

Badania surowców i źródła naukowe – AlunaVita Complete

AlunaVita Complete została skomponowana w oparciu o składniki, których mechanizmy działania były przedmiotem badań naukowych, w tym badań klinicznych (RCT), przeglądów systematycznych i publikacji w recenzowanych czasopismach.

Poniżej przedstawiamy zestawienie wybranych publikacji odnoszących się do zastosowanych w formule składników.

Informacja prawna: poniższe publikacje dotyczą badań nad składnikami lub ich klasami. Nie stanowią deklaracji działania produktu końcowego, lecz naukowe uzasadnienie doboru składników, zgodnie z prawem żywnościowym UE dla suplementów diety.

L-teanina – regulacja reakcji na stres i funkcje poznawcze

Badania kliniczne wskazują, że L-teanina wpływa na zmniejszenie odczuwanego stresu, poprawę koncentracji oraz jakości snu poprzez modulację fal alfa w mózgu i regulację odpowiedzi organizmu na stres.

Publikacje:

Hidese S. et al. Effects of L-Theanine Administration on Stress-Related Symptoms and Cognitive Functions in Healthy Adults. *Nutrients*. 2019. PMID: 31623400.

Baba Y. et al. Effects of L-theanine on attention and cognitive function. PMID: 33751906.

Różeniec górski (Rhodiola rosea) – adaptacja do stresu

Rhodiola rosea była badana w randomizowanych badaniach kontrolowanych pod kątem zmęczenia związanego ze stresem oraz poprawy nastroju i wydolności psychicznej.

Publikacje:

Cropley M. et al. The effects of Rhodiola rosea on stress and anxiety. *Phytotherapy Research*. 2015. PMID: 26502953.

Różeniec górski (Rhodiola rosea) – adaptacja do stresu

Rhodiola rosea była badana w randomizowanych badaniach kontrolowanych pod kątem zmęczenia związanego ze stresem oraz poprawy nastroju i wydolności psychicznej.

Publikacje:

Cropley M. et al. The effects of Rhodiola rosea on stress and anxiety. *Phytotherapy Research*. 2015. PMID: 26502953.

Koenzym Q10 – energia komórkowa i parametry skóry

Koenzym Q10 uczestniczy w procesach mitochondrialnych. W badaniach klinicznych obserwowano wpływ suplementacji na parametry skóry, takie jak elastyczność i mikrorelief.

Publikacje:

Žmitek K. et al. Dietary intake of coenzyme Q10 and skin parameters. *BioFactors*. 2017. PMID: 27548886.

Kwas hialuronowy – nawilżenie skóry od wewnątrz

Suplementacja doustna kwasem hialuronowym była analizowana w badaniach klinicznych w kontekście poprawy nawilżenia i elastyczności skóry.

Publikacje:

Oe M. et al. Oral hyaluronan relieves wrinkles: double-blind placebo-controlled study. 2017. PMID: 28680480.

Cytykolina i Acetyl-L-karnityna (ALCAR) – wsparcie błon komórkowych i metabolizmu energetycznego

Cytykolina i ALCAR były badane w kontekście funkcji neuronów, metabolizmu energetycznego oraz zmniejszenia uczucia zmęczenia.

Publikacje:

Nakazaki E. et al. Citicoline and memory function in older adults.

Malaguarnera M. et al. L-carnitine and fatigue in elderly. *American Journal of Clinical Nutrition*. 2007.

Antyoksydanty roślinne – EGCG i OPC

Polifenole zielonej herbaty (EGCG) oraz proantocyjanidyny z pestek winogron są przedmiotem badań w kontekście ochrony komórek przed stresem oksydacyjnym oraz wsparcia mikrokrążenia.

Publikacje:

Farrar MD. et al. Green tea catechins and UV protection.

Bagchi D. et al. Grape seed proanthocyanidin extract and antioxidant status. *Toxicology*. 2000.

Witaminy i minerały – autoryzowane oświadczenia zdrowotne UE (EFSA)

Cynk, biotyna, witaminy z grupy B oraz witamina D posiadają zatwierdzone oświadczenia zdrowotne w Unii Europejskiej dotyczące:

utrzymania prawidłowej skóry, włosów i paznokci (cynk, biotyna),

prawidłowego funkcjonowania układu nerwowego (B6, B12, foliany),

zmniejszenia uczucia zmęczenia (B6, B12, foliany),

wsparcia odporności (witamina D).

Źródło: EU Register of Nutrition and Health Claims – Rozporządzenie (UE) nr 432/2012.