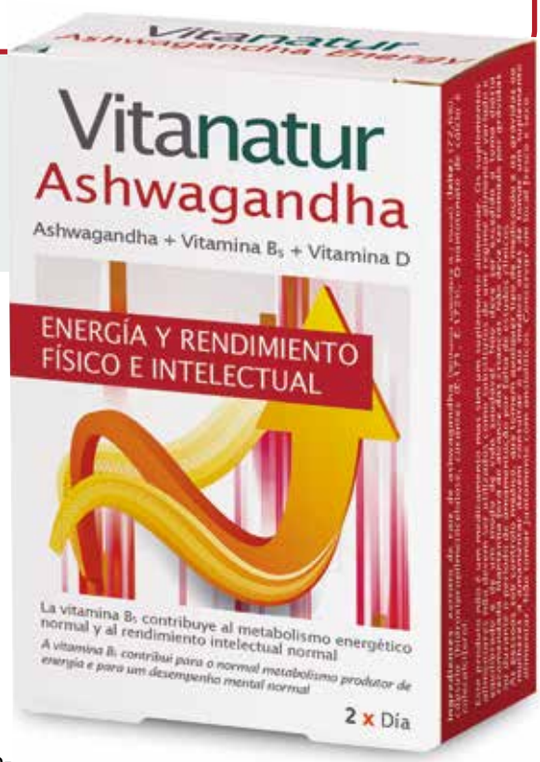
Descubre la fuerza de los adaptógenos con **Vitanatur Ashwagandha**

PROVENIENTE DE LA INDIA Y CON SIGLOS DE HISTORIA, LA ASHWAGANDHA ASEGURA UN MÁXIMO RENDIMIENTO FÍSICO Y MENTAL PARA LAS ÉPOCAS DE MAYOR EXIGENCIA.



El estilo de vida actual es de lo más exigente. La preocupación, la ansiedad o el estrés por no llegar al nivel exigido no son extraños para nadie. Ante estas situaciones, buscamos cada vez más soluciones naturales y los adaptógenos se han consolidado como un buen recurso. Se trata de sustancias que ayudan a que el cuerpo se adapte a una ocasión de alta exigencia como pueden ser exámenes, competiciones deportivas o proyectos laborales intensos, entre otros. Actualmente, en el mercado conviven productos a base de ginseng, combinados de ginseng y jalea real – como tratamiento intensivo – u otras fórmulas vitamínicas que ayudan al mantenimiento de la energía. Sin embargo, se trata de una categoría que ha ofrecido pocas novedades en los últimos años a pesar de que cada vez está más recurrida.

Descubriendo la ashwagandha, el adaptógeno ayurvédico

Más allá de los mencionados, existen otros adaptógenos que a pesar de que aún no son tan conocidos en occidente, lo son – y de sobras – en otras culturas orientales. Este es el caso de la ashwagandha, una planta cuya raíz se lleva utilizando desde hace siglos en la Medicina Ayurvédica como tónico adaptógeno para estimular las funciones físicas y mentales. Este sistema médico basado en el cuidado del cuerpo, la mente y el espíritu, es uno de los más antiguos del mundo y continúa vigente en la actualidad.

A diferencia de otros adaptógenos como el ginseng, la ashwagandha no provoca nerviosismo ni insomnio. Sin tener que pagar este "precio", proporciona el máximo rendimiento físico e intelectual, permitiendo una gran adaptación a situaciones de alta exigencia. Concretamente, la ashwagandha aumenta la resistencia, la fuerza y la masa muscular; previene el daño y acelera la recuperación muscular; reduce el estrés y mejora el descanso.

Hasta no hace mucho, la ashwagandha era totalmente desconocida en los mercados norteamericanos y europeos, pero en los últimos años, los productos basados en ésta planta ayurvédica se han triplicado.

Vitanatur apuesta por el extracto KSM-66®

Conocedor de la oportunidad que supone este ingrediente, Laboratorios Diafarm presenta Vitanatur Ashwagandha, con extracto de ashwagandha KSM-66®, vitamina B5 y vitamina D.

El extracto de ashwagandha KSM-66® sólo contiene raíz (y no hojas, único en el mercado), es estandarizado en activos (mayor riqueza y calidad constante) y es el que posee mayor número de estudios clínicos publicados, que corroboran la eficacia conocida desde hace siglos por la Medicina Ayurvédica. Además, se trata de un extracto de espectro total, "green" y orgánico: su extracción se consigue a través de un innovador procedimiento que permite obtener todos los bioactivos de la planta, sin utilizar disolventes químicos ni alcoholes y siguiendo procedimientos propios de la agricultura orgánica.

Vitanatur Ashwagandha se presenta en formato de caja con 60 cápsulas. Se recomienda tomar una cápsula dos veces al día (una después del desayuno y otra después de la comida), empezando la ingesta una semana antes de la época de mayor desgaste. ✚