

# Co Q10®

*CoQ10® è coinvolto in molte trasformazioni vitali all'interno delle cellule ed agisce come potente antagonista dei radicali liberi, proteggendo le cellule dal danno ossidativo.*

## Principi di base

Il Coenzyme Q10 è noto anche come ubiquinolo: il nome è dovuto alla presenza «ubiquitaria» di questa sostanza all'interno del nostro corpo, il che indica il ruolo importante che gioca nel metabolismo cellulare. Il CoQ10® partecipa a molte trasformazioni chimiche vitali all'interno delle cellule, compresa la formazione dell'adenosina trifosfato (ATP), il magazzino energetico delle cellule.

Il coenzyme Q10 si forma nel fegato ma viene anche introdotto nel corpo attraverso il cibo. Si trova principalmente nella carne di manzo, pollo, montone, agnello, pesce e nelle uova. Invecchiano, il nostro corpo cessa di produrre quantità sufficienti di coenzima Q10. A lungo andare, questo provoca uno stato di carenza che può indebolire la salute del cuore.

Sebbene un contenuto insufficiente di coenzima Q10 nel sangue possa essere compensato aumentando il consumo di cibi ricchi di coenzima Q10, quali il manzo o le uova, purtroppo, tali alimenti apportano anche un aumento dell'assimilazione di colesterolo e di acidi grassi saturi malsani.

Quale antiossidante, il coenzima Q10, il più importante tra quelli noti, ha un effetto maggiore a livello cellulare rispetto alla più nota vitamina E. Può trovarsi nella membrana cellulare dei mitocondri, dove è responsabile della formazione di enzimi vitali e dell'immagazzinamento di energia ATP (adenosina trifosfato). Tutte le cellule del corpo, soprattutto le cellule dei muscoli

e in particolare del cuore, che si trova costantemente sotto sforzo, dipendono da un costante apporto di carburante. Nella maggior parte dei casi, l'anello definitivo importante per questo rilascio di energia è la scissione dei legami fosfati ad alta energia, come quelli che si trovano nell'ATP. Se la formazione di ATP viene disturbata, le funzioni naturali di tutte le cellule del corpo possono essere compromesse. Le cellule muscolari sono quelle che necessitano di maggiore energia e pertanto hanno il contenuto più alto di coenzima Q10.

## Effetti

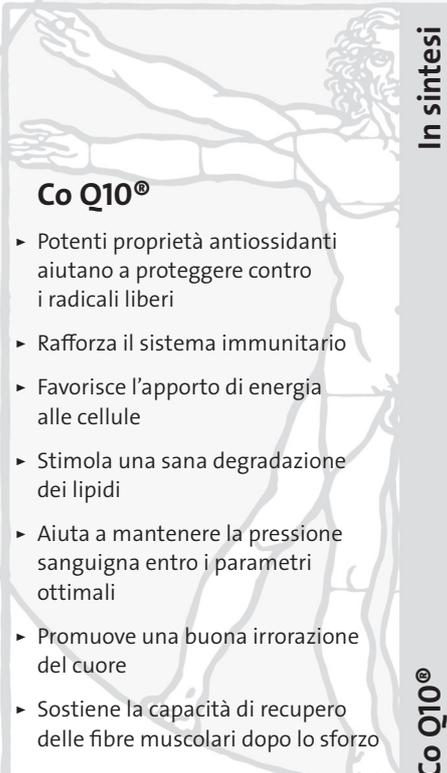
Numerosi studi hanno evidenziato una valanga di effetti benefici del coenzima Q10. Per esempio, il coenzima Q10 ha dimostrato di poter supportare un'ottima resistenza allo sforzo fisico negli atleti e nelle persone malate (per esempio, nei soggetti che soffrono di anemia).

Un altro importante campo di studio coinvolge i disturbi cardiovascolari. In questo frangente, il coenzima Q10 si è rivelato in grado di sostenere una sana irrorazione del cuore e la salute del cuore in generale. Inoltre, promuovendo una funzionalità cardiaca efficiente, aiuta a mantenere la pressione nella norma.

Effetti positivi sono stati osservati anche in merito alla qualità dello sperma e al sostegno di un sano sistema immunitario. La protezione dai radicali liberi, che vengono prodotti in quantità maggiori in pre-

senza di malattie infettive o infiammatorie e quando l'organismo è esposto ad agenti contaminanti, è un altro vasto campo di applicazione. Le proprietà antiossidanti del coenzima Q10 lo rendono anche una sostanza promettente nella medicina anti-aging. Gli effetti positivi del coenzima Q10 sul metabolismo dei grassi e degli zuccheri meritano di essere altrettanto menzionati.





**Co Q10®**

- ▶ Potenti proprietà antiossidanti aiutano a proteggere contro i radicali liberi
- ▶ Rafforza il sistema immunitario
- ▶ Favorisce l'apporto di energia alle cellule
- ▶ Stimola una sana degradazione dei lipidi
- ▶ Aiuta a mantenere la pressione sanguigna entro i parametri ottimali
- ▶ Promuove una buona irrorazione del cuore
- ▶ Sostiene la capacità di recupero delle fibre muscolari dopo lo sforzo

In sintesi

Co Q10®

## Modo d'uso

Le indicazioni più importanti per l'impiego del coenzima Q10 si basano sugli effetti appena descritti, ma anche sulle molteplici funzioni per le quali le cellule necessitano e consumano l'energia.

**Benessere generale e anti-aging:** In linea generale, il coenzima Q10 supporta una capacità funzionale e un benessere fisico ottimali. Invecchiando, i livelli di coenzima Q10 diminuiscono: questa potrebbe essere una delle molte cause dell'invecchiamento. Quando vi è una carenza di coenzima Q10, molte funzioni cellulari risultano compromesse e, cosa più importante, diventa sempre più difficile combattere i radicali liberi che danneggiano le cellule. Da esperimenti sugli animali è emerso che l'aspettativa di vita nei topi aumentava grazie alla somministrazione del coenzima Q10.

**Sistema cardiovascolare:** È un dato di fatto che una carenza di coenzima Q10 sia associabile allo sviluppo di vari disturbi cardiovascolari. Studi hanno dimostrato che un flusso sanguigno malsano all'interno dei vasi coronarici può essere notevolmente migliorato con la somministrazione di coenzima Q10. L'assunzione di coenzima Q10 è inoltre indicata in seguito ad un infarto cardiaco e nei casi di gittata cardiaca insufficiente per difetti valvolari o irregolarità cardiache. In ciascuna di queste condizioni cliniche, gli studi hanno riscontrato benefici sui sintomi, sulla forma fisica dei pazienti, sul benessere generale e quindi sulla qualità della vita. Il coenzima Q10 ha inoltre mani-

festato effetti positivi sul mantenimento della pressione nella norma: una pressione sanguigna malsana è una causa rilevante di molti problemi cardiaci derivati.

**Sistema immunitario:** È stato dimostrato che il coenzima Q10 supporta il sistema immunitario a livello cellulare. Dalle ricerche è emerso che il coenzima Q10 favorisce una buona formazione di cellule protettive nel timo. Questi linfociti T sono necessari per una sana risposta immunitaria cellulare ed essendo cellule Natural Killer sono anche in grado di distruggere le cellule esogene. Inoltre, il coenzima Q10 sembra promuovere la salute generale del timo che, con l'avanzare dell'età può naturalmente diminuire.

**Problemi di salute cronici:** Per i problemi di salute cronici che interessano altri organi, dal cervello al fegato, potrebbe essere benefico assumere il coenzima Q10 a supporto di altre terapie. Altri ambiti per cui è indicato sono un lento metabolismo dei glucidi e dei lipidi e le malattie infiammatorie, in particolare quelle che riguardano le gengive.

Altrettanto noto di menzione è la consolidata applicazione del coenzima Q10 quale trattamento adiuvante nella medicina dello sport.

## Composizione

Una capsula contiene 30 mg, 60 mg, 100 mg o 200 mg di coenzima Q10 in qualità farmaceutica.

Altri componenti (30 mg, 200 mg): farina di riso, stearato di magnesio.

Altri componenti (60 mg, 100 mg): farina di riso, stearato di magnesio, SiO<sub>2</sub>.

## Dosaggio

Normalmente, in base all'età, somministrare con abbondante acqua, secondo le seguenti indicazioni:

25-40 anni	da 30 mg/die
40-60 anni	da 60 mg/die
dai 60 anni	da 120 mg/die

Un effetto sinergico ideale risulta dalla contemporanea somministrazione di carnitina.

## Istruzioni

Gli integratori alimentari non sostituiscono una dieta equilibrata e variata come anche uno stile di vita sano. La dose giornaliera raccomandata non deve essere superata. Le persone che sono sotto costante controllo medico dovrebbero prima della somministrazione consultarlo. Le informazioni sul prodotto non sono da considerare delle promesse di guarigione; in generale, sconsigliamo l'automedicazione senza consultare un medico. Si declina ogni responsabilità per eventuali errori di stampa o tipografici.

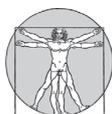
Conservare in luogo fresco e asciutto, fuori dalla portata dei bambini.

### Gruppi di prodotto contenenti Co Q10®

Il Co Q10® si trova nei seguenti gruppi di prodotto ([www.vitabasix.com](http://www.vitabasix.com)):

-  **Cuore & Circolazione**
-  **Depressione & Disturbi dell'umore**
-  **Sistema immunitario, protezione delle cellule e antiossidanti**
-  **Dolori & Infiammazioni**
-  **Sport & Muscolatura**
-  **Metabolismo & Peso**

Produttore:



**VitaBasix®**

by LHP Inc.

[www.vitabasix.com](http://www.vitabasix.com) | [italia@vitabasix.com](mailto:italia@vitabasix.com)

### Informazioni importanti:

I nostri prodotti sono fabbricati conformemente alla norma GMP (Good Manufacturing Practice). La qualità, la purezza e la concentrazione sono regolarmente controllate in laboratori di prova indipendenti, osservando le direttive FDA (Food and Drug Administration).

I nostri prodotti devono essere considerati misure preventive o mezzi per migliorare il benessere generale dell'individuo. Prima di somministrare i nostri prodotti per il trattamento di malattie, si consiglia di consultare il medico curante.