



# I-Plus® Algea

Suplementação natural de iodo.

O *plus* de energia para o dia a dia e para a prática de atividade física.



Durante o exercício físico existem mecanismos que regulam os processos metabólicos, assim como nutrientes importantes que estão envolvidos no desempenho, favorecendo a energia durante a prática da atividade física.

O iodo é um microelemento essencial para a síntese dos hormônios triiodotironina (T3) e tiroxina (T4), influenciando o funcionamento da tireóide que é responsável por manter o ritmo corporal e cardiovascular e conduzir a produção de ATP e calor. Está também relacionado com a performance física devido à ação nos hormônios da tireóide, que desempenham importante papel na síntese de proteínas musculares, no gasto de energia e na regulação da temperatura corporal. Normalmente a suplementação deste importante elemento é realizada através da dieta, mas hoje em dia a alimentação encontra-se com grande carência de iodo, sendo de grande importância a suplementação através de outras fontes.

## Atividade física e o benefício da suplementação com iodo

### • Suplementação no pré-treino

Influência do iodo na performance do exercício e na recuperação do treino, sendo essencial a suplementação para manter o metabolismo normal e proporcionar a energia necessária para a prática de exercícios físicos.

### • Suplementação do pós-treino

Durante a prática de exercícios físicos intensos há perda de iodo no suor, principalmente quando realizado em clima quente e úmido, sendo necessária a suplementação diária de iodo para a reposição dos minerais e reconstrução da massa muscular.

## Outros benefícios do iodo

### • Melhora da Função Cognitiva

O iodo participa das sinapses cerebrais e do processo de mielinização, os hormônios da tireóide exercem papel importante na maturação do sistema nervoso central.

### • Baixa incidência de câncer de mama

A alta ingestão de iodo está associada com menor ocorrência de câncer de mama, enquanto menor ingestão está associada à maior ocorrência de câncer de mama. A incidência de câncer de mama é 3 vezes maior em pessoas com bócio resultantes de deficiência de iodo.

### • Proteção Gástrica

Estudos epidemiológicos na população italiana apresentaram diminuição da incidência de câncer gástrico, pois o iodo no estômago protege as células dos danos causados pela peroxidação lipídica. Além disso, o iodo extratireoidiano protege contra o crescimento anormal de bactérias, principalmente a *Helicobacter pylori*, no estômago

### • Estímulo da Imunidade

Estudos relataram que a ingestão adequada de iodo é necessária para manter uma imunidade mediada por células normais e suprimir certas doenças auto-imunes.

## Nome Científico

*Ascophyllum nodosum*

## Dose usual

Melhora da Cognição: 200 mg a 1 g

Suplementação Pré e Pós-treino: 500 mg a 1g

Obs: 1g de **I-Plus® Algea** contém entre 800 mcg a 1100 mcg de iodo

## Atributos do produto

- Alga marrom da Noruega pura e seca
- Rica composição da alga marrom por viver em ambiente hostil do Ártico
- Método de colheita sustentável
- Ativo totalmente natural para reposição de iodo
- Promove energia para o dia a dia
- Suplementação pré-treino para melhorar a performance
- Reposição dos minerais e reconstrução da massa muscular pós-treino
- Favorece o estímulo do metabolismo energético
- Contribui para a normalização da função cognitiva
- Auxilia na manutenção da imunidade
- Previne contra o câncer de mama e gástrico
- Proteção gástrica contra o crescimento da *Helicobacter pylori*
- Livre de GMO e solventes
- Possui Certificado Halal, Orgânico e Kosher

Pensando nos benefícios e na importância da suplementação de iodo, a Galena em parceria com a empresa Norueguesa Algea, traz para o mercado a alga marrom pura e seca, **I-Plus® Algea é composta de Vitaminas, Minerais, Polifenóis, Florotaninos, Fucoïdanos, Ácido Alginico e alta concentração de iodo biodisponível**, que representam uma solução natural para quem se exercita regularmente e procura o estímulo do metabolismo energético, além de também equilibrar os hormônios da tireoide, que desempenham importante papel na síntese de proteínas musculares, gasto de energia e na regulação da temperatura corporal.

## EFICÁCIA DE I-PLUS® ALGEE

### Estudo *IN VIVO*

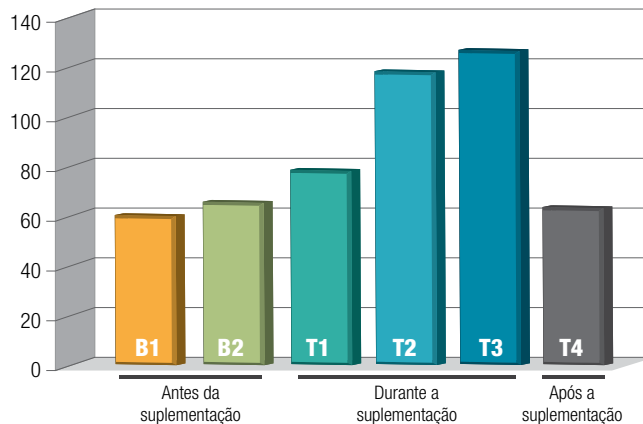
#### Alta biodisponibilidade do iodo presente no I-Plus® Algea.

Estudo realizado em 18 voluntários saudáveis para avaliar a biodisponibilidade do iodo presente no **I-Plus® Algea** através da análise do conteúdo de iodo na urina.

Durante 3 semanas foi suplementado cápsulas de **I-Plus® Algea** com 50 mcg de iodo: T1 – 1 cápsula ao dia durante a primeira semana, T2 – 2 cápsulas ao dia durante a segunda semana, T3 – 3 cápsulas ao dia durante a terceira semana e T4 – Durante a quarta semana não foram administrados nenhuma cápsula para avaliar se há redução da concentração de iodo. Antes do início da suplementação foram analisadas 2 urinas como padrão (B1 e B2).

### RESULTADO

A suplementação de **I-Plus® Algea** nas três concentrações demonstrou aumento de iodo em comparação com o padrão, confirmando a biodisponibilidade no organismo do iodo presente na **I-Plus® Algea**.



Análise da biodisponibilidade do iodo presente no **I-PLUS® ALGEE**



## Sugestões de Fórmulas

### Uso *IN* e *OUT* no cuidado do corpo na prática de atividade física



#### Pré-treino - Melhora da performance física

<b>I-Plus® Algea</b> .....	<b>500 mg</b>
Vinoxin®.....	.50 mg
PQQ.....	.10 mg
Extrato de <i>Green Tea</i> .....	.200 mg

Administrar 1 dose, 30 minutos antes do treino.

#### Pós-treino - Reposição dos minerais e reconstrução da massa muscular

<b>I-Plus® Algea</b> .....	<b>300 mg</b>
Vinoxin®.....	.200 mg
Vitamina C.....	.120 mg

Administrar 1 dose, 1 hora após o treino.



#### Firmeza e tonificação corporal

Actigym™.....	5%
Relistase™.....	4%
Creme com Xalifin® qsp.....	.60 g

Aplicar na região desejada, diariamente.

### Plus de energia no dia a dia

#### A energia para o dia

**I-Plus® Algea**..... **1g**

Administrar 1 dose, pela manhã.

#### Referências bibliográficas

Literatura do fabricante – ALGEE (Noruega)  
 Combet, E. et al. Low-level seaweed supplementation improves iodine status in iodine-insufficient women. *Br J Nutr*; 112(5): 753-61, 2014 Sep 14.  
 Iodine status worldwide. WHO Global Database on Iodine Deficiency.  
 Macedo, M.S. et al. Deficiência de iodo e fatores associados em lactentes e pré-escolares de um município do semiárido de Minas Gerais, Brasil, 2008. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, 28(2):346-356, fev, 2012.

**Magistral** 0800 142 700 0800 701 4311  
 vendas@galena.com.br

**Industrial** 0800 144 150  
 negocios@galena.com.br

**Atendimento** 0800 771 4270  
 sac@galena.com.br



### Exclusividade



galena.com.br

f /galenafarmaceutica

t /galena\_farma