada: 2 cápsulas

Cada 2 cápsulas fornece:

		%VRN
Maca Andina	700mg	*
Cuscuta chinensis / extrato seco (5:1) equivalente a 1000mg de sementes de cuscuta	200mg	*
Rodiola / extrato seco (5:1) equivalente a 1000mg da raíz de rodiola com 6mg de rosavinas	200mg	*
Aveia / extrato seco (5:1) Equivalente a 500mg de sementes de aveia	100mg	*
<i>Tribulus terrestris</i> Com 45mg de saponinas	100mg	*
Pólen	100mg	*
Ginseng com 10mg de ginsenósidos	100mg	*
Gengibre com 2,5mg de ácidos essenciais	50mg	*
Nicotinamida	50mg	313%
Vitamina B1	30mg	2727%
Pimenta de caiena	30mg	*
Zinco	10mg	100%
Urtiga / extrato seco (5:1) equivalente a 100mg de sementes de urtiga	20mg	*
Cobre	1mg	100%
Selénio	100mcg	182%

%VRN – Valor de Referência do Nutriente

*VRN não determinado

UTILIZAÇÃO: Tomar 2 cápsulas diárias, 1 a meio da manhã e a outra cápsula a meio da tarde sempre acompanhadas de água ou sumo natural.

APRESENTAÇÃO: Embalagem com 30 cápsulas (58g).

