



NEW SPIRIT NATURALS  
NUTRITION WITH INTENTION®

2020 VOL. 1



# The Gut-Brain Connection

## Health Management Through Normalization of the Biological Terrain (Internal Environment) of the Body



We are poised on the brink of a revolution—a revolution as daring and profound as the discovery of the microscope by Antonius van Leeuwenhoek (1683) a Dutch scientist. His discovery led to the science of Microbiology and the understanding of the microscopic world (the microzuma) which occupy our Biological Terrain. We now know that these microscopic ferments (microzuma) are living organisms that occupy both our living healthy tissues, as well as, unhealthy or diseased tissue. They are in every sense of the word the very elementary units of life— the primary anatomical elements of all living beings.

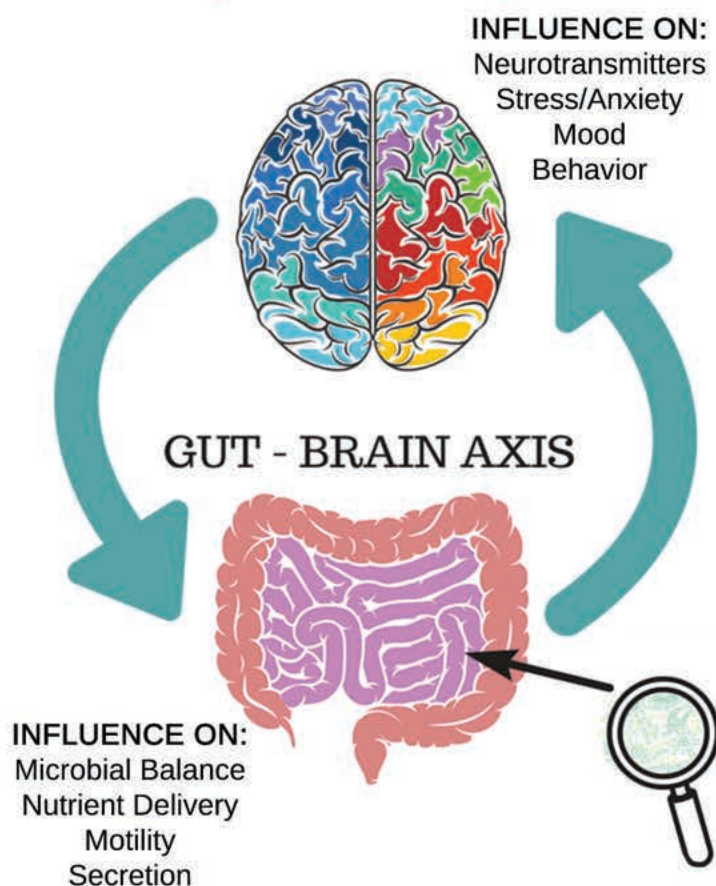
This internal microscopic living world has through time become known as our microbiome. We are rapidly discovering that our “state of health” is closely tied to the healthy balance of our microbiome’s internal environment. For years the pharmaceutical industry has seen this microscopic world as germs that cause sickness and/or ultimately disease. Based on this understanding the approach has been to poison and/or kill these microbes. The side effect of this action has been to further unbalance this microscopic world.

Those of us in the Nutritional Science field have brought about a new revolutionary understanding of the purpose of these microbes and the medium in which they reside. The microbes are not our enemy. We advocate that we are in a symbiotic relationship with this internal world. Microbes are there to assist our health, as well as, to clean up unwanted toxins produced when our internal terrain is out of balance. We are learning that by cultivating this internal environment (biological terrain) we can bring about the normalization/rejuvenation of our health. We are prepared and possess the tools and natural methods to change our internal environment through diet, lifestyle, testing, evaluation, nutritional supplements and detox.

I hope you will enjoy this latest newsletter and share this knowledge with your family, friends and clients.

Dr. Larry Milam, CN, ND, HMD, PhD  
President  
New Spirit Naturals

## Finding a Healthy Balance with the Gut-Brain Axis



### Suggested products for the gut-brain axis:

#### NeuroBalance

*Ingredients to support a healthy brain and gut.*

#### Gut Renew

*Designed to repair and renew the gut.*

#### Microbiome Probiotic Complex

*A complex of 10 different strains of probiotics to address a healthy microbiome.*

#### Phyto Opti-Zymes™

*Excellent for helping breakdown food and allowing the digestive system to rest.*

#### Inner Calm

*Helps alleviate stress levels and calms disruptions on the gut-brain axis.*

For more information, connect with us!

New Spirit Naturals  
615 W Allen Ave  
San Dimas CA 91773  
(800) 922-2766  
newspirit.com





Think about the times you have felt nauseated before talking in front of a group of people or how under times of stress you develop “butterflies in your stomach”. The saying “go with your gut” takes on a whole new meaning as every day, more research is emerging about the vital connection between the gastrointestinal tract and the brain. Commonly known as the **gut-brain axis**, this pathway in the body links the immune and digestive systems to the brain and central nervous system.

The gastrointestinal tract is sensitive to emotion. Anger, anxiety, sadness, elation — all of these feelings (and others) can trigger symptoms in the gut. The brain has a direct effect on the stomach and intestines. For example, the very thought of eating can release the stomach's juices before food gets there. This connection goes both ways. A troubled intestine can send signals to the brain, just as a troubled brain can send signals to the gut. Therefore, a person's stomach or intestinal distress can be the cause or the product of anxiety, stress, or depression. That's because the brain and the gastrointestinal (GI) system are intimately connected.<sup>1</sup>

With approximately 80% of the immune system located in the gut, the digestive tract requires a healthy environment which to achieve optimal health. When the **gut-brain axis** is in balance, major systems in the body are able to function as needed to fight disease.

When communication is disrupted on the **gut-brain axis**, the risk of disease rises. For example, in 2013, studies concluded that high salt intake leads to profound immune changes in the gut, resulting in increased vulnerability of the brain to autoimmunity — when the immune system attacks its own healthy cells and tissues by mistake, suggesting that the gut can communicate with the brain via immune signaling. Yet another study shows that immune signals sent from the gut can compromise the brain's blood vessels, leading to deteriorated brain health and cognitive impairment.<sup>2</sup>

So how can you keep the **gut-brain axis** in balance? By combining a healthy diet and lifestyle with some key digestive health products from New Spirit Naturals, you will see and feel the positive effects of a harmonious gut and brain connection.

<sup>1</sup> Harvard Health Publishing “The gut-brain connection”

<sup>2</sup> Grienstein, Jonathan “A New Connection between the Gut and Brain”







# Reduce Your Brain's Biological Age

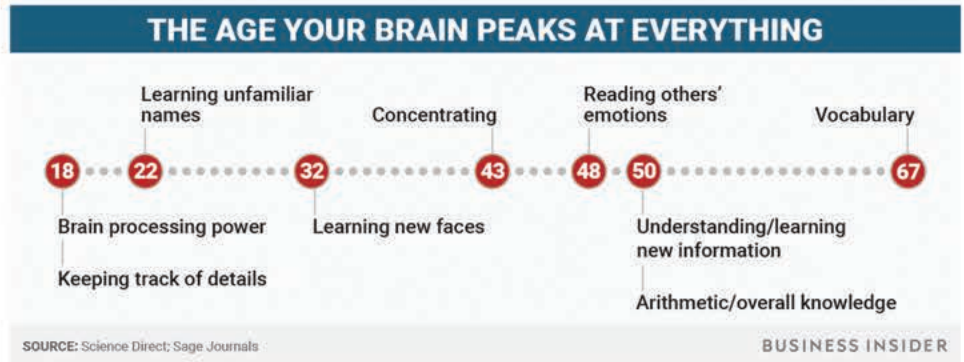
Gina Famiglietti, Director of Special Markets

When and how the brain ages is unique to each person. From the smallest chemistry changes in brain cells to a noticeable decline in memory and cognitive ability, the brain is in a constant state of change.

The overall volume of the brain begins to shrink when we're in our 30s or 40s, with the rate of shrinkage increasing around age 60.<sup>1</sup> Also, around the age of 40, the volume and/or weight of the brain begins to decline. The rate of decline increases with age.

New Spirit Naturals focuses on creating anti-aging products designed to help reduce biological aging. NeuroBalance is a powerful, advanced, comprehensive brain support formula scientifically formulated to help support optimum memory levels, concentration and recall while helping to balance energy and mood levels.

<sup>1</sup> Palmer, Brian, "How the Brain Changes with Age" Brainfacts.org



**Key Benefits**

- Improves mood
- Boosts memory function
- Increases physical energy
- Increases mental alertness
- Boosts ability to focus
- Improves concentration and recall

**GIVE YOUR BRAIN A BOOST**

New Spirit Naturals offers a concentrated phosphatidylserine formula in NeuroExcel for those who want additional memory support. It contains a clinical level of phosphatidylserine (300mg's.) PLUS Alpha Lipoic Acid (a powerful antioxidant for the fatty tissue of the brain).

## Key ingredients in NeuroBalance

### DMAE Bitartrate (Dimethylaminoethanol)

- A "nootropic" compound to help improve your brain power.
- Increases mental adaptability, concentration and brain cell health.
- Improves focus, mental clarity and sleep patterns.

### Bacopa Extract

- Research by University of Michigan Health System showed the positive brain effects including reduction in both depression and anxiety with Bacopa. It is also shown to support focus, attention, learning and memory.

### N-Acetyl-L-Tyrosine

- L-tyrosine is an amino acid that predominantly influences adrenaline and dopamine metabolism in the brain in order to reduce stress and improve mental performance (more mental energy, improved attention span, reduce symptoms of depression, improved focus and concentration).

### Phosphatidylserine

- A natural treatment for Alzheimer's disease, age-related cognitive decline, depression, ADHD and Parkinson's disease.
- Shown to help with ADHD by increasing mental focus, promoting memory and cognition, improving mood and relieving stress through a reduction of cortisol levels.



# Protect & Preserve Digestive Balance

Victoria Dauer, National Director of Marketing

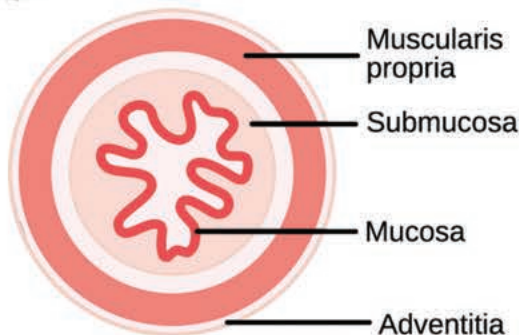


Did you know that in an average life span, 60 tons of food pass through the gastrointestinal tract? It shouldn't be any surprise that each year nearly 62 million Americans are diagnosed with some type of digestive disorder ranging from foodborne illness, regular occurrences of stomach upset and acid reflux to Irritable Bowel Syndrome (IBS), ulcers, Leaky Gut Syndrome and Crohn's disease (just to name a few). In addition, digestive disorders can develop from multiple factors such as stress, fatigue, poor diet, excessive alcohol or smoking.<sup>1</sup>

Gut Renew is a proprietary formula designed to support the body's digestive balance. Carefully chosen ingredients are combined to help protect and renew the integrity and health of the digestive tract.

## 4 Layers of the Gastrointestinal Tract

The GI tract contains four layers: the innermost layer is the mucosa, underneath this is the submucosa, followed by the muscularis propria and finally, the outermost layer - the adventitia. Each serves a vital function including providing vascular support, service as barriers to toxins and allergens, help to move food through the gut, secrete digestive enzymes and absorb digested nutrients.<sup>2</sup>



Protecting the layers of the GI tract, its lining and cells makes Gut Renew your go to product. One of the MOST POWERFUL AND EFFECTIVE ingredients in our formula is L-Glutamine.

L-Glutamine is the most abundant amino acid in blood and plays a vital role in the maintenance of mucosal integrity. Glutamine is traditionally termed as a nonessential amino acid, but is now considered a "conditionally essential" amino acid.<sup>3</sup> While L-Glutamine is naturally produced in the body, in times of stress, exercise and illness, additional amounts of L-Glutamine are needed to maintain digestive balance. A depletion of L-Glutamine can compromise the immune system and lead to a breakdown in the mucosal barriers of the digestive tract.

## Keeping the Gut Barrier Strong

When any portion of the gut barrier is compromised, the risk of illness and disease increases. Leaky Gut Syndrome, IBS, diarrhea, inflammation and constipation are just a few conditions that indicate a breakdown in the gut barrier. Glutamine preserves the gut barrier function and prevents permeability to toxins and pathogens under various conditions of gastrointestinal mucosal injury. Glutamine is considered the most important nutrient for healing of Leaky Gut Syndrome because it is the preferred fuel for cells in the large and small intestines whose primary function is to absorb nutrients.<sup>3</sup>

Along with L-Glutamine, Gut Renew includes other beneficial ingredients for the preservation of the gut barrier including Jerusalem Artichoke Flour which:

- Supports the growth of bifidobacteria which is the most predominate intestinal flora in the digestive tract.
- Provides a rich source of FOS (Fructooligosaccharides), probiotics, prebiotics, natural botanicals, and enzymes.
- Prevents or reduces gas, indigestion and bloating.<sup>4</sup>
- Helps breakdown food in the digestive system by maintaining healthy levels of hydrochloric acid from thiamine (or vitamin B1). A lack of sufficient hydrochloric acid in the stomach can cause insufficient digestion and inhibit the activation of critical enzymes that play a role in digestion.

<sup>1</sup> The National Institutes of Health, NIH Publication No. 96-4130

<sup>2</sup> [http://medcell.med.yale.edu/histology/gi\\_tract\\_lab.php](http://medcell.med.yale.edu/histology/gi_tract_lab.php)

<sup>3</sup> Rao, RadhaKrishna, Samak, Geetha. "Role of Glutamine in Protection of Intestinal Epithelial Tight Junctions" J Epithel Biol Pharmacol. 2012 Jan; 5(Suppl 1-M7): 47-54.

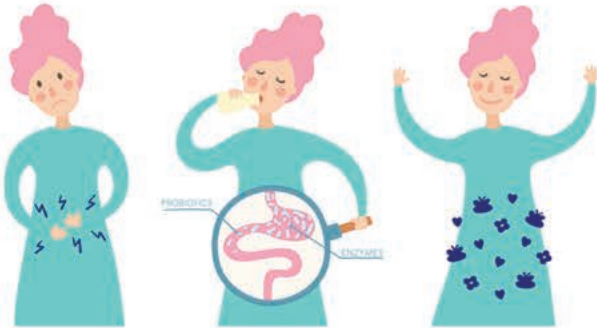
<sup>4</sup> (<https://nutrientsolutions.com/7-benefits-of-jerusalem-artichoke-inulin-for-digestion-and-gut-health/>)





# Probiotics & Enzymes: The Perfect Partners in Digestive Balance

Jason Milam, General Manager



Every minute of every day, your digestive system is working to break down the food you eat and absorb all the necessary nutrients to benefit the systems of the body. It is necessary to have a healthy digestive tract in order for the body to use all the nutrients food offers and properly eliminate unwanted waste, toxins and bacteria.

Probiotics & digestive enzymes should be a part of your daily health routine for some very important reasons.

## Microbiome Probiotic Complex:

- The Microbiome refers to the totality of microorganisms in our body (both good and bad).<sup>1</sup> Every microbiome is unique. No two are identical.
- Probiotics help our immune system identify trouble and signal immune cells to go after pathogens (anything that could create disease in the body). Probiotics seem to keep them from crossing the mucus membrane barrier.<sup>1</sup>
- They signal immune cells to calm down helping reduce autoimmune and allergenic reactions.<sup>1</sup>
- Probiotics help digest food and have been shown to improve the absorption of minerals such as iron.<sup>2</sup>
- They help digest lactose (milk sugar) and help individuals who are lactose intolerant avoid discomfort and eat dairy products.<sup>2</sup>
- Probiotics help reduce harmful microorganisms that create inflammation in the digestive tract<sup>2</sup> and also help prevent the excess permeability of the gut lining (leaky gut).<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Rodes L, Sahas, et al Microencapsulated *Bifobacterium longum* (subsp) *infantis*. Favorably Modulates Gut Microbiota and Reduces Endotoxins *BioMed Res Int* 2014. 2014:602832

<sup>2</sup> *Probiotic Cure*, Martie Whittekin, CCN



## DID YOU KNOW?

Chronic stress is the most common reason for digestive problems. When in the “fight or flight” mode, the body naturally lowers the priority on digestion resulting in an impaired system.

## Phyto Opti-Zymes™:

According to the National Institutes of Health, up to 70 million Americans are affected by digestive disease. A common problem leading to these digestive issues is the lack of proper enzymes to break down the food we consume. Phyto Opti-Zymes™ can assist our body to properly digest food and release its vital nutrients. The benefits of Phyto Opti-Zymes™ include:

- Relieving symptoms of indigestion including bloating and gas.
- A complete food grade multi-enzyme complex composed of all plant based enzymes. Plant-derived enzymes are effective over a broader pH range in the body.
- Contains 3 vital categories of enzymes for optimal digestion: Proteases (which break down proteins), Lipases (which break down fats) and Amylases (which break down sugars).
- Helps low-grade inflammation in the digestive tract (caused by food allergies, leaky gut and infection) which can lead to deficiencies in digestive enzymes.



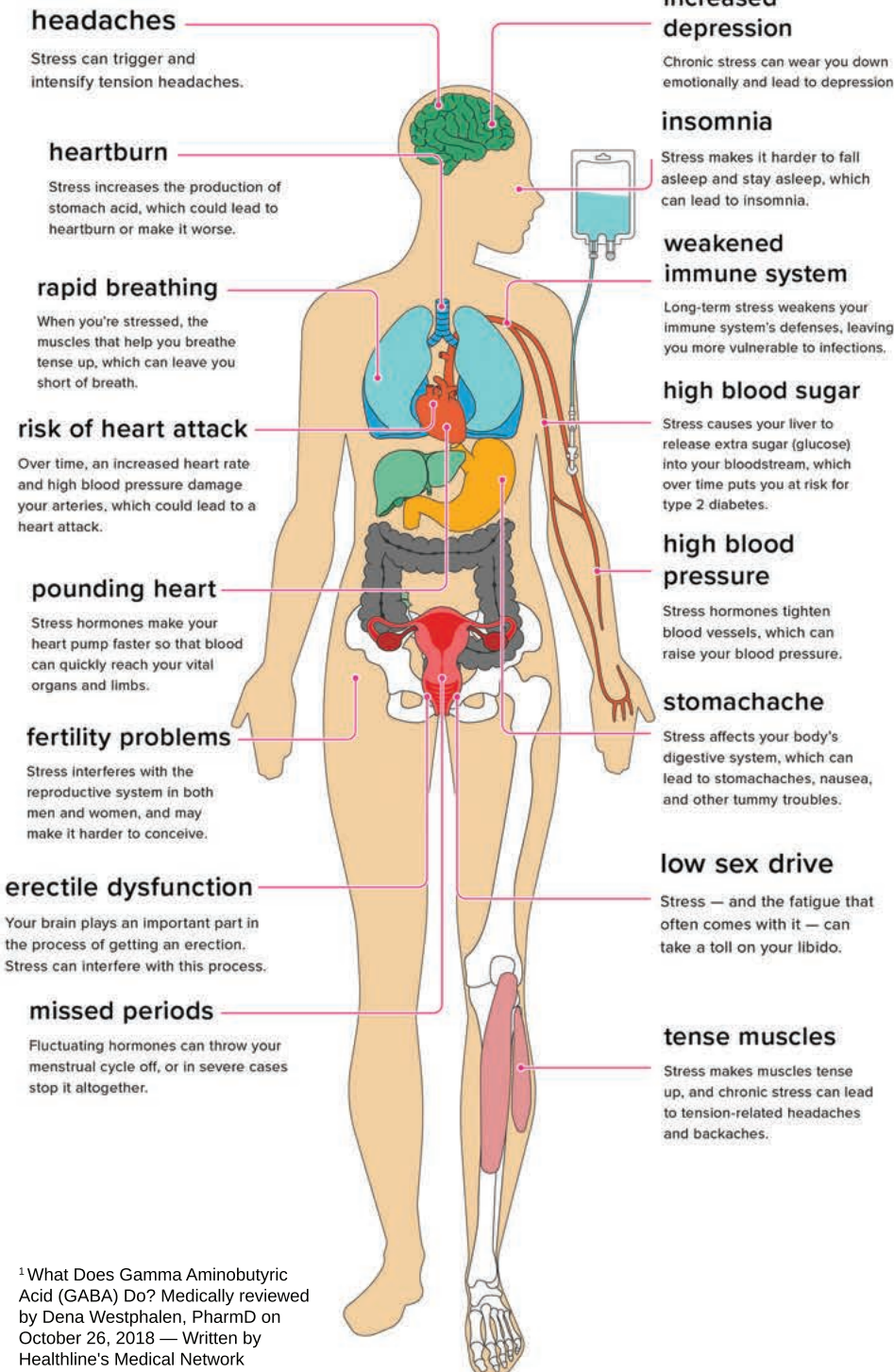
Let's face it. Stress stinks! No matter if your stress levels rise occasionally or every minute of your day is stressful, your body is being challenged in so many ways to keep you calm and balanced. Stress can trigger numerous responses in the body such as quickening the pulse, faster breathing, tense muscles and increased demand for more oxygen. Stress that is chronic can suppress vital functions in the body, compromise your immune system and cause your digestive system to stop working. Inner Calm helps the **gut-brain axis** find balance with ingredients designed to assist the body in stressful occasions, promote overall wellness through better sleep, improve brain function and proper digestion.

## Find Your Inner Calm

Marie Lyles,  
National Director of  
Training & Development



### The effects of stress on the body



### Key Ingredients

- Inositol**
- Helps promote brain health.
  - Primary function is cell membrane structure and integrity, especially the cells of bone marrow, eyes and intestines.
- Taurine**
- Vital for proper function of minerals, potassium, calcium, magnesium, and sodium.
  - Detoxifies liver cells of various toxins.
- Gamma Aminobutyric Acid (GABA)**
- A naturally occurring amino acid that works as a neurotransmitter in your brain.
  - Considered an inhibitory neurotransmitter because it blocks certain brain signals and decreases activity in your nervous system.
  - When it attaches to GABA receptors in the brain, it produces a calming effect that can help with feelings of anxiety, stress, and fear.<sup>1</sup>
- L-Theanine**
- One of the few nutrients that can cross the blood-brain barrier.
  - Stimulates Alpha brain waves which causes deep relaxation and mental alertness.
  - Helps promote mental clarity and focus.
  - Reduces nervous tension.
- Beetroot**
- Helps lower blood pressure.
  - Promotes regularity and helps prevent constipation.
  - A rich source of Folate, Manganese, Thiamine, Riboflavin, Vitamin B6, Betaine, Magnesium, Phosphorus, Zinc, Copper and Selenium.

<sup>1</sup>What Does Gamma Aminobutyric Acid (GABA) Do? Medically reviewed by Dena Westphalen, PharmD on October 26, 2018 — Written by Healthline's Medical Network



## Control de la salud a través de la normalización del terreno biológico (entorno interno) del cuerpo



Estamos al borde de una revolución, una revolución tan atrevida y profunda como el descubrimiento del microscopio por Antonius van Leeuwenhoek (1683), un científico holandés. Su descubrimiento condujo a la ciencia de la microbiología y a la comprensión del mundo microscópico (el microzima) que ocupa nuestro terreno biológico. Ahora sabemos que estos fermentos microscópicos (microzimas) son organismos vivos que ocupan tanto nuestros tejidos sanos vivos, como los tejidos no saludables o enfermos. Son, en todos los sentidos de la palabra, las unidades muy elementales de la vida, los elementos anatómicos primarios de todos los seres vivos.

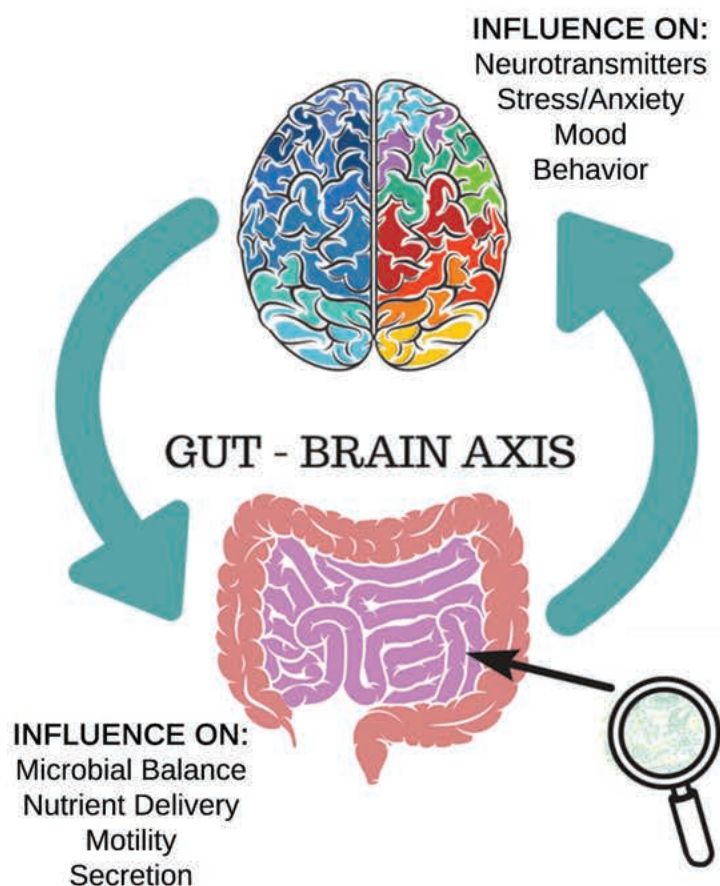
A través del tiempo, este mundo vivo microscópico interno se conoce como microbioma humano. Estamos descubriendo rápidamente que nuestro "estado de salud" está estrechamente relacionado con el equilibrio saludable del entorno interno de nuestro microbioma. Durante años, la industria farmacéutica ha visto este mundo microscópico como gérmenes que causan enfermedades. En base a esta comprensión, el enfoque ha sido envenenar y/o matar a estos microbios. El efecto secundario de esta acción ha sido desequilibrar aún más este mundo microscópico.

Nosotros los del campo de la Ciencia Nutricional hemos traído una nueva comprensión revolucionaria del propósito de estos microbios y el medio en el que residen. Los microbios no son nuestros enemigos. Defendemos que estamos en una relación simbiótica con este mundo interno. Los microbios están ahí para ayudar a nuestra salud, así como para limpiar las toxinas no deseadas producidas cuando nuestro terreno interno está fuera de balance. Estamos aprendiendo que al cultivar este ambiente interno (terreno biológico) podemos lograr la normalización / rejuvenecimiento de nuestra salud. Estamos preparados y poseemos las herramientas y métodos naturales para cambiar nuestro entorno interno a través de la dieta, el estilo de vida, las pruebas, la evaluación, los suplementos nutricionales y la desintoxicación

Espero que disfrute este último boletín y comparta este conocimiento con su familia, amigos y clientes.

Dr. Larry Milam, CN, ND, HMD, PhD  
Presidente  
New Spirit Naturals

## Encontrando un equilibrio saludable con el eje intestino-cerebro



### Productos sugeridos para el eje intestino-cerebro:

#### NeuroBalance

*Ingredientes para apoyar un cerebro y un intestino saludables*

#### Gut Renew

*Diseñado para reparar y renovar el intestino*

#### Inner Calm

*Ayuda a aliviar los niveles de estrés y calma las interrupciones entre el eje intestino-cerebro*

¡Para más información, conéctese con nosotros!

New Spirit Naturals  
615 W Allen Ave  
San Dimas Ca 91773  
1 (800) 922-2766  
newspirit.com



newspiritnaturals



new.spirit.naturals.inc



Piense en las veces que sintió náuseas antes de hablar frente a un grupo de personas o cómo, en momentos de estrés, siente “mariposas en el estómago”. El dicho “ve con tu instinto ” o “Ve con tu intestino” adquiere un significado completamente nuevo ya que cada día surgen más investigaciones sobre la conexión vital entre el tracto gastrointestinal y el cerebro. Comúnmente conocido como el eje intestino-cerebro, esta vía en el cuerpo une los sistemas inmunitario y digestivo con el cerebro y el sistema nervioso central.

El tracto gastrointestinal es sensible a las emociones de ira, ansiedad, tristeza, euforia: todos estos sentimientos (y otros) pueden desencadenar en síntomas en el intestino. El cerebro tiene un efecto directo sobre el estómago y los intestinos. Por ejemplo, la sola idea de comer puede liberar los jugos del estómago antes de que llegue la comida. Esta conexión va en ambos sentidos. Un intestino con problemas puede enviar señales al cerebro, del mismo modo que un cerebro con problemas puede enviar señales al intestino. Por lo tanto, el malestar estomacal o intestinal de una persona puede ser la causa o el producto de la ansiedad, el estrés o la depresión. Esto se debe a que el cerebro y el sistema gastrointestinal (GI) están íntimamente conectados.<sup>1</sup>

Con aproximadamente el 80% del sistema inmune ubicado en el intestino, el tracto digestivo requiere un ambiente saludable que resulta en una mejor salud. Cuando el eje intestino-cerebro está en equilibrio, los principales sistemas del cuerpo pueden funcionar según sea necesario y combatir las enfermedades.

Cuando la comunicación se interrumpe entre el eje intestino-cerebro, aumenta el riesgo de enfermedad. Por ejemplo, en el año 2013, estudios concluyeron que el alto consumo de sal conduce a cambios inmunes profundos en el intestino, lo que resulta en una mayor vulnerabilidad del cerebro a la autoinmunidad, cuando el sistema inmunitario ataca a sus propias células y tejidos sanos por error, lo que se piensa es que tal vez el intestino puede comunicarse con el cerebro a través de la señalización inmune. Otro estudio muestra que las señales inmunes enviadas desde el intestino pueden comprometer los vasos sanguíneos del cerebro, lo que lleva a un deterioro de la salud cerebral y al deterioro cognitivo.<sup>2</sup>

Entonces, ¿cómo se puede mantener el eje intestino-cerebro en equilibrio? Al combinar una dieta y un estilo de vida saludables con algunos productos claves para la salud digestiva de New Spirit Naturals, verá y sentirá los efectos positivos de una conexión intestinal y cerebral armoniosa.

<sup>1</sup> Harvard Health Publishing “The gut-brain connection”

<sup>2</sup> Grienstein, Jonathan “A New Connection between the Gut and Brain”





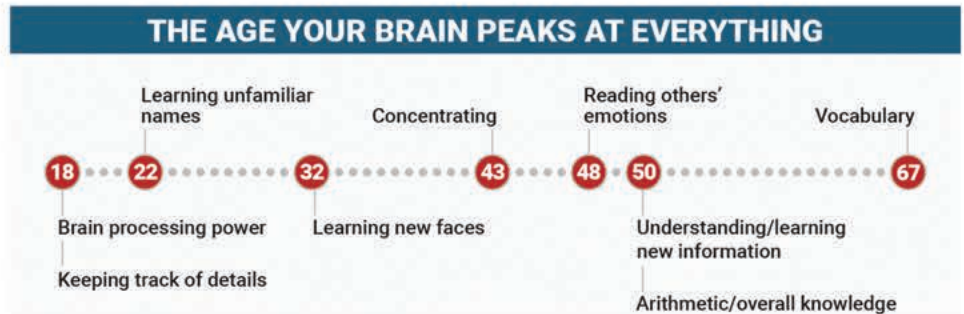


# Reduzca la edad biológica de tu cerebro

Charo Fiorentini, entrenadora de educación de producto

Cuándo y cómo envejece el cerebro es diferente y único en cada persona. Desde los cambios químicos más pequeños en las células cerebrales hasta una disminución notable en la memoria y la capacidad cognitiva, el cerebro está en un estado de cambio constante.

El volumen general del cerebro comienza a reducirse cuando se llega a los 30 o 40 años, y empieza su encogimiento a los 60 años.<sup>1</sup> A los 40 años, el volumen y/o su peso disminuye a una tasa del 5% por década, hasta los 70 años cuando la tasa aumenta.



New Spirit Naturals siempre se ha enfocado en crear productos de antienvjecimiento diseñados a ayudar y a reducir el envejecimiento biológico. NeuroBalance es una fórmula poderosa, avanzada y completa de apoyo cerebral, formulada científicamente para mantener los niveles óptimos de la memoria, concentración y recuperación, al tiempo que ayuda a equilibrar los niveles de energía y estado de ánimo.

<sup>1</sup> Palmer, Brian, "How the Brain Changes with Age" Brainfacts.org



## Beneficios claves

- Mejora el estado de ánimo
- Aumenta la función de memoria
- Aumenta la energía física
- Mejora la alerta mental
- Aumenta la capacidad de concentración
- Mejora la concentración y el recuerdo

## Ingredientes principales

### DMAE Bitartrate (Dimethylaminoethanol)

- Este compuesto "nootrópico" puede mejorar favorablemente el poder cerebral.
- Aumenta la adaptabilidad mental, la concentración y la salud de las células cerebrales.
- Mejora el enfoque, la claridad mental y los patrones de sueño.

### Bacopa Extract

- La investigación del Sistema de Salud de la Universidad de Michigan mostró que los efectos positivos en el cerebro incluyen la reducción de depresión y ansiedad. También mostró que ayuda a mejorar el enfoque, atención, aprendizaje y la memoria.

### N-Acetyl-L-Tyrosine

- La L-tirosina es un aminoácido que influye predominantemente en el metabolismo de la adrenalina y la dopamina del cerebro para reducir el estrés y mejorar el rendimiento mental. (energía mental, mejor capacidad de atención, reducir los síntomas de depresión, mejorar el enfoque y la concentración).

### Phosphatidylserine

- Un tratamiento natural para la enfermedad de Alzheimer, el deterioro cognitivo relacionado con la edad, la depresión, el TDAH y la enfermedad de Parkinson.
- Muestra que ayuda al TDAH para aumentar la concentración mental, promover la memoria y la cognición, mejorar el estado de ánimo y aliviar el estrés mediante una reducción de los niveles de cortisol.

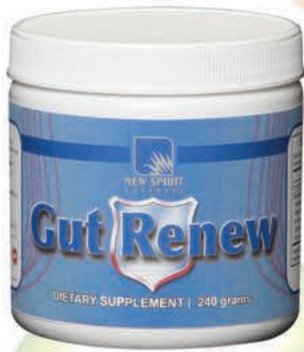
## ¿ SABÍAS ?

New Spirit Naturals ofrece una fórmula concentrada de fosfatidilserina en NeuroExcel para aquellas personas que necesiten ayuda adicional para la memoria.

Contiene un nivel clínico de fosfatidilserina (300mg.) MÁS ácido alfa lipoic (un poderoso antioxidante para el tejido graso del cerebro).



# Protege y preserva el balance digestivo

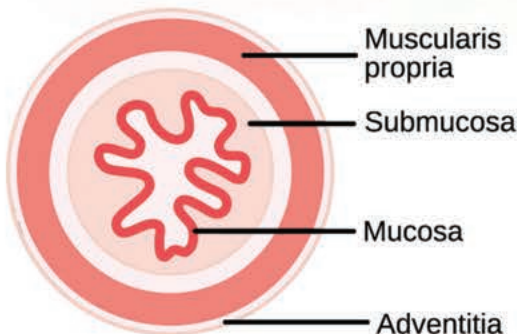


¿Sabías que en un período de vida promedio, 60 toneladas de alimentos pasan a través del tracto gastrointestinal? No debería sorprendernos que cada año a casi 62 millones de estadounidenses se les diagnostica algún tipo de trastorno digestivo que va desde enfermedades transmitidas por los alimentos, episodios frecuentes de malestar estomacal, reflujo ácido, hasta síndrome del intestino irritable (SII), úlceras, síndrome del intestino permeable y enfermedad de Crohn. (Sólo para nombrar unas pocas). Los trastornos digestivos pueden desarrollarse a partir de múltiples factores como el estrés, la fatiga, la mala alimentación, el consumo excesivo de alcohol o fumar.<sup>1</sup>

Gut Renew es una fórmula patentada diseñada para apoyar el balance digestivo del cuerpo. Los ingredientes cuidadosamente elegidos se combinan para ayudar a proteger y a renovar la integridad y la salud del tracto digestivo

## 4 capas del tracto gastrointestinal

El tracto gastrointestinal contiene cuatro capas: la capa más interna es la mucosa, debajo de esta se encuentra la submucosa, seguida de la muscularis propia y, finalmente, la capa más externa: la adventicia. Cada una cumple una función vital que incluye proporcionar soporte vascular, servir como barreras a las toxinas y alérgenos, ayuda a mover los alimentos a través del intestino, secreta enzimas digestivas y absorbe nutrientes digeridos.<sup>2</sup>



La protección de las capas del tracto GI, su revestimiento y sus células hacen que Gut Renew sea su producto. Uno de los ingredientes MÁS POTENTES Y EFECTIVOS en nuestra fórmula es la L-Glutamina.

La L-Glutamina es el aminoácido más abundante en la sangre y juega un papel vital en el mantenimiento de la integridad de la mucosa. La glutamina se denomina tradicionalmente como un aminoácido no esencial, ahora se considera un aminoácido "condicionalmente esencial".<sup>3</sup> Mientras que la L-Glutamina se produce naturalmente en el cuerpo, en momentos de estrés, ejercicio y enfermedad, se requieren cantidades adicionales de L-Glutamina necesarias para mantener el balance digestivo. El agotamiento de la L-Glutamina puede comprometer el sistema inmunitario y provocar la ruptura de las barreras mucosas del tracto digestivo.

## Manteniendo la barrera intestinal fuerte

Cuando cualquier porción de la barrera intestinal se ve comprometida, aumenta el riesgo de enfermedad. El síndrome del intestino permeable, el SII, la diarrea, la inflamación y el estreñimiento son solo algunas de las afecciones que indican un colapso en la barrera intestinal. La glutamina preserva la función de barrera intestinal y evita la permeabilidad de toxinas y patógenos en diversas condiciones de lesión de la mucosa gastrointestinal. La glutamina se considera el nutriente más importante para la curación del "síndrome del Intestino permeable" porque es el combustible preferido para las células del intestino grueso y delgado cuya función principal es absorber los nutrientes<sup>3</sup>

Junto con L-Glutamina, Gut Renew se incluye otros ingredientes beneficiosos para la preservación de la barrera intestinal, la harina de alcachofa de Jerusalén, que:

- Apoya el crecimiento de bifidobacterias, que es la flora intestinal más predominante en el tracto digestivo.
- Proporciona una rica fuente de FOS (fructooligosacáridos), probióticos, prebióticos, productos botánicos naturales y enzimas.
- Previene o reduce los gases, la indigestión y la hinchazón.<sup>4</sup>
- Ayuda a descomponer los alimentos en el sistema digestivo al mantener niveles saludables de ácido clorhídrico de la tiamina (o vitamina B1). La falta de suficiente ácido clorhídrico en el estómago puede causar una digestión insuficiente e inhibir la activación de enzimas que juegan un papel importante en la digestión.

<sup>1</sup> The National Institutes of Health, NIH Publication No. 96-4130

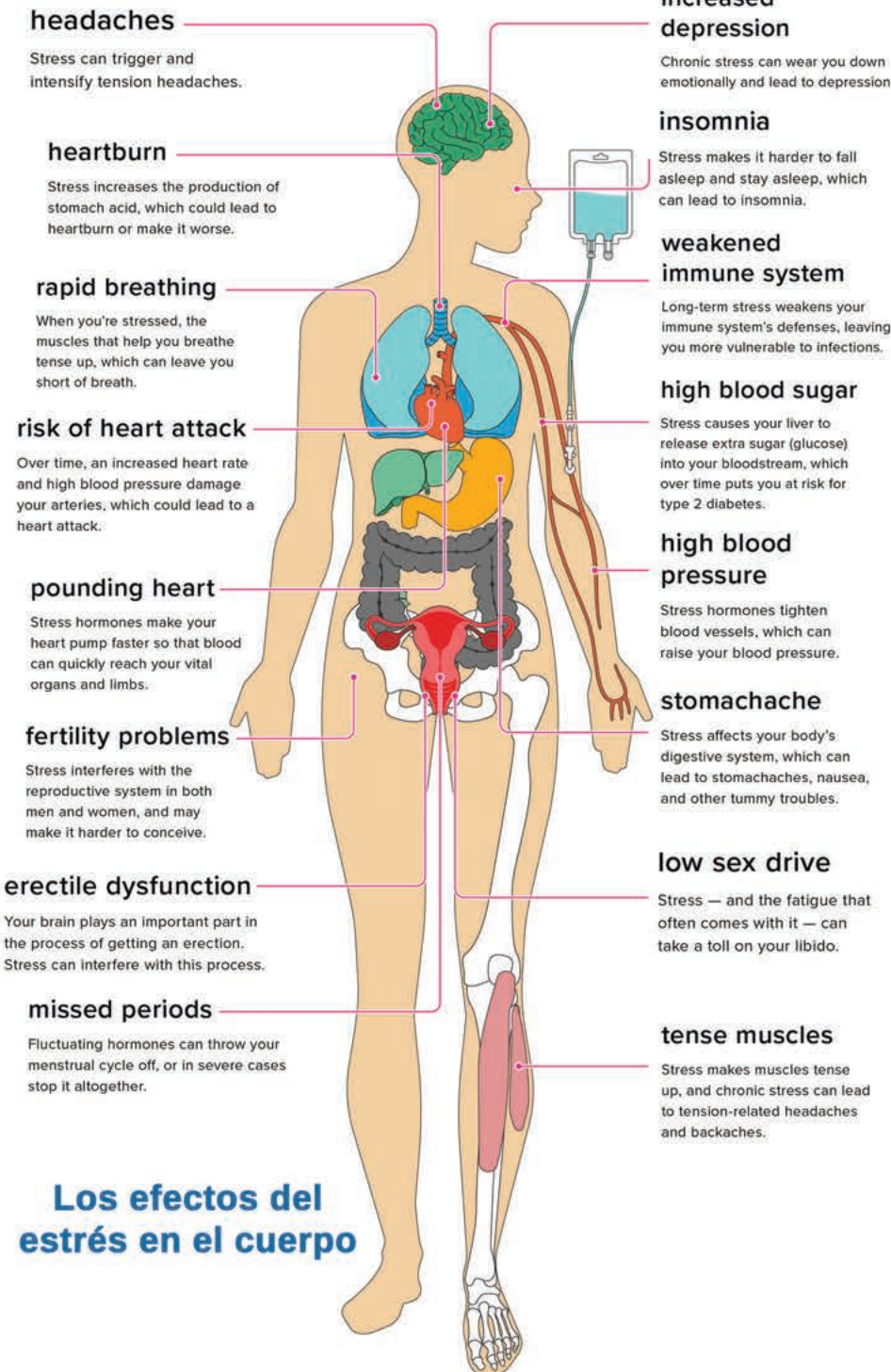
<sup>2</sup> [http://medcell.med.yale.edu/histology/gi\\_tract\\_lab.php](http://medcell.med.yale.edu/histology/gi_tract_lab.php)

<sup>3</sup> Rao, RadhaKrishna, Samak, Geetha. "Role of Glutamine in Protection of Intestinal Epithelial Tight Junctions" J Epithel Biol Pharmacol. 2012 Jan; 5(Suppl 1-M7): 47-54.

<sup>4</sup> (<https://nutrientsolutions.com/7-benefits-of-jerusalem-artichoke-inulin-for-digestion-and-gut-health/>)



Seamos sinceros. ¡El estrés huele mal! No importa si los niveles de estrés aumentan ocasionalmente o si cada minuto del día es estresante, el cuerpo está siendo desafiado de muchas maneras para mantenerse tranquilo y equilibrado. El estrés puede desencadenar numerosas respuestas en el cuerpo, como acelerar el pulso, respirar más rápido, músculos tensos y una mayor demanda de oxígeno. El estrés crónico puede suprimir la vitalidad del cuerpo, comprometer el sistema inmunológico y hacer que el sistema digestivo deje de funcionar. Inner Calm ayuda al eje intestino-cerebro a encontrar el equilibrio con ingredientes diseñados específicamente para ayudar al cuerpo en ocasiones estresantes. Todos estos promueven al bienestar general a través de un mejor sueño, una mejor función cerebral, una digestión adecuada y restablecer al cuerpo a la homeostasis.



## Los efectos del estrés en el cuerpo

## Encuentra tu calma interior



### Ingredientes principales Inositol

- Ayuda a promover la salud del cerebro.
- La función primaria es la estructura e integridad de la membrana celular, especialmente las células de la médula ósea, los ojos y los intestinos.

### Taurine

- Vital para la función adecuada de minerales, potasio, calcio, magnesio y sodio.
- Desintoxica las células hepáticas de varias toxinas.

### Gamma Aminobutyric Acid (GABA)

- Un aminoácido natural que funciona como neurotransmisor en su cerebro.
- Considerado un neurotransmisor inhibitorio porque bloquea o inhibe ciertas señales cerebrales y disminuye la actividad del sistema nervioso.
- Cuando se une a los receptores GABA en el cerebro, produce un efecto calmante que puede ayudar con sentimientos de ansiedad, estrés y miedo.<sup>1</sup>

### L-Theanine

- Es uno de los pocos nutrientes que puede atravesar la barrera hematoencefálica.
- Estimula las ondas cerebrales alfa que causan una relajación profunda y un estado de alerta mental similar a la meditación.
- Ayuda a promover la claridad mental y el enfoque.
- Reduce la tensión nerviosa.

### Beetroot

- Ayuda a bajar la presión arterial.
- Promueve la regularidad y ayuda a prevenir el estreñimiento.
- Una rica fuente de ácido fólico y manganeso, así como tiamina, riboflavina, vitamina B6, betaína, magnesio, fósforo, zinc, cobre y selenio.

<sup>1</sup>What Does Gamma Aminobutyric Acid (GABA) Do? Medically reviewed by Dena Westphalen, PharmD on October 26, 2018 — Written by Healthline's Medical Network