

# Healing HA America

## PRODUCT REPORT

### Revidia

Combustible Extraordinario para el Cuerpo



## NO TENEMOS SUFICIENTE TIEMPO O ENERGÍA

Usted probablemente se haya dicho a si mismo: "si yo tuviera unas cuantas horas más en el día..." Vivimos nuestra vida muy ocupados y se nos complica con más ocupaciones día tras día, aunque la cantidad de tiempo que tenemos continúa siendo igual.

Abrumados por todas las cosas que necesitamos hacer, vemos como nos cansamos más y más fácilmente, comemos comidas rápidas y comida chatarra en vez de prepararnos alimentos saludables, y con frecuencia nos molestamos y nos frustramos por cosas que hace unos años atrás ni nos importaban.

Si tan solo tuviéramos más energía, haríamos ejercicio, comeríamos más saludablemente, compartiríamos más tiempo con nuestros amigos y familiares, encontraríamos un pasatiempo, nos involucraríamos más en actividades comunitarias o de nuestra iglesia. Rendiríamos mejor en el trabajo, terminaríamos con los proyectos que están pendientes en nuestra casa. Si tan sólo...

## LA COLABORACIÓN DE LA ENERGÍA CELULAR

Todos estamos familiarizados con el ciclo: comemos, nuestros cuerpos usan algo de los alimentos que comemos para darnos energía, algunos de ellos se acumulan como grasa, y el resto se elimina.

¿Cómo nuestros cuerpos usan los alimentos que comemos para producir energía? Es verdaderamente un proceso sorprendente cuando empezamos a mirarlo a nivel celular. Allí es donde se realiza la producción de energía - en

centrales de energía diminutas adentro de nuestras células. A estas centrales de energía se les llama mitocondria (una palabra que quizás recuerde de su clase de biología en el bachillerato o en la universidad).

La mitocondria en nuestras células asimila los carbohidratos y las grasas de los alimentos que comemos y químicamente los configura otra vez agregándoles hidrógeno y oxígeno aquí, les quita otras cosas allá, y generalmente desintegra y conecta nuevamente elementos y moléculas hasta que estos producen una forma de energía que nuestros cuerpos pueden utilizar - llamado en Inglés ATP o adenosina trifosfato.

Este proceso es sorprendentemente eficiente - por ejemplo es mucho más eficiente que la combustión interna en las máquinas o en las células de energía que se usan en las naves espaciales. De hecho, la mitocondria en nuestras células produce la mayor parte de la energía que usamos en nuestros cuerpos. Estamos tan acostumbrados a esta eficiencia, que hasta la disminución más pequeña en la producción de energía mitocondrial nos puede dejar cansados, débiles y hasta desorientados. Desafortunadamente, cuando empezamos a envejecer, esa eficiencia decae, y empezamos a experimentar algunos de los efectos que nos produce la disminución de la producción de energía mitocondrial.

De hecho, existen muchas evidencias de investigaciones a nivel celular que empieza a mostrar la relación que existe entre la disminución de la eficiencia mitocondrial y algunos de los problemas más comunes de la vejez como son las enfermedades del Alzheimer, del Parkinson y hasta de enfermedades del corazón. Algunos estudios también muestran su relación con la reducción del índice de longevidad.

Para entender un poco mejor como pasa esto y por qué ocurre, tenemos que mirar más detalladamente como la mitocondria produce la energía.

### LOS NÚMEROS

- La fatiga crónica es la queja más común de los pacientes que buscan tratamiento de sus doctores.
- La fatiga crónica es la queja principal para el 10% o hasta el 20% de los pacientes que los doctores tratan. Y el cansancio o fatiga es una de las razones importantes en las quejas de otro 10% de sus pacientes.
- Durante los años de los 1990s, las personas en América aumentaron aproximadamente 36 horas más a sus horarios de trabajo anualmente.
- Hay estudios que muestran que la cantidad de horas que las personas a los 30 años duermen es casi la mitad de lo que dormían cuando tenían 20.

## EXCURSIÓN PRIVADA A LA PLANTA DE ENERGÍA

Las mitocondrias son orgánulos que se encuentran en cada una de las células del cuerpo. Ellos flotan de un lado a otro adentro de las células buscando fuentes con potencial de energía, como por ejemplo, pedacitos de grasa y carbohidratos, como si estuvieran constantemente jugando el juego del escondite. Ellos son muy buenos para encontrar estos nutrientes y hasta son mejores para convertirlos en energía que nuestros cuerpos pueden usar. Cuando ellos encuentran y asimilan los nutrientes, la producción de energía empieza, y se realiza en dos etapas - el ciclo Krebs (nombre del científico que lo descubrió) y el ciclo oxidante de fosforilación. Ambos ciclos producen adenosina trifosfato (ATP) la cual es la energía molecular exacta que nuestras células y tejidos necesitan para funcionar.

## UNA DIFICULTAD TÉCNICA LEVE EN EL SISTEMA

Como lo mencionamos anteriormente, el proceso es sorprendentemente eficiente, sin embargo no es perfecto, y mientras el proceso de producción de energía ocurre, algunos electrones se "salen". Cuando se ven libres, ellos tienden a combinarse con el oxígeno para formar radicales superoxidantes, una clase común de radicales libres nocivos al cuerpo. Los radicales libres son moléculas desequilibradas que buscan electrones adicionales para equilibrarse a ellas mismas, y les gusta robar los electrones de otras moléculas para lograr su propósito.

El problema empieza porque estos radicales libres realmente se producen en el mero centro de la central de energía, y están listos para hacer sus maldades. Ellos dañan particularmente las membranas de la mitocondria, que son los mismos lugares donde ocurre la producción de energía. Empeorando esto, está el hecho de que el ADN de la mitocondria es un poquito diferente del otro ADN en nuestros cuerpos. Una de las diferencias es la ausencia de algunos de los mecanismos protectores y de reparación que se encuentran en el otro ADN. Por lo tanto, los radicales libres están atacando con eficiencia asesina el ADN que no tiene protección, y esto desorganiza el funcionamiento normal en que está envuelto un mitocondrion desde el principio hasta el fin.

Los daños de los radicales libres, combinados con la reducción de la capacidad del sistema especializado de la membrana de la mitocondria, pueden conducir a la disminución de producción de energía. Con frecuencia esta disminución resulta en cansancio, debilidad muscular y descenso de habilidad cognoscitiva. Entonces nosotros reaccionamos de la mejor forma que conocemos - tomamos una taza de café o quizás tratamos una de las bebidas nuevas para dar energía, de una gasolinera o de la tienda. Algunas veces hasta tratamos de comernos una de esas Barras Super Poderosas Revitalizadoras y Rejuvenecedoras para dar Energía. Estas soluciones rápidas ofrecen principalmente cafeína y azúcar que ayudan en ese momento, pero el problema fundamental continúa: simplemente, tenemos escasez de energía.

## REACTIVANDO EL REGULADOR DE ENERGÍA

Para verdaderamente solucionar el problema de nuestra falta de energía, tenemos que empezar en la raíz de ella, en las centrales generadoras de energía: la mitocondria. De hecho el rejuvenecimiento de la mitocondria es un tema muy importante en las investigaciones hoy en día, no solo para reemplazar la energía a nivel celular sino también para retrasar algunos de los síntomas de la vejez.

La mayoría de las bebidas y suplementos para dar energía actúan como una fuente auxiliar temporal, como las luces de emergencia que se prenden en los edificios cuando se va la luz. Pero que tal si pudiéramos realmente volver a encender la energía?

Un producto nuevo de Healing America para dar energía nos provee verdaderamente las herramientas que necesitamos para aumentar la velocidad de nuestros motores a nivel celular. Revvida es una bebida deliciosa para dar energía diariamente, fácil de usar, que nos suministra energía inmediata y que continúa subiendo a medida que pasan las horas. Muchos de los ingredientes claves en Revvida están destinados directamente a la producción de energía mitocondrial, subiendo la capacidad de la energía en su origen. Pero meramente el subir la producción de energía no es suficiente. Al proteger y mejorar la salud mitocondrial y su función, la Revvida le asegura una buena cantidad de energía por mucho tiempo.

La Revvida verdaderamente le ofrece lo mejor de los dos mundos. La cafeína que contiene, da una ráfaga de energía para saciar su necesidad de un empujón. La guaraná de Revvida actúa en forma similar a la cafeína para levantar la energía, pero el sistema la absorbe más despacio y así nos sube la energía por más tiempo. Los otros ingredientes de vanguardia no solamente estimulan la producción de energía celular, sino que también mejoran la claridad mental, ayudan a disminuir los efectos de la vejez, y combaten el impacto negativo del estrés. Vamos a mirarlos:

### d-Ribosa

La Ribosa es un ingrediente esencial en la producción de ATP en la mitocondria. Se encuentra naturalmente en casi todas las células de nuestro cuerpo, y el suplementarnos con él a través de un producto como Revvida puede ayudar a subir la energía y la resistencia física, restaurar los niveles de ATP en los tejidos de los músculos más rápidamente, y hasta facilitar mayor producción de ATP en las células. Es útil para fabricar el ATP de nuevo y también para recapturar y reciclar los componentes del ATP.

### Ácido Alfa Lipoico

Una sustancia que se encuentra en la mitocondria la cual es un elemento clave en la protección de las membranas y del ADN mitocondrial contra los daños de los radicales libres. Además participa directamente en la producción de energía. Investigaciones acerca del Ácido Alfa Lipoico han mostrado que esta sustancia puede

incrementar la acción de otros antioxidantes y directamente reducir la producción de radicales libres. Algunos investigadores la han llamado el antioxidante universal por sus funciones tan extensas en este papel. Este también ayuda a mejorar la función de la membrana mitocondrial y acelera el metabolismo de grasas y azúcares en la sangre. Esto significa que la mitocondria es capaz de hacer la función que está supuesta a realizar más eficientemente. El Ácido Alfa Lipoico está siendo proclamado como uno de los suplementos naturales de vanguardia para contrarrestar el envejecimiento.

### Rodiola Rosea

Aunque usted quizás no haya escuchado su nombre, la Rodiola Rosea también conocida como la raíz dorada o raíz Ártica, es conocida por muchos alrededor del mundo. Los Rusos en particular han estado usando la rodiola por años por sus propiedades naturales para aumentar la energía y también por su función como un "adaptógeno" - o sea que alivia el impacto del estrés tanto mental como físico. Un viejo dicho ruso dice que aquellos que beben el té de rodiola con regularidad vivirán hasta los 100 años o hasta más viejos. Los Vikingos eran también aficionados a la rodiola, y la usaban para mejorar la resistencia y la fuerza física. La rodiola se usa más a menudo para aumentar la resistencia física, sobre todo en atletas, para mejorar la claridad mental y el lapso de atención, y para reducir las reacciones negativas del cuerpo al estrés. También parece tener la capacidad de incrementar el sistema inmune. El Revvida es una de las pocas bebidas para dar energía que contiene rodiola.

### Piruvato

El piruvato es una sustancia que se encuentra naturalmente en el cuerpo que es producido durante el metabolismo de carbohidratos y de proteína. Por lo tanto, este desempeña un papel importante en el trabajo que realiza la mitocondria al producir energía. El piruvato ayuda a reducir la fatiga y mejora la velocidad y eficiencia de la producción de energía en la mitocondria. Existen también una buena cantidad de investigaciones hechas sobre el piruvato que exponen sus beneficios para acelerar la pérdida de peso y para ayudar a disminuir la velocidad de volver a aumentarlo.

### Complejo de vitamina B

El Revvida contiene una vitamina potente de complejo B hecha de vitaminas Bs esenciales: Tiamina (B1), Riboflavina (B2), Niacina (B3), Ácido Pantotético (B5), Piridoxina (B6), Ácido Fólico (B8), Cianocobalamina (B12), y Biotina. Las vitaminas Bs desempeñan un papel importante en todo el cuerpo como cofactores (o ayudantes), en muchos procesos del cuerpo, especialmente en la producción de energía celular. Cada una de las vitaminas Bs desempeñan un papel fundamental diferente en el ciclo de producción de energía en la mitocondria. La Tiamina, por ejemplo, es importante para convertir el piruvato en una sustancia útil para los ciclos Kres en la producción de ATP. La Niacina tiene un papel fundamental para ayudar al cuerpo a desalojar

energía de las grasas, los carbohidratos y las proteínas.

La suplementación con vitaminas-B es importante puesto que estas vitaminas son solubles en agua y el cuerpo no las acumula muy bien. Un producto como Revvida de Healing America que ofrece un complejo de estas vitaminas le dará más beneficios, porque muchas de las vitaminas-B funcionan en conjunto unas con otras para realizar sus funciones vitales.

### Lecitina

El cuerpo convierte la Lecitina, o fosfatidilcolina, en colina. Una de las vitaminas-B esenciales, la colina es un componente importante de las membranas de la célula y es un precursor a la acetilcolina, la sustancia principal neurotransmisora en el sistema nervioso central. Está implicada con el transporte de lípido (grasa) y parece que ayuda a reducir la cantidad de acumulación de grasa en el hígado. Investigaciones han mostrado que esta vitamina desempeña un papel importante en el desarrollo cerebral del feto. Con frecuencia se le ha mencionado como "la vitamina de la memoria" debido a su capacidad para mejorar la memoria y la función general cerebral. Además reduce la fatiga.

### Complejo de rastros de minerales cubierto

El complejo de rastros de minerales de Revvida proporciona un amplio espectro de electrólitos y minerales que sirven como cofactores importantes o ayudantes, en la producción de energía a nivel celular.

### Magnesio Krebs

El magnesio es un mineral que desempeña un papel fundamental en muchos procesos de cuerpo. Este mineral es un cofactor fundamental para numerosas enzimas responsables de convertir los carbohidratos, las grasas, y la proteína en energía. La forma de magnesio que se encuentra en la Revvida de Healing America son las sales de los ácidos que actúan como intermediarios en el ciclo de Krebs que produce energía. El magnesio ayuda al cuerpo a producir y usar la insulina en una forma más eficiente, promueve la relajación de los músculos, y estimula la producción de energía y la función de los nervios.

## SINTONIZANDO Y CONECTANDO

Creemos que tendríamos gran dificultad para encontrar muchas personas a quienes no les gustaría tener por lo menos un poco más de energía. La mayoría de nosotros luchamos para mantener nuestros niveles de energía en un nivel semejante como cuando estábamos jóvenes. Esto es evidente por la cornucopia verdadera de productos que incrementan la energía que están disponibles en todas partes que miramos, desde gasolineras y tiendas en la esquina, a tiendas de productos naturales y hasta en los supermercados. Todos aquellos productos, sin contar nuestra taza de café (o ¡cafetera!) en la mañana, ofrecen un aumento rápido de energía que nos

ayuda a continuar el resto del día de trabajo.

El Revvida, de Healing America, ofrece una solución más completa al síndrome de falta de energía que tantos de nosotros nos vemos envueltos a diario. El Revvida realmente nos facilita el "enchufarnos" a la fuente - a las propias centrales eléctricas celulares de nuestros cuerpos, el mitocondria. Los ingredientes en Revvida no sólo incrementan la energía a corto plazo, ellos también comienzan a rejuvenecer la función mitocondrial, mejorando la producción de energía a la larga también.

El Revvida viene empacado en forma conveniente en porciones individuales, se mezcla fácilmente con agua para proporcionar una forma sabrosa y refrescante de recargar nuestras baterías.

## PRECAUCIONES

Estas afirmaciones no han sido evaluadas por el FDA. Este producto no tiene el objetivo de diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad, sino que más bien es un suplemento alimenticio que tiene únicamente como objetivo el apoyo nutricional. Este producto no debe ser usado por mujeres que están embarazadas o están alimentando un bebe. Cualquier persona con presión alta, problemas del corazón o deficiencias de la tiroides, deben consultar con un profesional en la salud antes de consumir este producto.

## FUENTES

Richter C. Daños oxidantes al ADN mitocondrial y su relación al envejecimiento. [Oxidative damage to mitochondrial DNA and its relationship to aging. Int J Biochem, Cell Biol. 1995, 27:7, 647-653.

Harman, Denham. El Reloj Biológico: ¿la Mitocondria? [The Biologic Clock: the Mitochondria?] J Am Geriatr Soc. 1972, 20:145-147.

De Grey A. Hipótesis en la Persecución de la Reducción del Envejecimiento. [Reductive Hotspot Hypothesis of Aging.] R.G. Landis, Austin, TX, 1999.

McDaniel MA, Maier SF, Einstein GO. Sustancias nutritivas "cerebrales específicas": ¿una cura a la memoria? La Nutrición. ["Brain-specific" nutrients: a memory cure? Nutrition]. 2003 Nov;19(11-12):957-75.

Zimmer HG. El fosfato oxidante de pentosa y su camino al corazón: regulación, importancia fisiológica e implicaciones clínicas. [The oxidative pentose phosphate pathway in the heart: regulation, physiological significance and clinical implications.] Basic Res Cardiol. 1992;87:3003-316.