



NEW SPIRIT
NATURALS

NUTRIFEM™

BY DR. LARRY J. MILAM, H.M.D, Ph.D.



Se estima que al menos el 50% de todas las mujeres adultas tienen Síndrome Premenstrual.

A medida que una mujer envejece, a menudo las preocupaciones del síndrome premenstrual se convierten en síntomas angustiantes de la menopausia. La vitalidad y la energía juvenil de una mujer están ligadas a un delicado equilibrio de estrógenos, un equilibrio que puede influenciarse con apoyo nutricional.

Investigaciones Clínicas indican que las mujeres que sufren de Síndrome Premenstrual (PMS) consumen más carbohidratos refinados, azúcar refinada, productos lácteos y sodio, y menos hierro, manganeso y zinc. El primer paso para una salud óptima es hacer modificaciones en la dieta.

NutriFem™ ha sido diseñado como un suplemento para un régimen dietético sólido, proporcionando muchos elementos nutricionales a la mujer que necesita mantener una salud óptima (**vitaminas, minerales, glándulas y apoyo a base de hierbas**).

El apoyo dietético de NutriFem™ contiene vitaminas que refuerzan el sistema inmunológico, nutren el sistema nervioso y evita que el cuerpo retenga exceso de líquido: vitaminas A, B6, B12, ácido fólico y vitaminas C y E.

Glandulars son agregadas para apoyar a los Ovarios, a las Glándulas Suprarrenales y a la Glándula Pituitaria (gestores del estrés del cuerpo!). El historial médico ha informado durante mucho tiempo sobre la efectividad de utilizar la nutrición proporcionada por las glándulas que ejercen mayor influencia en "células similares".

El soporte mineral en NutriFem™ se enfoca en dar balance al agua y a los electrolitos del cuerpo. Los minerales en NutriFem™ también actúan como receptores para asegurar la utilización del cuerpo de nutrientes importantes como zinc, boro y magnesio.

Finalmente, NutriFem™ ofrece un importante complejo de hierbas conocidas históricamente por su efectividad para mitigar las dolencias femeninas. La ciencia moderna ahora reconoce que muchas de estas hierbas contienen fitoestrógenos, sustancias vegetales que ayudan a equilibrar los estrógenos en el cuerpo. En comparación con el estrógeno, la actividad de los fitoestrógenos es de solo 1: 400, pero si los niveles de estrógeno son bajos, los fitoestrógenos se unirán a los sitios receptores y competirán con el estrógeno, disminuyendo así los efectos del estrógeno excesivo.

Debido a esta acción alternativa, la misma planta puede recomendarse para afecciones excesivas (como el síndrome premenstrual), así como para afecciones de deficiencia de estrógenos (como la menopausia y los problemas menstruales). Dos de estas hierbas incluidas en NutriFem™ son la Raíz de Regaliz y el Dong Quai.

Muchas hierbas son vitaminas dentro de las vitaminas y proporcionan un equilibrio que les da propiedades diuréticas y demulcentes (calmantes) naturales: Pau d'Arco, Cranberry, Echinacea, Juniper Berry, Barberry, Marshmallow, Nettle, Peppermint, Buchu, Hops y Blessed Thistle.

Aún otras hierbas son una fuente tan rica de minerales que se usan para remineralizar el cuerpo: ortiga, algas marinas y hojas de frambuesa.

Las necesidades nutricionales de una mujer deben tener en cuenta la compleja interrelación entre el sistema reproductivo, sistema endocrino, sistema nervioso y un delicado equilibrio hormonal.

NutriFem™ contiene un complejo de nutrientes preciosos para mantener a las mujeres en su mejor momento, física y mentalmente, al promover y mejorar las funciones femeninas.

USO RECOMENDADO: Dos tabletas al día o como lo indique su profesional de la salud.

Nutrifem™ no contiene azúcar, almidón, trigo, maíz, lactosa ni conservantes.

NUTRITION WITH INTENTION™



NEW SPIRIT NATURALS

LISTA DE INGREDIENTES

VITAMINA A—Es el principal nutriente responsable de la salud de las membranas mucosas que mantienen los tejidos vaginales húmedos y fuertes. Esto es importante tanto para disfrutar del sexo como para prevenir infecciones. La vitamina C, E, bioflavonoides y zinc incluidos en NutriFem™ también son importantes para mantener las membranas mucosas.

B6 - Diurético natural, esta vitamina es útil para las mujeres que sufren cambios premenstruales temporales, como edema y aumento de peso causado por la retención de líquidos.

B₁₂ - Importante vitamina para el Sist. Nervioso. Una deficiencia en esta importante vitamina se manifiesta como un olor corporal desagradable y trastornos menstruales.

ÁCIDO FÓLICO - La vitamina antienvjecimiento y parte del complejo de vitamina B soluble en agua. El ácido fólico es esencial en la formación de glóbulos rojos y ácido nucleico, que es esencial para los procesos de crecimiento y reproducción de todas las células del cuerpo. Una deficiencia puede provocar anemia que no se puede corregir con suplemento de hierro. Investigaciones más recientes han relacionado una deficiencia de ácido fólico con defectos de nacimiento de neurotúbulos.

LECITINA (GLA) - Rico en colina e inositol, constituyentes del complejo de vitamina B que promueven la producción natural de lecitina en el cuerpo. Previene el estreñimiento y ayuda en el metabolismo de las grasas y el colesterol. La lecitina es esencial para la salud del hígado y los riñones. También es esencial para la salud de las vainas de mielina de los nervios (el componente principal de las fibras nerviosas). Como tal, juega un papel importante en la transmisión de los impulsos nerviosos.

VITAMINAS C y E - Antioxidantes importantes necesarios para el crecimiento y reparación de los tejidos. La vitamina C es esencial para la función de la glándula suprarrenal y aumento de la absorción de hierro. Las deficiencias en vitamina E pueden incluir infertilidad (en hombres y mujeres), problemas menstruales y degeneración uterina.

SUSTANCIA OVARIANA - El ciclo mensual de ovulación, acumulación y descomposición del revestimiento uterino y la menstruación de una mujer resulta de una interacción compleja de hormonas liberadas por la pituitaria, los ovarios, la tiroides y el útero. Cuando los ovarios y el útero funcionan correctamente, se minimizan muchos trastornos femeninos, incluidos la infertilidad, los problemas de la menopausia y los efectos secundarios de las píldoras anticonceptivas.

SUSTANCIA ADRENAL - Situadas justo por encima de los riñones, las glándulas suprarrenales tienen dos partes: la corteza (porción externa) y la médula (porción interna). La corteza suprarrenal produce más de 50 hormonas esteroideas que se encargan de la conversión de proteínas y grasas en glucosa; suprime la inflamación; promueve la sanción; y ayuda al deseo sexual. La médula suprarrenal produce adrenalina, que aumenta la presión arterial, estimula la respiración y aumenta la tasa metabólica.

PITUITARIA (Anterior) - Esta glándula segrega hormonas que controlan todo el sistema endocrino, incluido el crecimiento y el metabolismo, el equilibrio de agua y electrolitos, presión arterial, filtración renal, ovulación y lactancia. Una pituitaria sana es importante para las personas preocupadas por la hipoglucemia, el estrés y la infertilidad femenina.

ZINC - Es un poderoso antioxidante y estimulante inmune que se requiere para la fabricación de hormonas sexuales tanto en hombres como en mujeres. El Zinc ayuda al páncreas, a que regule en el cuerpo el uso de azúcar en la sangre.

BORON - Ayuda al cuerpo a equilibrar la producción de estrógenos.

SARSPARILLA - Una hierba valiosa utilizada en fórmulas de balance glandular. Sus propiedades estimulantes se destacan por aumentar la tasa metabólica. La sarsparilla también contiene progesterona, una valiosa hormona producida normalmente por los ovarios en la mujer.

MAGNESIO - Apoya la regulación del azúcar en la sangre mediante la insulina, además ayuda a utilizar las vitaminas C, E y el complejo vitamínico B.

PAU D'ARCO - Corteza de un árbol ampliamente conocido y respetado en la selva del Brasil. Utilizado como tónico para la salud.

ARANDANO - Diurético natural.

ECHINACEA - Hierba valorada por los nativos norteamericanos para limpiar la sangre. Mejora el sistema inmunitario al estimular la producción de glóbulos blancos que combaten las infecciones.



NEW SPIRIT NATURALS

DONG QUAI (*Angelica sinensis*) y **RAÍZ DE LICORICE** (*Glycyrrhiza glabra*) - Utilizado a lo largo de la historia para proporcionar la nutrición necesaria y mejorar el tono de los órganos femeninos tal como el útero. Dong Quai es una de las hierbas más versátiles, conocida en Oriente por proporcionar "una energía cálida" necesaria para aliviar los problemas de salud de las mujeres, incluidas las irregularidades menstruales, el síndrome premenstrual y los síntomas de la menopausia (sofocos y sequedad vaginal). La Medicina Oriental reconoce las propiedades naturales para aliviar el dolor de Dong Quai que se dice que mitigan los calambres.

La Raíz de Regaliz (Licorice Root) contiene una hormona femenina que tiene la acción del estrógeno. Debido a su contenido de saponina, es eficaz para calmar varios dolores internos. Es útil para aliviar dolencias como inflamación del estómago, bronquitis, dolor de garganta, tos, irritaciones intestinales y renales e indigestión. Los romanos pensaban tanto en su valor medicinal que fue incluido en las raciones de las legiones romanas.

BAYA DE ENEBRO (JUNIPER BERRY) - Un diurético potente, que imparte el olor a violetas a la orina. Tiene propiedades antisépticas que lo hacen valioso en el tratamiento de la cistitis y la uretritis. También alivia la flatulencia

BARBERRY - Contiene el alcaloide berberina que estimula el útero (no debe usarse durante el embarazo). Históricamente se ha utilizado para períodos dolorosos y dolores de parto.

BUCHU - Un antiséptico diurético y urinario, útil en el tratamiento de infecciones del tracto urinario. **PRECAUCIÓN:** Puede irritar los riñones enfermos.

MARSHMALLOW - Con su contenido de asparagine, proporciona un ligero efecto diurético. Alivia las vías urinarias y respiratorias y es un expectorante leve.

NETTLE - Un alimento rico en vitaminas y minerales, que incluye hierro, sílice, potasio, manganeso y azufre. También es rico en vitaminas A y C. El contenido de vitamina C de la ortiga asegura que el hierro que contiene se absorbe adecuadamente, lo que lo convierte en un excelente remedio para la anemia. La ortiga aumenta la excreción de ácido úrico, lo que puede explicar por qué es un excelente remedio para la artritis y la gota. Internamente, la ortiga se ha utilizado históricamente para la menstruación profusa (externamente, las hojas en polvo utilizadas como tabaco detendrán las hemorragias nasales menores). Es apropiado para niñas en la pubertad y mujeres en la menopausia.

HOJA DE FRAMBUESA - Parece tonificar los músculos uterino y pélvico. La fruta es rica en nutrientes y ayuda a combatir la anemia. La hoja de frambuesa fortalece los riñones.

KELP - Una fuente de minerales, particularmente yodo. Se utiliza para "remineralizar el cuerpo".

HOPS—Se usa para aliviar la tensión nerviosa o los espasmos gastrointestinales. El hops relaja el músculo liso, especialmente el del tracto digestivo. Históricamente se han utilizado para tratar trastornos como el síndrome del intestino irritable, la enfermedad de Crohn y el estómago nervioso. La capacidad del hops para relajarse y calmarse se complementa con la actividad antibacteriana de los componentes lupulona y humulona que reducen la inflamación. El hops es un diurético natural.

PIMIENTO • Tiene un efecto antiespasmódico en el músculo liso, como el del sistema digestivo. Es un remedio eficaz para el cólico y la flatulencia. Rico en flavonoides, estimula el hígado y la vesícula biliar, aumentando el flujo de bilis.

CARDO BENDITO (Blessed Thistle) • Un tónico digestivo que estimula el hígado, aumentando las secreciones gástricas y biliares. Es un diurético natural.

These statements have not been evaluated by the FDA. Information contained in this bulletin is for informational purposes only and is not intended to diagnose, treat, cure, or prevent any disease. In all cases, it is recommended that you consult with your healthcare professional before initiating a supplement program.