

# Maca

*Questa radice rinvigorente originaria della Ande Sud Americane promuove la vitalità e il desiderio sessuale, aiuta a mantenere sani livelli di energia e sostiene il buon umore.*

## Principi di base

Gli Inca cominciarono a coltivare la maca già 2000 anni fa: secondo gli archeologi le prime testimonianze di coltivazione della maca risalgono circa al 1600 a.C. Gli Inca ritenevano che la maca fosse talmente potente che solo la famiglia reale era autorizzata a farne uso. La maca fu introdotta ufficialmente nella medicina peruviana 500 anni fa, grazie alla sua capacità di aumentare la forza, la libido e la fertilità. Dopo aver conquistato gli Inca, gli Spagnoli si resero conto che non solo la maca faceva aumentare il numero dei loro capi di bestiame (rendendoli più fertili) ma mostrava effetti eccezionali anche sugli esseri umani. Cominciarono così ad esportare tonnellate di maca in Spagna.

Grazie alle sue proprietà di potenziamento energetico, alla sua azione benefica sulla fertilità e ai suoi effetti afrodisiaci, la maca sta continuando a diventare sempre più popolare in tutto il mondo. Altri effetti della maca sono quelli di favorire la resistenza e la prestanza negli atleti, nonché di sostenere una sana funzionalità sessuale negli uomini. Può anche essere utilizzata per alleviare i disturbi mestruali ed aiuta a mantenere un sano equilibrio ormonale femminile, oltre a sostenere sani livelli di energia, aiutando a contrastare la spossatezza cronica, molto frequente nei Paesi occidentali industrializzati. Per via degli steroli (precursori degli ormoni maschili) che contiene, la maca viene spesso utilizzata dai culturisti, quale alternativa naturale agli agenti anabolizzanti.

Nella medicina tradizionale peruviana, le radici essiccate e ridotte in polvere vengono utilizzate anche a sostegno della salute del sistema immunitario, per proteggere contro l'anemia e favorire una buona memoria.

## Effetti

La maca è un bulbo di piccole dimensioni (misura circa come una pallina da ping-pong) della famiglia delle Cruciferae che cresce sulle Ande. Le sue radici sono ricche di zucchero, amido, proteine e minerali essenziali, in particolare di ferro e di iodio. La radice essicata, dolce ed aromatica, è considerata una vera prelibatezza. La radice essicata di maca ha un alto valore nutrizionale, simile a quello di vari tipi di cereali come il granoturco, il riso e la farina. È composta per il 59% da carboidrati, per il 10,2% da proteine, per l'8,5% da fibre e per il 2,2% da lipidi. Il bulbo contiene inoltre grandi quantità di amminoacidi essenziali, ferro, calcio, alcaloidi, beta-eclisone, magnesio, p-metossibenzene, isotiocianato, fosforo, saponine, stigmasterolo, sitosterolo, tannini, zinco, vitamina B1, vitamina B2, vitamina B12, vitamina C e vitamina E.

In aggiunta alle proprietà sopra citate, la maca aiuta anche ad equilibrare e a stabilizzare gli apparati del corpo umano. Per esempio, aiuta a mantenere la pressione sanguigna nella norma, aumentandola quando è bassa ed abbassandola quando è alta. Sostiene un sistema immunitario sano e stimola la vitalità fisica. La maca non ha un effetto specifico sui singoli apparati: piuttosto si può dire che ha un «effetto polivalente» su tutto il corpo.

## Modo d'uso


### Libido e prestazione sessuale maschile:

Una delle proprietà più importanti della maca è la capacità di promuovere una sana libido. Contiene quantità significative di acidi grassi essenziali, steroli, minerali,

alcaloidi, tannini e saponine. I costituenti attivi responsabili degli effetti afrodisiaci della maca sono gli isotiocianati aromatici biologicamente attivi. La maca viene utilizzata da migliaia di persone in oltre 200 Paesi di tutto il mondo per la sua capacità di sostenere una sana libido.

Solo di recente gli scienziati hanno riscoperto la capacità della radice della maca di stimolare una sana libido e l'energia, nonché la sua abilità di supportare una sana performance sessuale maschile. Nell'aprile del 2000, la nota rivista medica «Urology»,





In sintesi

### Maca

- ▶ Sostiene una sana libido
- ▶ Promuove un sano equilibrio ormonale
- ▶ Aiuta a mantenere livelli di energia ottimali
- ▶ Rafforza il sistema immunitario
- ▶ Supporta il vigore maschile
- ▶ Ottimizza vitalità e resistenza oltre a proteggere dagli effetti dello stress
- ▶ È di sostegno per il mantenimento del peso forma
- ▶ È 100% sicuro e naturale

Maca

che in precedenza aveva divulgato anche studi sul Viagra, pubblicò uno studio sulla maca. Questo studio confermava gli effetti afrodisiaci della maca, che gli Inca già descrissero nelle loro leggende per centinaia di anni. L'esperimento dimostrava anche che l'assunzione della maca promuoveva una sana prestantza sessuale maschile.

**Menopausa ed equilibrio ormonale femminile:** Un'altra importante scoperta è la capacità della maca di alleviare numerosi disturbi legati alla menopausa. La fitoterapia è l'ideale per il trattamento di molti sintomi della menopausa, come l'insonnia occasionale, le vampate di calore, gli sbalzi d'umore, l'ansia, il senso di oppressione e la secchezza vaginale. Grazie ai suoi ingredienti attivi, la maca è più efficace di altri fitofarmaci per curare i disturbi della menopausa. Il sintomo della menopausa sul quale la maca ha l'effetto più forte è l'oscillazione dell'umore.

**Massa muscolare:** Per via del suo alto contenuto di steroli, la maca potrebbe essere utilizzata anche dai culturisti quale alternativa naturale e sicura agli agenti anabolizzanti tradizionali.

**Affaticamento e mancanza di energia:** Oggi, nella frenesia della nostra società, sempre più persone accusano cali di energia, stanchezza e una mancanza di grinta. In questi casi, la maca è un rimedio eccellente per aiutare ad alleviare questi sintomi e per il rilascio di energia nuova.

**Altro:** La maca, molto probabilmente per il suo contenuto di fibre, **favorisce anche una buona eliminazione attraverso il colon.** Inoltre, può aiutare ad alleviare i **dolori articolari minori** e a sostenere la **salute del sistema respiratorio.** I medici europei prescrivono la maca da oltre un decennio per curare un'ampia varietà di problemi di salute, compresi quelli che si manifestano a seguito di un'eventuale **perdita di peso.** Questa pianta può essere di supporto anche per mantenere una buona **memoria,** aiuta a mantenere un sano equilibrio ormonale ed è anche di sostegno nei casi di **anemia e disturbi dell'umore.**

Le numerosi indicazioni della maca, fanno del suo estratto un integratore dietetico ideale per tutti quanti abbiano bisogno di una dose extra di energia.

## Composizione

Una capsula contiene 250mg di maca (*lepidium meyenii*) in qualità farmaceutica.

Altri componenti: farina di riso, stearato di magnesio.

## Dosaggio

Somministrare normalmente massimo 1-2 capsule 3 volte al giorno con abbondante acqua.









## Istruzioni

Gli integratori alimentari non sostituiscono una dieta equilibrata e uno stile di vita sano. Si raccomanda di non superare la dose giornaliera indicata. Le persone sottoposte a cure costanti devono consultare un medico prima di assumere gli integratori. Le informazioni sul prodotto non sono da considerarsi promesse di guarigione; in generale, sconsigliamo l'automedicazione se non dopo aver adeguatamente consultato un medico. Si declina ogni responsabilità per eventuali errori di stampa o di tipografia.

Conservare in luogo fresco e asciutto. Tenere fuori dalla portata dei bambini.

### Gruppi di prodotto contenenti Maca

Maca si trova nei seguenti gruppi di prodotto ([www.vitabasix.com](http://www.vitabasix.com)):

-  **Depressione & Disturbi dell'umore**
-  **Salute della donna**
-  **Sistema immunitario, protezione delle cellule e antiossidanti**
-  **Salute dell'uomo**
-  **Forza & Energia**
-  **Sessualità & Libido**
-  **Sport & Muscolatura**
-  **Metabolismo & Peso**

Produttore:



**VitaBasix**<sup>®</sup>

by LHP Inc.

[www.vitabasix.com](http://www.vitabasix.com) | [italia@vitabasix.com](mailto:italia@vitabasix.com)

Tel.: 00800-7030 7070 | Fax: 00800-1570 1590

### Informazioni importanti:

I nostri prodotti sono fabbricati conformemente alla norma GMP (Good Manufacturing Practice). La qualità, la purezza e la concentrazione sono regolarmente controllate in laboratori di prova indipendenti, osservando le direttive FDA (Food and Drug Administration).

I nostri prodotti devono essere considerati misure preventive o mezzi per migliorare il benessere generale dell'individuo. Prima di somministrare i nostri prodotti per il trattamento di malattie, si consiglia di consultare il medico curante.

Soggetto a modifiche ed errori di stampa. Versione: VBX1-21