



## Fenogreco

Titulado al 50% en saponinas

**Un potente andrógeno natural**

	1 unidad	3 + 1 gratis
500 mg / 60 cápsulas	23,00 €	69,00 €

### PRINCIPALES INDICACIONES:

Antiinflamatorios, Deficiencias (hemoglobina), Peso (equilibrio alimentario), Rendimiento deportivo (masa muscular)

**Nuestro extracto de semillas de Fenogreco presenta el más alto porcentaje en saponinas esteroides del mercado (50%), lo cual le confiere una notable eficacia para aumentar el nivel de testosterona libre.**

### Extracto de semillas de Fenogreco titulado al 50% en saponinas:

Originaria de la cuenca mediterránea y de Asia, el fenogreco es una de las plantas medicinales y culinarias más antiguas que se conoce en el mundo. Se utiliza principalmente por **sus propiedades androgénicas y tonificantes**.

Rico en antioxidantes, el fenogreco **ayuda a proteger al organismo frente a la formación de radicales libres** que se producen durante el esfuerzo.

**Aparte de mejorar la recuperación después del ejercicio, permite recuperar masa muscular más rápidamente**, a la vez que ayuda a un mejor aprovechamiento de los aportes nutritivos.

**Su contenido en fibra, vitaminas, fósforo, hierro y proteínas produce un efecto reconstituyente, estimula el apetito de las personas desnutridas y aporta energía** a los convalecientes y a las personas con depresión.

## Composición

### INGREDIENTES:

Por cada 2 cápsulas: 1000 mg de extracto seco de semillas de fenogreco (*Trigonella foenum-graecum* L.) titulado al 50% en saponinas (500 mg).

### OTROS INGREDIENTES:

Fécula de patata, antiaglomerante (E470b): estearato de magnesio, cápsula vegetal: hidroxipropilmetilcelulosa.

### ALÉRGENOS:

Este producto no contiene alérgenos (según el Reglamento (UE) N° 1169/2011) ni organismos modificados

genéticamente.

#### **FABRICACIÓN Y GARANTÍA DE CALIDAD:**

Este complemento alimenticio está fabricado por un laboratorio siguiendo las normas BPF. Las BPF son las Buenas Prácticas de Fabricación vigentes en el sector farmacéutico europeo (en inglés GMP, Good Manufacturing Practice). El contenido del principio activo está garantizado por análisis regulares que se pueden consultar online.

## **Uso**

---

#### **CONSEJOS DE USO:**

2 cápsulas al día tomadas con medio vaso de agua, durante las comidas.

#### **PRECAUCIONES:**

Desaconsejado para mujeres embarazadas o en periodo de lactancia. No exceder la dosis diaria recomendada.

#### **ADVERTENCIAS:**

Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable. En caso de tratamiento médico, consulte con su terapeuta. Solo para adultos. Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños.

#### **INSTRUCCIONES DE ALMACENAMIENTO:**

Conservar en un lugar fresco, seco y fuera del alcance de la luz.

## **Información detallada**

---

El fenogreco (*Trigonella foenum-graecum*) es una planta originaria del mediterráneo y el sudoeste de Asia, cuyo nombre deriva del latín “tres ángulos”, porque su corola posee tres hojas que forman un imaginario triángulo. Era tradicionalmente muy usado por griegos, egipcios y romanos con fines medicinales por considerarlo un fortificante general y un estimulador del sistema inmune (4). Posteriormente los estudios han confirmado dichas propiedades y han demostrado que consumido después del ejercicio mejora la recuperación aumentando la síntesis de glucógeno muscular (1) y provocando un aumento de los niveles de testosterona libre y de su biodisponibilidad (2). Desde el punto de vista deportivo el fenogreco protege de los radicales libres generados durante el ejercicio gracias a su capacidad antioxidante (6) y es también recomendado como tratamiento complementario en las dietas para tratar la obesidad por su acción hipolipemiente, es decir, por su propiedad de disminuir los niveles de lípidos en sangre, previniendo el riesgo cardiovascular. Posee asimismo un efecto antiinflamatorio sobre las articulaciones, que sometidas al estrés del ejercicio tienden a engrosarse.

Finalmente el fenogreco se ha utilizado como tratamiento sustitutorio de hipoglucemiantes (3) orales en diabetes no insulino dependiente, debido a la acción conjunta de cumarinas, ácido nicotínico y trigonelina (saponina) que posee esta planta y a los mucilagos que recubren las células de la mucosa ralentizando la absorción de los nutrientes.

#### **PROPIEDADES DEL EXTRACTO:**

**NOMBRE COMÚN:** Fenogreco

**Producto:** Extracto Fenogreco 50% saponinas

**Parte utilizada:** Semillas

**NOMBRE CIENTÍFICO:** *Trigonella foenum-graecum* L.

**SUSTANCIA ACTIVA:** 50% saponinas

**NUESTRO EXTRACTO:** Extracto de semillas de fenogreco que aporta mínimo un 50% de saponinas, la sustancia activa a la que debe sus propiedades tónicas y la modulación hormonal.

Además el extracto de fenogreco está sometido a un riguroso control de metales pesados y microbiológico siguiendo

los criterios de la farmacopea europea.

#### **PROPIEDADES PRINCIPALES DEL PRODUCTO:**

- Consumido después del ejercicio mejora la recuperación aumentando la síntesis de glucógeno muscular. (1)
- Su efecto androgénico provoca un aumento de testosterona, aumentando los niveles de testosterona libre y su biodisponibilidad. (2)
- El fenogreco presenta propiedades en el control de la glucemia e insulinoresistencia en pacientes con diabetes tipo II. (3)
- Provoca un efecto estimulador en la respuesta inmune aumentando la producción de linfocitos. (4)
- Su efecto antineoplásico produce una inhibición de las células tumorales. (5)
- Protege del daño celular gracias a su capacidad antioxidante. (6)

1.The addition of fenugreek extract (*Trigonella foenum-graecum*) to glucose feeding increases muscle glycogen resynthesis after exercise. B. C. Ruby et Al. Amino Acids. 2005

2.Effects of glycosides based fenugreek seed extract on serum testosterone levels of healthy sedentary male subjects: an exploratory double blind, placebo controlled, crossover study. Mahesh Mokashi et Al. Asian Journal of Pharmaceutical and Clinical Research. 2014

3. Effect of *Trigonella foenum-graecum* (fenugreek) seeds on glycaemic control and insulin resistance in type 2 diabetes mellitus: a double blind placebo controlled study. Gupta Aet Al. The Journal of the Association of Physicians of India. 2001

4.Immunomodulatory effects of fenugreek (*Trigonella foenum graecum* L.) extract in mice. Bilal Bin-Hafeez et Al. International Immunopharmacology. 2003

5.*Trigonella foenum graecum* (fenugreek) seed extract as an antineoplastic agent. P. Sur et Al. Phytoterapy Research. 2001

6.In vitro studies on antiradical and antioxidant activities of fenugreek (*Trigonella foenum graecum*) seeds. S. Kaviarasan et Al. Food Chemistry. 2007