



Hiranyagarba®

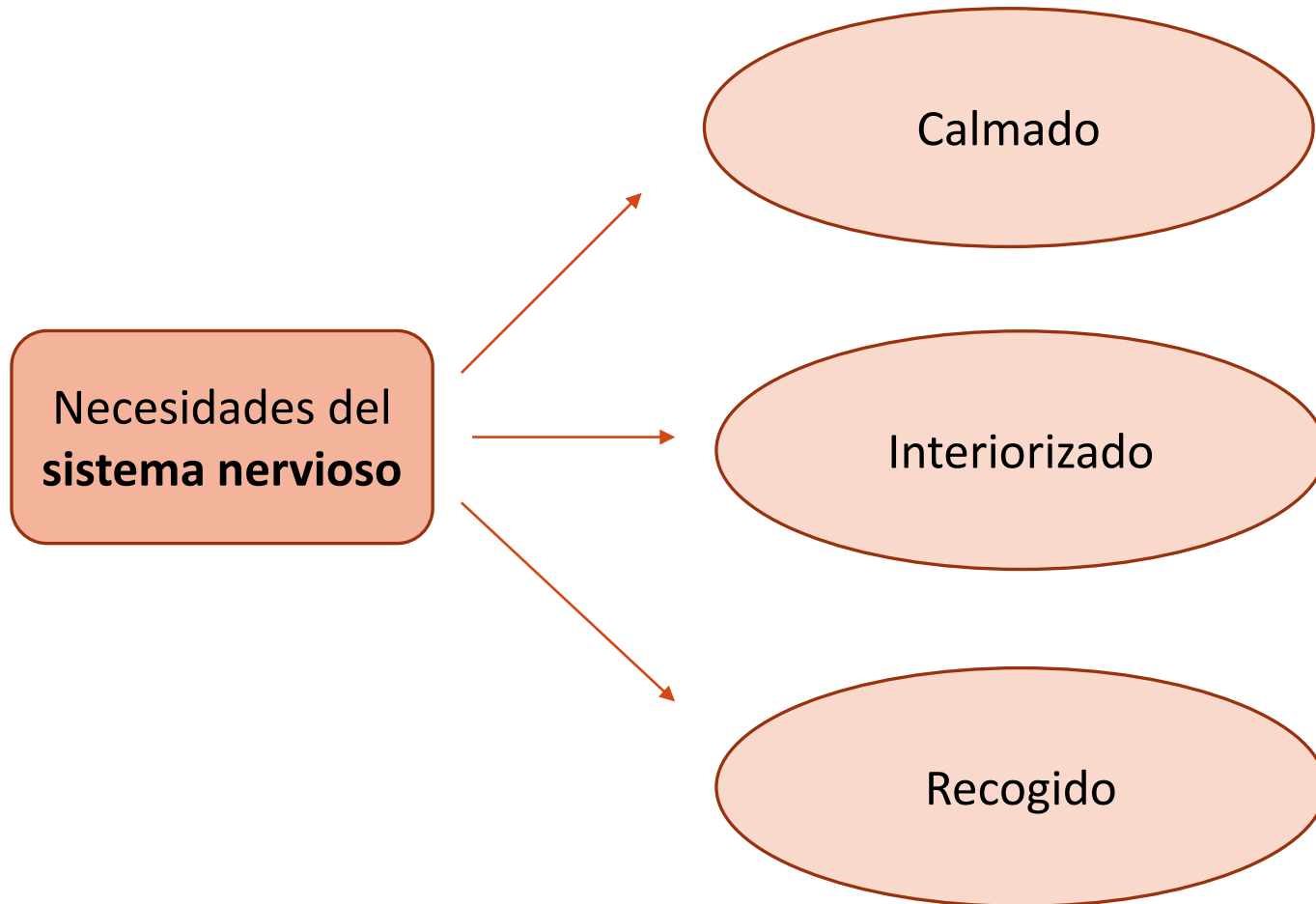
Actitud consciente

Elixir Yatamansi



Sedante suave

Elixir Yatamansi



Sueño reparador

Elixir Yatamansi. Principales ingredientes



► Oro blanco.

- ✓ Energía refrescante de la luna.
- ✓ Favorece la armonía de todas las funciones del organismo





Elixir Yatamansi. Principales ingredientes

Nardo Himalaya

- ✓ Es una planta indígena de las regiones del Himalaya y de la India y pertenece a la familia de la valeriana. En Ayurveda se usa en trastornos neurológicos, en insomnio y cardiovasculares.
- ✓ Contiene calareno, un componente que le otorga sus propiedades relajantes y sedantes, útiles en personas con trastornos del sueño.

BIBLIOGRAFÍA:

- Bagchi A, Oshima Y, Hikino H. Neoligans y lignanos de las raíces de Nardostachys Jatamansi . Planta Med. 1991; 57 : 96–97.
- Arora RB. Nardostachys jatamansi, una valoración química, farmacológica y clínica. Vol. 51. Nueva Delhi, India: Serie especial de monografías, Consejo Indio de Investigación Médica; 1965





Elixir Yatamansi. Principales ingredientes



Amapola de California.

- ✓ Posee efecto relajante por su contenido en alcaloides hipnóticos como aporfina o escolinina.
- ✓ Gracias a estos alcaloides, es una planta beneficiosa en casos de insomnio, estrés y ansiedad, ayudando a dormir mejor y aportando propiedades relajantes y sedantes.
- ✓ Al actuar sobre el sistema nervioso, ayuda a combatir migrañas, sobre todo si se originan por estrés o nerviosismo



BIBLIOGRAFÍA:

- Rolland A, Fleurentin J, Lanhers M-C, Younos C, Misslin R, Mortier F, et al. Behavioural Effects of the American Traditional Plant *Eschscholzia californica*: Sedative and Anxiolytic Properties. *Planta Med.* 2007 May 1;57(03):212–6.
- Rolland, A., Fleurentin, J., Lanhers, M. C., Misslin, R. and Mortier, F. (2001), Neurophysiological Effects of an Extract of *Eschscholzia californica* Cham. (*Papaveraceae*). *Phytother. Res.*, 15: 377-381



Elixir Yatamansi. Principales ingredientes

Bacopa (*Bacopa monnieri*)

- ✓ En la medicina ayurvédica se lleva utilizando durante miles de años por sus numerosas propiedades.
- ✓ Posee acción adaptógena: combate el estrés físico y mental.
- ✓ Mejora la función cognitiva, desarrollando la atención, la memoria e incluso en niños con TDAH.
- ✓ También disminuye el estrés oxidativo por su capacidad antioxidante.



BIBLIOGRAFÍA:

- Aguiar S, Borowski T. Neuropharmacological review of the nootropic herb Bacopa monnieri. Rejuvenation Res. 2013 Aug;16(4):313-26. doi: 10.1089/rej.2013.1431. PMID: 23772955; PMCID: PMC3746283.
- Kean JD, Downey LA, Stough C. A systematic review of the Ayurvedic medicinal herb Bacopa monnieri in child and adolescent populations. Complement Ther Med. 2016 Dec;29:56-62. doi: 10.1016/j.ctim.2016.09.002. Epub 2016 Sep 4. PMID: 27912958.



Elixir Yatamansi. Principales ingredientes



Avena (Avena sativa)

- ✓ Destacar sus propiedades sedantes (no tan conocidas) por su contenido en avenina. Equilibra el sistema nervioso, por lo que es aconsejable en casos de estrés, fatiga o insomnio.
- ✓ Al contener mucílagos, suavizan el tracto gastrointestinal y benefician en gastritis o úlceras.
- ✓ Es uno de los cereales más ricos en proteínas y tiamina (vitamina B1). Esta última también es muy necesaria para el funcionamiento del sistema nervioso.



BIBLIOGRAFÍA:

- Miraj, S., & Kiani, S. (2016). Study of pharmacological effect of Avena sativa: A review. Der Pharmacia Lettre, 8(9), 137-140.
- Gomez Carus A. (2017). Informe: Datos actuales sobre las propiedades nutricionales de la avena. Fundación Española de la Nutrición

Elixir Yatamansi. Principales ingredientes



Vetiver (Chrysopogon zizanioides)

- ✓ Se le confieren propiedades refrescantes, ayuda a reducir el exceso de calor a nivel cerebral mejorando el rendimiento mental y contribuye a reducir la fatiga mental.
- ✓ Debido a su efecto relajante, disminuye el estrés y mejora el estado de alerta.



Elixir Yatamansi. Principales ingredientes



Escutelaria (Scutellaria baicalensis)

- ✓ Según diversos estudios, puede ayudar en personas con insomnio y problemas con el sueño por actuar sobre el sistema nervioso central.
- ✓ Al ser un gran tónico nervioso, también puede disminuir la ansiedad y el nerviosismo.
- ✓ La acción ansiolítico de la planta se le atribuye al alto contenido de flavonoides.



BIBLIOGRAFÍA:

- Awad R, Arnason JT, Trudeau V et al. Phytochemical and biological analysis of skullcap (Scutellaria lateriflora L.): a medicinal plant with anxiolytic properties. Phytomedicine 2003, 10(8): 640-9.
- Wolfson P, Hoffmann DL. An investigation into the efficacy of Scutellaria lateriflora in healthy volunteers. Altern Ther Health Med 2003, 9(2): 74-8.



Elixir Yatamansi – Efectos principales



Ayuda a contrarrestar el insomnio.



Alivia estados de ansiedad y nerviosismo.

Elixir Yatamansi – Efectos principales



Fomenta la soltura, relajación, movilidad y flexibilidad de los músculos, tejidos y articulaciones.



Efecto sedante y analgésico nervioso.

Elixir Yatamansi – ¿Para quién?

Insomnio
Hiperactividad e
inadaptabilidad



Depresión, ansiedad
Shock emocionales



Irritabilidad, histeria
Ataques de epilepsia...





Hiranyagarba®

Actitud consciente