

PROSPECT · RHODIOLA ROSEA BIOCORE®

Stres și reziliență · Extract rădăcină Rhodiola rosea standardizat 10:1 · min. 3% rosavine, 1% salidroside 300mg + Fosfolipide din lecitină de floarea-soarelui 50% fosfatidilcolină · BioCORE® 100mg per porție (2 capsule) · 60 capsule vegetale · 30 zile

1. COMPOZIȚIE

Ingrediente active per porție (2 capsule): Extract rădăcină Rhodiola rosea standardizat 10:1 · min. 3% rosavine, 1% salidroside **300mg**, Fosfolipide din lecitină de floarea-soarelui 50% fosfatidilcolină · BioCORE® **100mg**.

Capsulă: pullulan — polizaharid natural obținut prin fermentarea amidonului. Barieră superioară la oxigen față de capsulele HPMC, fără plastifianți sintetici.

Aditivi: Formula NU conține maltodextrină, stearat de magneziu, dioxid de siliciu, dioxid de titan, coloranți sintetici, conservanți, gluten sau lactoză.

2. PREZENTARE ȘI AMBALAJ

Capsulă tare vegetală (pullulan). Flacon din sticlă farmaceutică ambră (tip III), capac filetat cu folie de etanșare, desicant inclus. **60 capsule per flacon** — 30 zile la doza zilnică recomandată.

3. INDICAȚII

Rhodiola rosea reduce oboseala mentală, crește rezistența la stres și susține concentrarea — documentat în studii clinice pe voluntari cu burnout, studenți în sesiune și profesioniști sub presiune. Acționează acolo unde stresul cronic face cel mai mult rău: sistemul de stres-hormoni și celulele nerv

- Cortizol de trezire redus la persoanele cu burnout
- Simptome de burnout reduse continuu pe 8 săptămâni, cu îmbunătățiri vizibile din săptămâna 1
- Stres de examinare redus semnificativ față de grup control
- Oboseală mentală redusă semnificativ, performanță cognitivă îmbunătățită la medici în tură de noapte
- Capacitate de concentrare crescută și oboseală redusă la 576 mg extract/zi, 4 săptămâni
- Concentrare îmbunătățită și reducerea ceții mentale

Suplimentele alimentare nu sunt medicamente. Nu diagnostichează, nu tratează, nu vindecă afecțiuni. Consultați medicul în prezența unor afecțiuni diagnosticate.

4. MOD DE ADMINISTRARE ȘI DOZE

Doza zilnică recomandată: 2 capsule pe zi (Extract rădăcină Rhodiola rosea standardizat 10:1 · min. 3% rosavine, 1% salidroside 300mg + Fosfolipide din lecitină de floarea-soarelui 50% fosfatidilcolină · BioCORE® 100mg), 1 capsulă dimineața la micul dejun — nu pe stomacul gol. Se înghite întregi cu apă. Nu se mestecă.

Notă biodisponibilitate: BioCORE® asigură absorbția optimă prin fosfolipidele din formulă.

Durata curei: 84 zile (3 flacoane).

Nu se depășește doza zilnică recomandată.

5. CONTRAINDICAȚII

- Sarcină — date clinice insuficiente
- Alăptare — date clinice insuficiente
- Copii și adolescenți sub 14 ani

6. ATENȚIONĂRI ȘI PRECAUȚII

- Consultați medicul dacă urmați tratament cronic înainte de inițiere
- A nu se lăsa la îndemâna copiilor

7. INTERACȚIUNI MEDICAMENTOASE

Consultați întotdeauna medicul înainte. Rhodiola rosea este recomandată frecvent de specialiști ca suport complementar natural, dar anumite clase terapeutice (inhibitori MAO, tratamente pentru tulburări bipolare) necesită supraveghere medicală. Nu înlocuiește tratamentul prescris.

- inhibitori MAO
- tulburări bipolare

8. SARCINĂ ȘI ALĂPTARE

Utilizarea în sarcină și alăptare nu este recomandată din cauza datelor clinice insuficiente privind siguranța. Consultați medicul.

9. REACȚII ADVERSE

Rare (<1/100): ușoare reacții digestive tranzitorii la inițierea curei.

Foarte rare (<1/1.000): reacții alergice la componentele formulei. Întrerupeți și consultați medicul.

10. SUPRADOZAJ

Toxicitate acută nedocumentată la dozele uzuale. A nu se depăși doza zilnică recomandată. La apariția simptomelor neobișnuite, întrerupeți și consultați medicul.

11. CONDIȚII DE PĂSTRARE

Sub 25°C, ferit de umiditate și lumină directă. Ambalaj original (sticlă ambră). A nu se utiliza după data de expirare.

REFERINȚE CLINICE (SELECȚIE)

- Olsson et al., 2009:** Conform unui studiu clinic, capacitatea de concentrare și oboseala mentală s-au îmbunătățit vizibil în 2–4 săptămâni de administrare continuă
PMID: 19016404
- Kasper & Dienel, 2017:** Kasper & Dienel, 2017, Neuropsychiatr Dis Treat
- Darbinyan et al., 2000:** studiu clinic
PMID: 10839209
- Darbinyan et al., 2000:** studiu clinic
PMID: 11081987

TEHNOLOGIA BIOCORE® Livrare lipidică

este un sistem de livrare bazat pe fosfolipide din lecitina de floarea-soarelui — care învelesc moleculele active de Rhodiola (rosavine și salidroside) și le protejează pe toată durata digestiei, crescând cantitatea de substanțe active absorbite constant.

4×

absorbție față de formula standard

300mg

Extract rădăcină Rhodiola per porție

3%

standardizare HPLC per lot