

ACETIL-L-CARNITINA

PARA QUÉ SIRVE:

- Mejora la memoria, el razonamiento, la lucidez y la concentración.
- Incrementa la vitalidad y la energía.
- Fortalece el músculo cardíaco, incluso en personas infartadas y reduce el riesgo cardiovascular.
- Reduce el riesgo de Alzheimer y Parkinson.
- Mejora el humor y aumenta el bienestar emocional, disminuyendo la depresión y ansiedad.
- Mejora la agudeza visual y previene la retinopatía diabética y las "Cataratas".
- Tomado con los Súper Omegas 3: EPA y DHA aumenta los niveles de Dopamina y Acetilcolina, estimulando la creatividad.

RECOMENDACIÓN:

- Tomar Acetil-L-Carnitina de preferencia por la mañana en estómago vacío.
- **Adultos y personas con problemas de memoria:** De 1 a 3 dosis diarias en la mañana (380 a 1400 mg al día).
- **Personas con problemas cardiacos:** 2 g al día o lo que recomiende el Profesional de la Salud.

PROGRAMA NUTRICIONAL:

Acetil-L-Carnitina es un éster acetilado del aminoácido L-Carnitina que se absorbe en el flujo sanguíneo de un modo más eficiente que la L-Carnitina sola.

El aminoácido L-Carnitina es la terapia más efectiva contra el envejecimiento cerebral, ya que protege las células neuronales de los efectos del envejecimiento. Son de vital importancia para mantener el metabolismo de la energía celular y el flujo sanguíneo de la juventud.

Investigaciones recientes señalan que la Acetil-L-Carnitina estimula la producción de **ACETILCOLINA**, uno de los más importantes neurotransmisores cerebrales.

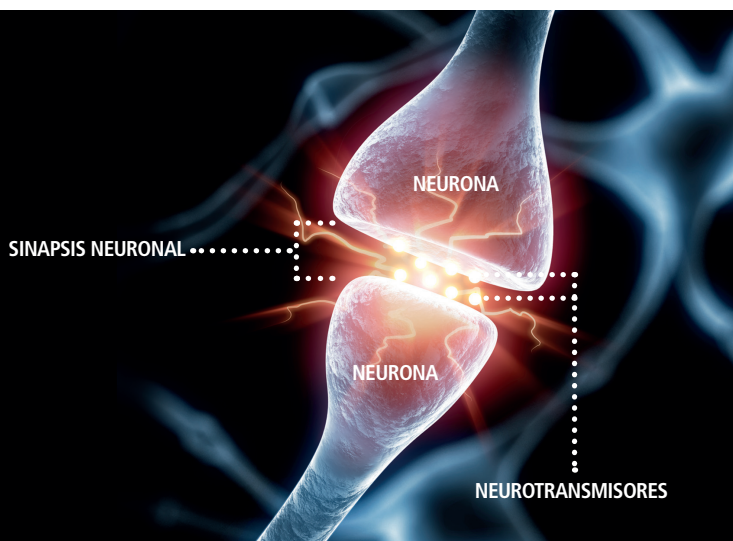
En la Menopausia y Andropausia comienzan a bajar los niveles de hormonas que estimulan la producción de este neurotransmisor, encargado de controlar la velocidad y los procesos mentales guardando los recuerdos y haciendo que sus movimientos sean precisos y rápidos.

ACETIL-L-CARNITINA Y EL CORAZÓN

La suplementación de Acetil-L-Carnitina, inmediatamente después de un ataque cardíaco, puede ayudar al músculo cardíaco dañado a revitalizarse de nuevo. Dosis de 2 g por día mejoraron la salud de 51 pacientes que habían sufrido ataques cardíacos (*R.B. Siglo. Postgraduate Medical Journal, 1995*).

ACETILCOLINA, EL NEUROTRANSMISOR QUE PROMUEVE LA ENERGÍA CEREBRAL

Acetilcolina, controla la velocidad a la que piensa el cerebro y reaccionan los músculos.



ACETILCOLINA Y ALZHEIMER

En los enfermos de Alzheimer, el desequilibrio de las enzimas que se requieren para sintetizar y metabolizar la **ACETILCOLINA** (acetilcolinesterasa), produce una declinación devastadora en los niveles de este neurotransmisor, lo que contribuye significativamente a la pérdida de memoria y capacidad de concentración. Además, disminuye la capacidad del cerebro de extraer oxígeno y glucosa de la sangre y tiende a formar placas de proteína amiloide que se acumulan y dañan las neuronas. (*Scientific American* 283:6, 2000).

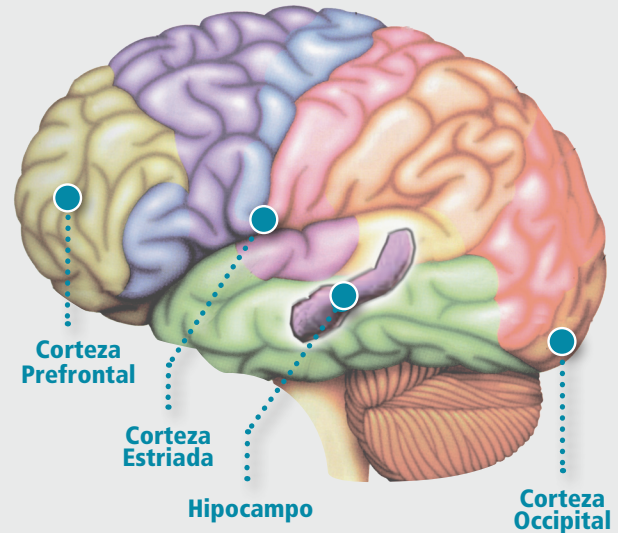
La primera evidencia directa de que la Acetil-L-Carnitina produce beneficios importantes en pacientes con Alzheimer fue publicada en la revista *Neurobiology of Aging* en 1995, donde se encontró que la reducción en la energía celular presentada en pacientes con Alzheimer en la etapa inicial fue revertida en aquellos que recibieron Acetil-L-Carnitina.

Numerosos estudios realizados por el Dr. Jay Pettigrew y sus colegas de la Escuela de Medicina de la Universidad de Pittsburgh, demostraron que los pacientes de Alzheimer y otros enfermos seniles experimentaron notables mejoras al tomar Acetil-L-Carnitina. El deterioro mental, sufrido por estos pacientes durante un año, fue mucho menor que el sufrido por los individuos del grupo de control que no lo tomaron. Las mediciones de su actividad cerebral, realizadas mediante resonancia magnética, confirmaron estos datos.

En un estudio realizado en Italia, con adultos de más de 50 años, se administró una dosis moderada de Acetil-L-Carnitina (1,500 mg diarios durante 90 días) a 500 pacientes. A pesar de tratarse de un periodo muy corto, su **inteligencia, memoria y emociones** mostraron un **incremento notable**. Un mes después de haber cesado el tratamiento, dichos efectos persistían. Usada como suplemento la Acetil-L-Carnitina estimula en un 5.6% el crecimiento de las neuritas del cerebro (figura anexa), lo cual se observa después de sólo 5 días de uso (*Neurochem Ros. Jan. 1995*). Más aún, mejora la función cerebral incluso en los casos en que el deterioro es considerado como irreparable.

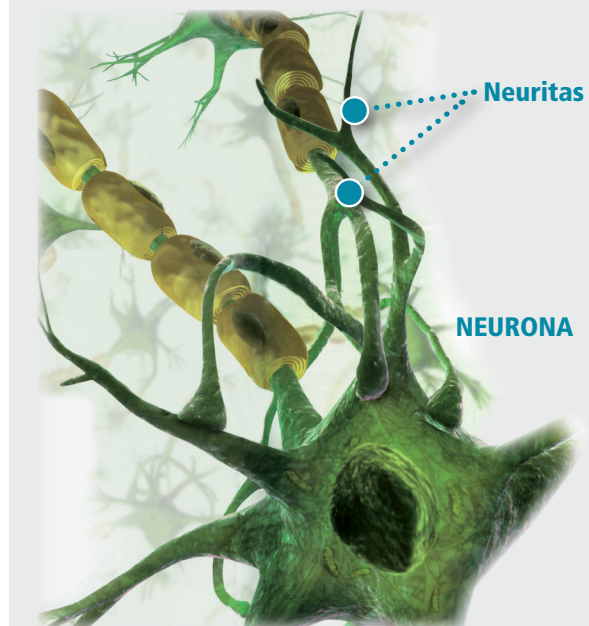
En otro experimento se administraron complementos de Acetil-L-Carnitina a un grupo de hombres y mujeres sanos de entre 22 y 27 años. Los complejos test informáticos y los ejercicios con videojuegos realizados antes y después del tratamiento, mostraron un notable incremento en el aprendizaje y en la velocidad de reacción, así como una reducción en los errores cometidos, después de haber tomado la Acetil-L-Carnitina. Este aminoácido hace mucho más que proteger el cerebro, ya que también mejora las facultades cognitivas normales: percepción, memoria, juicio y razonamiento al aumentar los niveles de Acetilcolina en las neuronas.

Además de su clara conexión con la Acetilcolina, la Acetil-L-Carnitina, también incrementa la liberación de la Dopamina de las neuronas y ayuda a ligarla a los receptores para su inmediata utilización (*J. Neuroscience Res.* 1991 Nov; 30(3): 555-9).



Zonas del cerebro a las que protege la ACETIL-L-CARNITINA, del deterioro de la edad.

La **ACETIL-L-CARNITINA** es la forma de la **L-CARNITINA** que atraviesa más fácilmente la barrera hematoencefálica, la que va del torrente sanguíneo a las neuronas, atravesando paredes de arterias y venas, permitiéndole llegar al corazón, neuronas y mitocondrias.



ACETIL-L-CARNITINA Y PARKINSON

Existen muchas evidencias científicas de que la suplementación de Acetil-L-Carnitina puede producir efectos medibles antienvjecimiento y reducir el riesgo de mal de Parkinson.

Si se inicia en el momento adecuado, la terapia con Acetil-L-Carnitina no sólo protege los controles hormonales, sino también otras partes importantes del cerebro (*Proceedings of the National Academy of Sciences Liu et al. 2002*), disminuyendo el daño oxidativo y mejorando el funcionamiento de las mitocondrias.

**Es muy recomendable incluir
ACETIL-L-CARNITINA en un
Programa Antienvjecimiento
a partir de los 40 años.**



VS



La **ACETIL-L-CARNITINA** es un antioxidante que previene la peroxidación de los lípidos cerebrales, es decir, evita que el cerebro, que en su mayor parte está formado por grasas, se ponga "rancio". Al mismo tiempo, reduce la acumulación de lipofusina, una grasa oxidada oscura proveniente de desechos celulares, que interfiere con su funcionamiento deteriorando las dendritas de las neuronas. La lipofusina es el pigmento que se acumula también en el dorso de las manos, produciendo las "manchas de la vejez". La Acetil L-Carnitina previene su formación.

**ACETIL-
L-CARNITINA
evita que tu cerebro
se ponga "rancio".**

¿QUÉ TIENE QUE VER LA SALUD DE LOS OJOS CON LA ACETIL-L-CARNITINA?

Los nervios ópticos rodean y tienen múltiples conexiones en las zonas del hipotálamo que controlan las hormonas. Por ejemplo las variaciones en los estímulos visuales, la intensidad, los colores y las formas de luz que impresionan a los ojos controlan la producción de Melatonina por la glándula pineal, la hormona que controla a las demás glándulas del cuerpo.

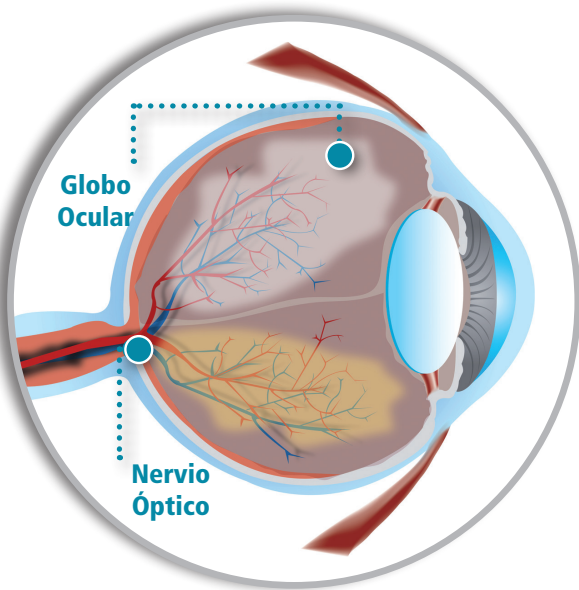
La Acetil-L-Carnitina es una sustancia muy potente que protege del envjecimiento al nervio óptico. En los seres humanos la protección de la vista es de una importancia vital, pues el deterioro

de la visión es una de las características del envjecimiento. En los **diabéticos** se ha utilizado este tratamiento con éxito para inhibir el deterioro de la retina (**retinopatía diabética e hipertensiva**), tan común en este tipo de pacientes. Reduce también el daño por glicación (combinación de proteínas con azúcar) que conduce a las "**cataratas**" (*Swamy Mruthintietal, 1999*).

Una investigación publicada por el *Experimental Eye Research*, atestiguó los innumerables beneficios de la L-Carnitina. Ratas con diabetes inducida tuvieron una reducción de entre 63% y

85% en los niveles de L-Carnitina de los cristalinos. Los científicos argumentaron que la pérdida de L-Carnitina en el cristalino estaba relacionada con la aparición de cataratas y que la suplementación con Acetil-L-Carnitina podría prevenir que éstas se formaran.

En el Centro Colgan de los Estados Unidos, existen numerosos expedientes individuales de personas que al tomar Acetil-L-Carnitina experimentaron una mejoría en su visión, a tal grado que fue necesario reducir la graduación de sus gafas o lentes de contacto.



ACETIL-L-CARNITINA Y LOS ANTIBIÓTICOS

De acuerdo con el *Tohoku Journal of Experimental Medicine*, algunos antibióticos provocan una deficiencia inmediata de L-Carnitina en la sangre, con un incremento en los niveles de amoníaco tóxico, afectando seriamente al cerebro. También sugirieron que el tratamiento a corto plazo con esos antibióticos debe acompañarse siempre con Acetil-L-Carnitina.

