

DUOLIFE

Spirulina

Doplnok stravy

DUOLIFE Spirulina je doplnok stravy z radu **Pure Formula** obsahujúci práškovú spirulinu v koncentrovanej dávke. Je zapuzdrený v kapsulách s derivátom organickej celulózy (HPMC) s oneskoreným uvoľňovaním. Spirulina podporuje kontrolu hmotnosti a funkcie imunitného systému a poskytuje množstvo cenných vitamínov a minerálov potrebných pre správne fungovanie organizmu. Zložka je štandardizovaná až na 60% obsah bielkovín. Vďaka štandardizácii je zaručené množstvo bielkovín v produkte.



Jednoduché ciele
zloženie



Výrobok so zrozumiteľným
účelom



Pohodlná forma
použitia



Zložky prírodného
pôvodu

Kedy užívať DUOLIFE Spirulina?

DUOLIFE Spirulina je doplnok stravy z radu **Pure Formula** obsahujúci práškovú spirulinu v koncentrovanej dávke. Je zapuzdrený v kapsulách s derivátom organickej celulózy (HPMC) s oneskoreným uvoľňovaním. Spirulina podporuje kontrolu hmotnosti a funkcie imunitného systému a poskytuje množstvo cenných vitamínov a minerálov potrebných pre správne fungovanie organizmu. Zložka je štandardizovaná až na 60% obsah bielkovín. Vďaka štandardizácii je zaručené množstvo bielkovín v produkte.

Doplnok stravy DUOLIFE Spirulina je určený na použitie ako podpora optimálnych funkcií tela pre:

- ▶ ľudí, ktorí si chcú udržiavať zdravú telesnú hmotnosť;
- ▶ ľudí, ktorí chcú podporiť funkcie imunitného systému;
- ▶ ľudí, ktorí zápasia s alergickou rinitídou;
- ▶ fyzicky aktívnych ľudí;
- ▶ ľudí, ktorým záleží na správnej hladine cholesterolu v krvi.

Ako funguje spirulina obsiahnutá v doplnku stravy DUOLIFE Spirulina?

DUOLIFE Spirulina je doplnok stravy založený na vysoko kvalitných zložkách prírodného pôvodu: práškovej spiruline a akácievej vláknine.

Spirulina obsiahnutá v **DUOLIFE Spirulina** podporuje:

- ▶ kontrolu hmotnosti;
- ▶ spaľovanie tukového tkaniva;
- ▶ imunitu organizmu;
- ▶ svalovú silu a vytrvalosť počas fyzickej aktivity;
- ▶ antioxidantné procesy a redukciu voľných kyslíkových radikálov;
- ▶ udržanie hladiny cholesterolu v krvi a krvný tlak na optimálnej úrovni.



Užívanie: 2 kapsuly denne pri jedle. Neprekračujte maximálnu odporúčanú dennú dávku. Produkt sa nemôže používať ako náhrada pestrej stravy. Vyvážená strava a zdravý životný štýl sú dôležité pre správne fungovanie organizmu.



Výživový doplnok DUOLIFE Spirulina sa najlepšie kombinuje s:

Shape Code® Protein Shake, Shape Code® Slim Shake, DUOLIFE Vita C, DUOLIFE Vita C Powder, DUOLIFE Deň, ProSlimer®, ProImmuno®, ProCholterol®, BorelissPro®, ProRelaxin®, ProSelect®, ďalšími produktmi z radu DUOLIFE Pure Formula.

Preventívne opatrenia

- ▶ Nepoužívajte v prípade alergie na ktorúkoľvek zložku.
- ▶ Nie je vhodný pre deti.
- ▶ Nie je vhodný pre tehotné a dojčiace ženy.
- ▶ V prípade existujúcich chronických ochorení, ako aj v prípade, že užívate lieky, sa pred použitím produktu poraďte s lekárom.



Zloženie – obsah v dennej dávke (2 kapsuly): spirulina (*Arthrospira platensis*) prášok (760 mg) štandardizovaný na 60% obsah bielkovín, akáciová vláknina. Zloženie obalu kapsuly: hydroxymetylpropylcelulóza (HPMC).

Spoznajte zloženie doplnku stravy DUOLIFE Spirulina

Spirulina (*Arthrospira platensis*) prášok - štandardizovaných na 60% obsah bielkovín

Spirulina je názov pre zeleno-modré riasy, ktoré rastú v teplých vodách Strednej a Južnej Ameriky a Afriky. Považujú sa za jednu z najstarších foriem života na Zemi. Tieto riasy sú malé (približne 500 µm) a majú tvar špirály, odtiaľ ich názov pochádza.

Spirulina je klasifikovaná ako **superpotravina**, t.j. potravinový produkt s výnimočnými nutričnými vlastnosťami. Táto riasa je zdrojom mnohých živín, vrátane veľkého množstva plnohodnotných bielkovín (cca 60% zloženia riasy), ale aj mnohých vitamínov: Vitamíny A, C, D, E, K, vitamíny skupiny B (vrátane B1, B2, B3, B12) a minerály ako selén, zinok, meď, železo a horčík. Spirulina navyše dodáva telu cenné zložky ako: kyselina gama-linolénová (GLA) a kyselina linolová zo skupiny omega-6 esenciálnych mastných kyselín, kyselina listová, fykocyanín (ktorý dáva spiruline charakteristickú modrú farbu) a bioflavonoidy.

Spirulina je vďaka svojim cenným vlastnostiam ako stvorená pre ľudí, ktorí chcú zredukovať telesnú hmotnosť. Fenylalanín obsiahnutý v spiruline je aminokyselina, ktorá môže pomôcť znížiť chuť do jedla, znížiť náhle záchvaty hladu a podporiť prácu čriev, čím môže nepriamo podporiť redukciu telesného tuku. Vláknina obsiahnutá v spiruline navyše vytvára na stenách čriev hlienovitý obal, ktorý pomáha znižovať vstrebávanie tukov – vrátane cholesterolu, ako aj prebytočných cukrov. Výsledkom je, že spirulina podporuje **kontrolu hmotnosti, normalizuje hladinu cholesterolu a glukózy v krvi a pomáha udržiavať krvný tlak na optimálnej úrovni**^{1,2}. Spirulina navyše **poskytuje cenné živiny** ako vitamíny a minerály, ktoré si môžu doplniť ľudia na redukčnej diéte^{3,4}. Suplementácia spiruliny je tiež cenná pre ľudí, ktorí sú fyzicky aktívni. Podľa výskumov môže mať vplyv na **podporu svalovej sily** a vytrvalosti počas cvičenia, čo sa premieta do zlepšeného športového výkonu^{5,6}.

Spirulina má tiež cenné **antioxidačné vlastnosti** a **pomáha znižovať zápaly** v tele vďaka obsahu fykocyanínu, ktorý má ako antioxidant schopnosť bojovať proti voľným radikálom. Antioxidačné vlastnosti spiruliny pomáhajú chrániť pred predčasným starnutím buniek⁷.

Okrem toho je známe, že spirulina sa používa ako prísada na **podporu pre ľudí, ktorí bojujú s alergickou nádchou**. Zložky obsiahnuté v spiruline môžu pomôcť inhibovať uvoľňovanie histamínu zo žírnych buniek. S tým súvisí už spomínaný efekt podporujúci redukciu zápalov v tele⁸.

Spirulina podporuje aj funkcie imunitného systému a to hlavne podporou tvorby protilátok⁹.

Doplnok stravy DUOLIFE Spirulina obsahuje aj akáciovú vlákninu, ktorá synergicky podporuje pôsobenie hlavnej zložky - spirulina.

Vláknina z akácie

Vláknina z akácie obsiahnutá v doplnku výživy DUOLIFE Spirulina je prírodná objemová látka s hodnotnými vlastnosťami. Vlákna z akácie sa získava z akácie rastúcej v Afrike; patrí do rozpustnej vláknitej frakcie, podporuje zdravie prospešný účinok spirulíny. Okrem toho je vláknina zaradená medzi takzvané prebiotiká, ktoré stimulujú rozvoj prirodzenej črevnej mikroflóry; podporuje optimálne funkcie tráviaceho traktu, podporuje peristaltiku čriev, podporuje reguláciu vyprázdňovania a predchádza plynatosťou a chronickej zápche¹⁰ a podporuje proces regulácie hmotnosti. Prispieva tiež k udržaniu optimálnej hladiny cholesterolu v krvi¹¹.

Čím vyniká DUOLIFE Spirulina?

- ▶ **Jednoduché ciele zloženie** – založené na hlavnej aktívnej zložke **so známymi vlastnosťami a koncentrovanej dávke**.
- ▶ **Výrobok so zrozumiteľným účelom** – so zdravotnými vyhláseniami na etikete na uľahčenie odporúčania.
- ▶ **Aktívna zložka so štandardizáciou** – zaručuje deklarovaný obsah účinných látok.
- ▶ **Zložky prírodného pôvodu**.
- ▶ **Bez umelých plnív, konzervačných látok alebo zbytočných prísad**.
- ▶ **Pohodlná forma použitia** – kapsuly **vyrobené z organického derivátu celulózy (HPMC; hypromelóza; hydroxypropylmetylcelulóza)**, s oneskorenou dobou uvoľňovania, podporujúce ochranu účinných látok pred kyslým pH žalúdočnej šťavy.
- ▶ **Jednotnosť rady PURE FORMULA – jednoduché odporúčanie** – 1 balenie obsahuje 60 kapsúl na 1 mesiac užívania (2 kapsuly denne).
- ▶ Jednoduché prispôbenie doplnku individuálnym potrebám organizmu.
- ▶ Produkt **NEOBSAHUJE laktózu** a je **bez GMO**.
- ▶ Výrobok **NEOBSAHUJE lepok** – je vhodný pre osoby trpiace intoleranciou lepku.
- ▶ Produkt je **vhodný pre vegánov a vegetariánov**.
- ▶ Viacjazyčná etiketa.

i Bibliografia pre prípravok DUOLIFE Spirulina je na samostatnej karte segregátora.

Bibliografia

1. Hamedifard, Z., Milajerdi, A., Reiner, Ž., Taghizadeh, M., Kolahehdooz, F., & Asemi, Z. (2019). The effects of spirulina on glycemic control and serum lipoproteins in patients with metabolic syndrome and related disorders: A systematic review and meta analysis of randomized controlled trials. *Phytotherapy Research*, 33(10), 2609-2621.
2. Machowiec, P., Ręka, G., Maksymowicz, M., Piecewicz-Szczęśna, H., & Smoleń, A. (2021). Effect of spirulina supplementation on systolic and diastolic blood pressure: systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Nutrients*, 13(9), 3054.
3. DiNicolantonio, J. J., Bhat, A. G., & OKeefe, J. (2020). Effects of spirulina on weight loss and blood lipids: a review. *Open heart*, 7(1), e001003.
4. Yousefi, R., Mottaghi, A., & Saidpour, A. (2018). Spirulina platensis effectively ameliorates anthropometric measurements and obesity-related metabolic disorders in obese or overweight healthy individuals: A randomized controlled trial. *Complementary therapies in medicine*, 40, 106-112.
5. Gurney, T., & Spendiff, O. (2022). Algae supplementation for exercise performance: current perspectives and future directions for spirulina and chlorella. *Frontiers in nutrition*, 9, 865741.
6. Gurney, T., & Spendiff, O. (2020). Spirulina supplementation improves oxygen uptake in arm cycling exercise. *European journal of applied physiology*, 120, 2657-2664.
7. Asghari, A., Fazilati, M., Latifi, A. M., Salavati, H., & Choopani, A. (2016). A review on antioxidant properties of Spirulina. *Journal of Applied Biotechnology Reports*, 3(1), 345-351.
8. Nourollahian, M., Rasouljan, B., Gafari, A., Anoushiravani, M., Jabari, F., & Bakhshae, M. (2020). Clinical comparison of the efficacy of spirulina platensis and cetirizine for treatment of allergic rhinitis. *Acta Otorhinolaryngologica Italica*, 40(3), 224.
9. Matufi, F., Maghsudi, H., & Choopani, A. (2020). Spirulina and its role in immune system: a review. *Journal of Immunology Research and Therapy*, 5(1), 204-211.
10. Min, Y. W., Park, S. U., Jang, Y. S., Kim, Y. H., Rhee, P. L., Ko, S. H., ... & Chang, D. K. (2012). Effect of composite yogurt enriched with acacia fiber and Bifidobacterium lactis. *World Journal of Gastroenterology: WJG*, 18(33), 4563.
11. Jensen, C. D., Spiller, G. A., Gates, J. E., Miller, A. F., & Whittam, J. H. (1993). The effect of acacia gum and a water-soluble dietary fiber mixture on blood lipids in humans. *Journal of the American College of Nutrition*, 12(2), 147-154.