

PROTOCOLO “4R”

Representa un válido y completo protocolo de intervención para reactivar una óptima funcionalidad gastrointestinal.

1- REMOVER

Se trata de remover los más frecuentes alérgenos alimentarios y seguir una dieta de eliminación por lo menos de 4-8 semanas. La dieta en general ha de ser rica en los siguientes alimentos: verdura, fruta, legumbres, arroz integral, pescado, pollo. El resto de alimentos será aconsejable evitarlos, especialmente aquellos ricos en levaduras y azúcares. Al concluir el período previsto se sigue un procedimiento de introducción gradual de un alimento cada 24-48 hs y se observa la aparición de eventuales síntomas. A veces es necesario también remover posibles infecciones de parásitos u hongos aunque en la fase de eliminación suelen resolverse ya muchos síntomas. Si existe la sospecha de una infección por candida es útil utilizar suplementos específicos.

2- REPARAR

El programa 4R considera también la reparación de la función de barrera de la pared intestinal que si se encuentra comprometida, condiciona la aparición del fenómeno del “leaky gut syndrome”.

3- REINOCULAR

Esta fase se promueve la introducción de probióticos en el intestino para reestablecer una flora bacteriana correcta. Hoy es posible evaluar la presencia o no de una disbiosis, mediante algunos test de orina que miden la presencia de determinados ácidos orgánicos. Una vez identificado el problema será necesario utilizar las cepas bacterianas más convenientes en cada caso y plantear una terapia suficientemente larga que permita una reconstrucción real de la flora bacteriana. (de 2 a 6 meses). sin olvidar los beneficios que los Prebióticos tienen para una correcta implantación de una Flora intestinal saludable y equilibrada.

4- REEMPLAZAR

A veces puede ser necesario remplazar o dicho de otra manera favorecer o reactivar la función de órganos claves para la digestión como son el Páncreas que puede condicionar una carencia de enzimas digestivos, el Estómago que sino produce, suficiente, ácido clorhídrico durante la digestión se alterará el pH intestinal y la Vesícula Biliar que puede provocar una mala digestión de las grasas. Todos estos aspectos pueden ser la causa tanto de una mala digestión de los nutrientes como de un ambiente intestinal inadecuado y frágil.

BIBLIOGRAFÍA

- [1] Biomed Rep. 2016 Sep; 5(3): 283–288. Potential role of bromelain in clinical and therapeutic applications. Vidhya Rathnavelu, Noorjahan Banu Alitheen, Subramaniam Sohila, Samikannu Kanagesan, and Rajendran Ramesh. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4998156/>
- [2] Mol Pharm. 2013 Nov 4; 10(11): 4032–4037. Gastric Re-acidification with Betaine HCl in Healthy Volunteers with Rabepazole-Induced Hypochlorhydria. Marc Anthony R. Yago, Adam R. Frymoyer, Gillian S. Smelick, Lynda A. Frassetto, Nageshwar R. Budha, Mark J. Dresser, Joseph A. Ware, and Leslie Z. Benet,* <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3946491/>
- [3] J Nutr. 2000 Apr;130(4S Suppl):978S-82S. Intestinal glutamate metabolism. Reeds PJ, Burrin DG, Stoll B, Jahoor F. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10736365?dopt=Abstract>
- [4] Adv Pharmacol Sci. 2011; 2011: The Mushroom Agaricus blazei Murill Elicits Medicinal Effects on Tumor, Infection, Allergy, and Inflammation through Its Modulation of Innate Immunity and Amelioration of Th1/Th2 Imbalance and Inflammation. Geir Hetland, Egil Johnson, Torstein Lyberg, Gunnar Kvalheim <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3168293/>
- [5] Nutrients. 2018 Nov; 10(11): 1721 The Effect of Dietary Mushroom Agaricus bisporus on Intestinal Microbiota Composition and Host Immunological Function. Gloria I. Solano-Aguilar, Saebyeol Jang, Sukla Lakshman, Richi Gupta, Ethiopia Beshah, Masoumeh Sikaroodi, Bryan Vinyard, Aleksey Molokin, Patrick M. Gillevet, Joseph F. Urban, Jr. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6266512/>
- [6] Biomed Res Int. 2014; 2014: 842674. Foeniculum vulgare Mill: A Review of Its Botany, Phytochemistry, Pharmacology, Contemporary Application, and Toxicology; Shamkant B. Badgujar, Vainav V. Patel, and Atmaram H. Bandivdekar <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4137549/>
- [7] J Evid Based Integr Med. 2018; Ginger Extract and [6]-Gingerol Inhibit Contraction of Rat Entire Small Intestine. Usana Chatturong, Tanwarat Kajsongkram, Sakara Tunsophon, Rachanee Chanasong and Krongkarn Chootip1 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5954582/>
- [8] Phytother Res. 2006 Jul;20(7):519-30. A review of the bioactivity and potential health benefits of chamomile tea (Matricaria recutita L.). McKay DL, Blumberg JB. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16628544>
- [9] Electron Physician. 2016 Sep; 8(9): 3024–3031. A systematic review study of therapeutic effects of Matricaria recutita chamomile (chamomile). Sepide Miraj and Samira Alesaeidi <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5074766/>
- [10] Ford, A. C., Talley, N. J., Spiegel, B. M. R., Foxx-Orenstein, A. E., Schiller, L., Quigley, E. M. W., & Moayyedi, P. (2008, November 14). Effect of fibre, antispasmodics, and peppermint oil in the treatment of irritable bowel syndrome: systematic review and meta-analysis. The BMJ 2008;337, a2313 <http://www.bmj.com/content/337/bmj.a2313>
- [11] University of Adelaide. (2011, April 20). How peppermint helps to relieve irritable bowel syndrome <https://www.sciencedaily.com/releases/2011/04/110419101234.htm>
- [12] Mymensingh Medical Journal 221, 27-30, 2013, January. Efficacy of Peppermint oil in diarrhea predominant IBS - a double blind randomized placebo - controlled study. Alam, M. S., Roy, P. K., Miah, A. R., Mollick, S. H., Khan, M. R., Mahmud M. C., & Khatun S. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23416804>
- [13] Alam MS1, Roy PK, Miah AR, Mollick SH, Khan MR, Mahmud MC, Khatun S. Mymensingh Med J. 2013 Jan;22(1):27-30. Efficacy of Peppermint oil in diarrhea predominant IBS - a double blind randomized placebo - controlled study. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23416804>



C/Nàpols 216, 08013 Barcelona
www.gheosnatural.com
info@ghenosnatural.com
T. 934364172

Esta información de base es reservada a personas cualificadas en medicina, alimentación y farmacia (Directiva CEE 89/398 con autorización D.L. N 111 del 27/01/92 art. 6 coma II). Cualquier uso diferente al especificado y por lo tanto no autorizado no será responsabilidad.



Panc Mix

COMPLEMENTO ALIMENTICIO

60 cápsulas Peso neto: 45 g

APORTE MEDIO POR DOSIS MÁXIMA RECOMENDADA (2 CPS)

	2 Cápsulas
Ácido Glutámico	80 mg
Agaricus polvo	200 mg
Betaína	121 mg
Manzanilla e.s.	60 mg
Menta e.s.	60 mg
Hinojo e.s.	60 mg
Jengibre e.s.	60 mg
Bromelaina	100 mg da cui 250 GDU
Enzymix	500 mg
del cual:	
Amilasas	15000 DU
Proteasas	30000 HUT
Glucosamilasas	200 AGU
Lipasas	1125 FCC FIP
Celulasas	3000 CU
Lactasas	5000 ALU
Pectinasas	70endo-PGU

INGREDIENTES

Enzymix [enzimas de sustratos vegetales fermentados (Amilasas, Proteasas, Glucoamilasas, Lipasas, Celulasas, Lactasas, Pectinasas)], Cápsula vegetal (agente de revestimiento: hidroxipropilmetilcelulosa); Agaricus (Agaricus blazei Murill, esporas) polvo, Betaína clorhidrato, Bromelaina de tallo de piña (Ananas comosus (L.) Merr.) tit. 2500 GDU/g, Ácido Glutámico, Jengibre (Zingiber officinale Rosc., rizoma) e.s., Manzanilla (Matricaria chamomilla L, flores) e.s., Menta (Mentha x piperita L, hojas) e.s., Hinojo (Foeniculum vulgare Mill., frutos) e.s..

MODO DE USO

Se aconseja tomar dos cápsulas al día preferiblemente durante o después de una comida principal.

ADVERTENCIAS

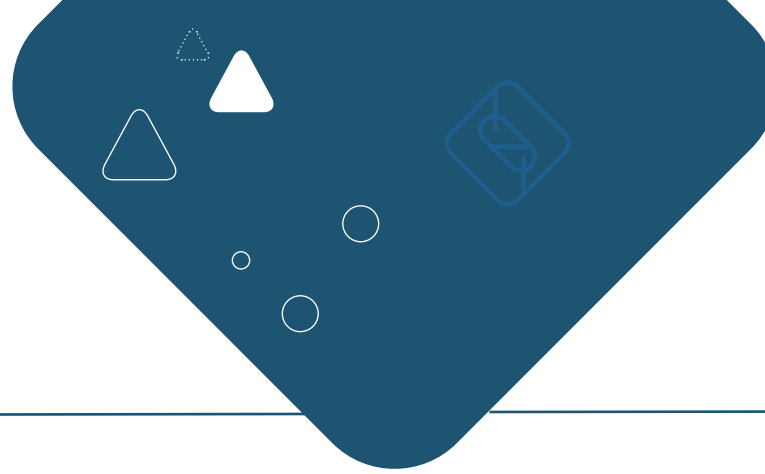
No superar la dosis recomendada. Mantener fuera del alcance de los niños menores de tres años de edad. Los complementos alimenticios no han de ser utilizados como sustitutivos de una dieta variada y equilibrada ni de un estilo de vida sano. Conservar en un lugar fresco y seco, resguardado de los rayos solares y de la humedad. La fecha de caducidad se refiere al producto correctamente conservado e íntegro.



FAVORECEN LA FUNCIÓN DIGESTIVA, LA NORMAL MOTILIDAD GASTROINTESTINAL Y LA ELIMINACIÓN DE LOS GASES



FAVORECE EL METABOLISMO DE LOS CARBOHIDRATOS



LA IMPORTANCIA DE LOS ENZIMAS

La digestión, la absorción y la evacuación del alimento deben tener lugar en un modo correcto para que nuestro organismo pueda extraer y utilizar todos los nutrientes que deben aportar los alimentos ingeridos.

Los síntomas más comunes de la insuficiencia pancreática incluyen molestias e hinchazón abdominal, indigestión y presencia de alimentos no digeridos, total o parcialmente, en las heces.

Específicamente Panc mix ayuda a la normal funcionalidad digestiva cuando los problemas digestivos dependen de la carencia enzimática pancreática. Tomado durante o inmediatamente después de las comidas Panc mix supone un apoyo digestivo, si lo tomamos lejos de las comidas ejerce una acción antiinflamatoria.

En el “Protocolo de las 4R” (ver última página de esta ficha técnica) Panc mix representa una ayuda esencial en la fase REEMPLAZAR (en esta fase se reactivan aquellos factores nutricionales digestivos como los enzimas digestivos, el ácido clorhídrico, bilis, Inmunoglobulina A, entre otros, cuyo déficit o exceso puede estar en el origen del desequilibrio intestinal).

UN PROCESO DIGESTIVO EFICIENTE ES NECESARIO PARA APROVECHAR EL PODER NUTRITIVO DE LOS ALIMENTOS. SI HAY UN DÉFICIT DE ENZIMAS PANCREÁTICOS NO PODEMOS APROVECHAR ESTE PODER NUTRITIVO DE LOS ALIMENTOS INDEPENDIENTEMENTE DE LA CALIDAD DE LOS MISMOS.

OBSERVACIONES SOBRE LAS CARACTERÍSTICAS DE LOS COMPONENTES

Enzi-mix®

Los componentes contenidos en el complemento contienen coadyuvantes nutricionales útiles por sus características intrínsecas para mejorar los trastornos digestivos.

A menudo la carencia de enzimas digestivos se traduce en una persistente hinchazón abdominal asociada a calambres y sensación de pesadez post-prandial. Los enzimas que pueden ser utilizados son la pepsina, responsable de la digestión de las proteínas, la amilasa útil para la degradación de los carbohidratos, la tripsina y la quimotripsina, otros enzimas proteolíticos, la lactasa, necesaria para metabolizar la lactosa y la lipasa, responsable de la degradación de las grasas.

En situaciones de deficiencia de enzimas pancreáticos es útil para favorecer la digestión de las grasas, almidones y proteínas. Los enzimas contenidos en Panc mix tienen como objetivo:

Amilasa: ayudar a digerir los almidones que son oligosacáridos (cadenas muy largas de azúcares), dextrinas y glucosa.

Proteasa: ayudar a la digestión de las proteínas

Glucosamilasa: ayudar a digerir azúcares, glucosa

Celulasa: ayudar a digerir la fibra de los vegetales y aprovechar su glucosa.

Lactasa: ayudar a la digestión de los lácteos.

Pectinasa: ayudar a degradar las pectinas (pieles de las frutas principalmente)

BROMELAÍNA:

De reconocidas propiedades antiinflamatorias y fibrinolíticas este derivado de la piña tiene además reconocidas propiedades digestivas todas sus propiedades se deben a su gran capacidad enzimática. Si se ingiere durante las comidas ayuda al proceso digestivo si se toma fuera de las comidas primero ayuda a “limpiar” el intestino y posteriormente el resto del organismo de ahí la gran cantidad de beneficios reconocidos para la salud. [1]

BETAINA HCl

Aumenta la producción de ácido clorhídrico lo que favorece la liberación de jugos pancreáticos así como de sales biliares.[2]

ÁCIDO GLUTÁMICO

Este aminoácido no esencial es clave para el correcto funcionamiento del tubo digestivo ya que la mayoría del mismo se consume en el estómago-bazo-páncreas e intestino.[3]

AGARICUS BLAZEI MURRIL

Además de su acción enzimática ayuda mucho a crear un ambiente intestinal adecuado ya que favorece la implantación de un microbiota equilibrado. Además, tiene una reconocida capacidad antiinflamatoria especialmente en el Intestino delgado [4][5].

HINOJO E.S.

El hinojo tiene reconocidas propiedades como expectorante y antiinflamatorio con gran capacidad para reequilibrar el aparato digestivo. Disminuye la presencia de gases y ejerce una acción positiva para combatir el estreñimiento. [6]

GENGIBRE E.S.

Actúa energéticamente “calentando el estómago” lo que favorece además de la función gástrica la función pancreática exocrina así como la función biliar, todo ello beneficia mucho al intestino delgado. [7]

MANZANILLA E.S.

Esta planta utilizada desde la antigüedad para mejorar multitud de problemas de salud cotidianos encuentra uno de sus principales campos de acción en los problemas digestivos donde ejerce una acción antiespasmódica, antiinflamatoria y antiemética. [8] [9]

MENTA PIPERITA E.S.

Hay una larga tradición de uso de la Menta Piperita como ayuda al sistema digestivo. Los ingredientes activos claves de esta hierba son los aceites volátiles que contiene, en particular el mentol, aunque los otros componentes también podrían contribuir a los efectos beneficiosos de la planta. Actualmente el aceite de menta destaca por su papel en la prevención de comportamientos anormales del intestino, situaciones en las que los músculos del intestino se vuelven hipersensibles y llegan a producir fuertes contracciones, lo que puede resultar muy doloroso. El aceite de menta ha demostrado en ensayos clínicos que es capaz de regular estas contracciones. [10] [11] [12]

POSIBLES ASOCIACIONES

En el protocolo de las 4R: Munibios

Para ayudar a la función pancreática y al metabolismo glucídico: Agaricus Gheos, Sinix plus, Micotwin Diab, Coprinus Gheos

Hinchazón abdominal: Psoma vis, Paraossmix

Síndrome del intestino irritable: Psoma vis, Munibios, Colorelax