

YANGO Czarna maca 90 kapsułek



Cena: 33,89 PLN

Opis słownikowy

Dawka	-
Opakowanie	90 kaps.
Postać	kaps.
Producent	YANGO SP. Z O.O.
Rodzaj rejestracji	Suplement diety
Substancja czynna	-

Opis produktu

Opis Maca to roślina należąca do rodziny kapustowatych (*Lepidium meyenii*). Jest warzywem pochodzącym z Peru, a jej korzeń od tysięcy lat jest wykorzystywany jako źródło pożywienia wśród rdzennych ludów zamieszkujących Andy. Czarna maca to odmiana korzenia maca, która naturalnie występuje w czarnej lub ciemnobrązowej barwie. Jest to rzadziej spotykany typ macy, niż maca żółta lub czerwona. Czarna maca rośnie na wysokościach powyżej 4000 metrów n.p.m. Nasz preparat zawiera wysokie stężenie ekstraktu z czarnej macy w wysokości 10:1. CO MÓWIĄ BADANIA NA TEMAT DZIAŁANIA I WŁAŚCIWOŚCI KORZENIA MACA? Maca jest ceniona ze względu na swoje potencjalne właściwości prozdrowotne i afrodyzyczne. W występującej w naturze macy znajdziemy wiele składników odżywczych, takich jak białko, błonnik, węglowodany, tłuszcze i aminokwasy. Ponadto maca to doskonałe źródło mikroelementów, w tym witamin i składników mineralnych - np. żelaza, wapnia, miedzi, magnezu, potasu, cynku i jodu. Poniżej zebraliśmy listę właściwości macy, na które wskazują współczesne badania naukowe. Poprawa libido: Maca jest często stosowana jako afrodyzyk. Niektóre badania wykazały, że może ona poprawić libido zarówno u kobiet, jak i u mężczyzn^{1,2,3,4,5,6}. Poprawa pamięci i koncentracji: Regularne spożywanie macy może przyczynić się do poprawy funkcji kognitywnych^{7,8,9}. Energia i witalność: Maca jest popularna wśród sportowców, którzy przyjmują korzeń aby poprawić wydolność swojego organizmu^{6,7,8}. Poprawa nastroju: Maca może mieć wpływ na poprawę nastroju i zmniejszenie objawów depresji u niektórych osób^{9,10,11,12}. Równowaga hormonalna: Maca zawiera związki, które mogą pomóc w regulacji gospodarki hormonalnej, zwłaszcza u kobiet w okresie menopauzy^{13,14,15}. Funkcje seksualne: Niektóre badania sugerują, że maca może poprawić jakość nasienia, zdrowie plemników i potencję u mężczyzn^{3,4,16,17}. Należy jednak pamiętać, że na efekty suplementacji będzie miał także zdrowy tryb życia i zrównoważony sposób żywienia. Produkt nie może być stosowany jako substytut zróżnicowanej diety. CZYM WŁAŚCIWIE JEST KORZEŃ MACA? Korzeń maca, nazywany również trawą pieprzową lub peruwiańskim żeń-szeniem, pochodzi z Peru, gdzie uprawia się go od ponad 2000 lat. Maca to warzywo korzeniowe, które występuje naturalnie na wysokości około 3500 metrów n.p.m. pośród peruwiańskich Andów. Najbardziej cenioną jej częścią jest korzeń, przypominający rzodkiewkę i charakteryzujący się orzechowym smakiem. Maca stosowana jest od wieków przez rdzenne ludy Inków jako źródło pożywienia i cennych właściwości tej rośliny. W dzisiejszych czasach korzeń maca jest powszechnie stosowany jako suplement diety i jest eksportowany do wielu krajów na całym świecie. Jednak to w Peru korzeń maca jest nadal uważany za skarb narodowy i jest hołubiony przez mieszkańców Peru za swoje wyjątkowe właściwości i tradycyjne zastosowanie w ziołarstwie ludowym. CO WYRÓŻNIA MACĘ CZARNĄ OD INNYCH RODZAJÓW KORZENIA MACA? Maca czerwona, maca żółta i czarna maca to trzy najpopularniejsze odmiany peruwiańskiego żeń-szenia. Pierwszym, co rzuca się tu w oczy pod kątem różnic, jest oczywiście kolor, ale na tym się nie kończy. Każda z odmian naturalnie zawiera nieco inny skład, co oznacza, że ich wartość odżywcza także może się nieco

różnić. Czarna maca jest uważana za odmianę macy o największych właściwościach prozdrowotnych. Badania wykazały, że czarna maca zawiera wyższe stężenie fitoskładników (w tym antyoksydantów, regulujących wpływ wolnych rodników), niż inne odmiany macy. Ponadto, czarna maca posiada sporą ilość białka, niską zawartość tłuszczu i jest bogata w aminokwasy. Wszystkie odmiany macy mają podobne właściwości. Wśród nich wymienić możemy poprawę libido i płodności, zwiększenie poziomu energii i dobroczynny wpływ na pamięć. Jednak każdy rodzaj macy może mieć nieco inny wpływ na nasz organizm ze względu na swoje unikalne składniki. Na przykład, niektóre badania wykazały, że czarna odmiana macy może mieć działanie poprawiające jakość nasienia i funkcje kognitywne^{18,19}.
JAKI SPOSÓB NAJLEPIEJ PRZYJMOWAĆ MACĘ? Dawkowanie i sposób stosowania korzenia maca zależy od konkretnego produktu i zaleceń producenta. W naszym preparacie zawarliśmy ekstrakt z korzenia macy o stężeniu 10:1 i zalecamy stosowanie 1 kapsułki (430 mg) dziennie. Różni się to od często zalecanej dawki, która wynosi od 1 do 3 gramów ususzonego korzenia macy dziennie. Należy jednak pamiętać, że zawarty w preparacie ekstrakt posiada wysokie stężenie (10:1), dlatego dawkowanie również powinno być inne, niż w przypadku maca w proszku. Przed rozpoczęciem suplementacji warto także skonsultować się z lekarzem lub dietetykiem w celu ustalenia odpowiedniej dawki i sposobu stosowania. Jeśli nie przepadasz za połykaniem kapsułek, macę możesz także dodać do różnych potraw i napojów, aby zwiększyć ich wartość odżywczą. Maca to superfood (to znaczy, że posiada bogate wartości odżywcze), którym z łatwością wzbogacisz smoothie, sok lub koktajl białkowy. Możesz spożywać ją także z mlekiem lub wodą. Korzeń maca świetnie sprawdzi się również jako dodatek do potraw, takich jak owsianka, sałatki i zupy. Ważne jest, aby pamiętać, że suplementacja z korzeniem maca nie powinna zastępować zrównoważonego sposobu żywienia oraz zdrowego trybu życia. Nie należy także przekraczać zalecanej dziennej porcji do spożycia. Preparat nie powinien być stosowany przez osoby uczulone na którykolwiek ze składników.

STAWIAMY NA JAKOŚĆ! Suplementy YANGO produkujemy zachowując najwyższe rygory kontroli jakości. Dbamy o odpowiednie stężenie substancji czynnych i całkowite bezpieczeństwo produktów. Wierzymy, że w ten sposób możemy skutecznie pomóc Ci w osiągnięciu zamierzonych celów.

Sposób użycia 1 kapsułka raz dziennie. Sposób użycia: Kapsułki połknąć i popić dużą ilością wody, po posiłku. **Skład** ekstrakt z korzenia czarnej odmiany macy (*Lepidium meyenii*) 10:1. Skład kapsułki: celuloza roślinna. Składnik aktywny 1 kapsułka Czarna maca - ekstrakt 10:1 430 mg