

GUARANA

ALIMENTO COMPLEMENTARIO INFORMACIÓN NUTRICIONAL



Valor Medio Aproximado

	por 100 g	por tableta
Valor Energético	285,0 Kcal	3,800 Kcal
Proteínas (NX 6,25)	7,6 g.	0,101 g.
Carbohidratos	41,8 g.	0,544 g.
Grasas	9,7 g.	0,129 g.
Cafeína Natural*	2,0 g.	0,027 g.

INGREDIENTES:

Semilla de Guarana, endurecedor E516, antiaglomerantes E570, E551, E470(b), aceite vegetal hidrogenado, agente de revestimiento E464.

CARACTERÍSTICAS:

Es un energético físico y mental. Regula problemas cardiovasculares, varices, gastrointestinales, gases, arteriosclerosis, depresiones, jaquecas, migrañas, alergias respiratorias, colesterol y oxigena la sangre, ayuda a bajar la fiebre. Es bueno para la resaca (tomar antes de beber alcohol y al día siguiente duplicar la dosis normal). Y de gran ayuda en periodos de cansancio. Para conseguir un efecto instantáneo, masticar las tabletas.

***Cada tableta contiene 60% de polvo de semilla de Guaraná con aproximadamente, un 4% de cafeína natural.**

PRECIO: 16,39 euros.

DOSIS:	DESAYUNO	ALMUERZO	CENA
PERDIDA	1 CON EL BATIDO	1 -30 min. ANTES DE COMER	Si el cliente tiene problemas de insomnio, se aconseja tomar 1 para dormir (ya que es un regulador de la energía), cada cuerpo actúa de una forma diferente, por lo que es aconsejable, hacer un seguimiento especial, normalmente a la semana de empezar a tomarlo es cuando el cliente empezara a dormir mejor.
AUMENTO	1 DESPUES DEL DESAYUNO	1 DESPUES DE COMER	
MANTENIMIENTO	1 CON EL BATIDO O CON EL DESAYUNO	1 -30 min. ANTES DE COMER	

La dosis se puede aumentar dependiendo del cliente incluso hasta 3-2-0 o mas, ya que cada organismo es distinto, cada uno debe ir observando que dosis es indicada para si mismo. Es un sustitutivo ideal del café. Si la persona es hipertensa se aconseja no tomar o tomar solo uno por la mañana y no mezclarlo con el café.

SAVIA GUARANA MAGICA

Ofrece bienestar al organismo, aligera el sueño y da fuerza y salud al hombre

Venerada desde tiempos remotos por los indios maúes, esta planta tropical de origen divino posee grandes propiedades medicinales capaces de curar un alto número de enfermedades. Su reciente comercialización en España nos ha abierto los ojos ante un nuevo antibiótico natural.

El guaraná ha sido desde épocas ancestrales una planta muy común en las cuencas de los dos grandes ríos de Sudamérica: el Amazonas y el Orinoco. Compañera de otros árboles tropicales, esta liana trepadora, que puede alcanzar hasta los tres metros de altura, se encarama en la copa de los más altos. Su cultivo requiere tierras arenosas profundas, permeables, sin peligro de estancamiento o inundación, aunque no exige suelos especialmente fértiles.

Fruto de una hermosa leyenda. Cuentan las viejas lenguas que en una tribu que habitaba en los márgenes del río Maúes, vivía una pareja muy virtuosa cuyo único hijo era un verdadero ángel que curaba a los enfermos, aplacaba al enemigo y ayudaba a sus vecinos a ser felices.

Un día, Yarupary, espíritu del mal, sintió envidia y, aprovechando un momento en que el joven estaba solo, se transformó en cobra y le mató. Los padres lloraron mucho la pérdida de su hijo e invocaron a Tupá el dios de los indios, para que devolviese la vida a su único descendiente. Tupá atendió la plegaria y, en forma de rayo, les pidió que plantasen los ojos del niño. De ellos brotaría una planta sagrada que daría alimento y curaría males y dolencias. Regaron la tierra y nació una planta vigorosa a la que llamaron Guaraná, consagrada por Tupá. Sería ésta la que prolongaría la vida de la tribu y le daría fuerza y salud.

Una historia legendaria. Cultivada ya desde épocas muy anteriores a la conquista de América, el guaraná aparecía en las notas del padre Carvajal y en diferentes documentos sobre el descubrimiento y conquista de América de los siglos XV y XVI. Más tarde, naturalistas e historiadores de los siglos XVIII y XIX añaden nuevos conocimientos sobre la planta.

Hace más de un siglo, los indios maúes tenían el monopolio de la producción y comercio de guaraná en el área de río Negro, Tapajo y el bajo Amazonas. Muy al norte de allí los nativos de la zona venezolana preparaban con el fruto rallado y disuelto en agua una bebida amarga a la que atribuían la virtud de reparar las fuerzas después de grandes vigilias y fatigas.

Pero ha sido a finales del siglo pasado cuando el guaraná se convierte en una bebida popular que contribuye al mantenimiento de amplias zonas del Amazonas y Orinoco. Hoy en día, su uso se extiende a casi toda Sudamérica y va entrando paulatinamente en Europa.

Alimento de vida. El guaraná es utilizado actualmente en Brasil como un alimento de uso diario y un remedio contra gran cantidad de dolencias, aunque su función principal es la de prevenirlas. Los indios utilizan esta planta como estimulante «generador de vida» y reserva alimenticia. Para conservarlo elaboran unos panes de guaraná con harina de mandioca; mezclan el polvo con la harina, lo humedecen para hacer la masa, le dan forma y lo cuecen hasta conseguir la consistencia deseada, de aspecto terroso. A la hora de consumirlo rascan estos panes con un hueso del pirarucú, un pez amazónico en vías de extinción.

Se alimentan de guaraná cuando salen de caza, ya que les ayuda a no sentir sueño ni cansancio y resistir todo el día sin tomar otro alimento. También lo utilizan como reserva en época de lluvias, cuando la región se inunda y desaparece la caza. Con el guaraná suplen el aporte nutritivo necesario.

Precioso medicamento natural. Estudiado por prestigiosos científicos mundiales, el guaraná es ya considerado como uno de los mejores medicamentos ofrecidos por la naturaleza, un alimento de vida. Proporciona bienestar y, al mismo tiempo, beneficia al organismo. Siguiendo investigaciones probadas se puede afirmar que esta planta:

- a) Ejerce su acción sobre el tejido muscular, lo que provoca que cese la fatiga. Además repercute sobre el sistema nervioso central facilitando la actividad intelectual.
- b) Es un eficaz regulador gastrointestinal. Como desinfectante intestinal es también adecuado, tanto en el caso de perturbaciones a causa de fermentaciones, como por intoxicaciones alimentarias y disenterías.
- c) Es un tónico y estimulante general, idóneo para los estados depresivos, bajón anímico, fatiga, etcétera.
- d) Auxilia en la dilatación y conservación de los vasos sanguíneos, facilita la circulación y contribuye a luchar eficazmente contra la arteriosclerosis.
- e) Protector hepático y excitante cardiovascular.
- f) Reconstituyente ideal en los estados de convalecencia y recuperación de enfermedades graves y procesos postoperatorios.
- g) Como resultado de sus propiedades estimulantes, es un suave afrodisíaco.

Resumiendo, se puede decir que el guaraná despierta el bienestar del organismo, aligera el sueño y da fuerza y salud al hombre. Está especialmente indicado para quien desee prolongar satisfactoriamente su vida.

Usos y aplicaciones. Esta planta tropical de tan mágicas propiedades medicinales puede ser aprovechada casi en su totalidad como *antibiótico*. Sus hojas, en infusión, sirven para tonificar y recuperarse en las convalecencias. Pero además, cocidas, sirven de emplaste. Se colocan sobre heridas y cortes y tienen un efecto desinfectante y cicatrizante, aun con infección. El cocimiento de la corteza tiene la misma aplicación.

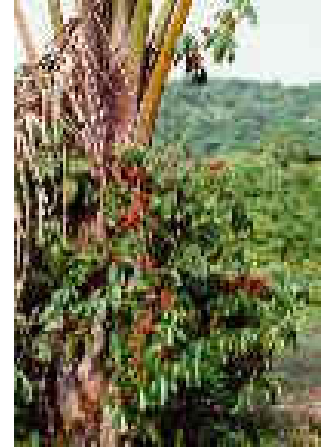
Los frutos deben ser secados al sol, sin tostar, y molidos. Una cucharadita disuelta en agua, leche o zumo de frutas dos veces al día, antes de las comidas, beneficiará al organismo y te protegerá de posibles enfermedades. Ahora se comercializan también las cápsulas de Guaraná. De dos a tres grageas diarias serán suficientes para asumir las maravillosas propiedades de la planta.

Humedad	9,6%
Proteínas	12,18%
Grasas	2,80%
Hidratos de carbono	73,63%
Cenizas	1,79%
Calorías	350 Kcal por 100 g
Fibra bruta	11%

EL GUARANÁ.

Historia

Cuenta la leyenda que en una tribu de la región amazónica (Los Maués) de la cultura Guaraná, había una pareja muy virtuosa, muy noble y de gran corazón. Por años habían intentado tener hijos pero no lo habían logrado. Imploraron a su dios Tupá y este les premió dándoles un único hijo que resultó ser un verdadero ángel que curaba enfermos, aplacaba al enemigo y ayudaba a toda la tribu a ser feliz.



Un día, Yarupary, espíritu del mal, dios de la oscuridad, sintió envidia y aprovechándose de un momento en que el pequeño protector de los indios estaba solo, se transformó en cobra y lo mató. Los padres lloraron mucho la pérdida del hijo, entonces imploraron nuevamente a Tupá, para que volviera a la vida la criatura. Tupá atendió la plegaria, les indicó que tomaran los ojos del niño y los plantasen en su tierra, que de ellos brotaría una planta sagrada que daría alimento y curaría males y dolencias.

Y así fue hecho, plantaron y regaron la tierra de donde nació una planta vigorosa llamada GUARANÁ, consagrada por Tupá, pues sería lo que prolongaría la vida de toda la tribu y de quién tomase sus granos, que al madurar en los racimos tienen forma y color que recuerdan a pequeños ojos abiertos

En 1905, el Doctor Luís Pereira Barreto terminó sus estudios, informando que el Guaraná impide la arteriosclerosis, y que favorece el buen funcionamiento del organismo, podría considerarse en el elixir de la vida larga.

Su nombre técnico es **Paullina Cupana** pertenece al género Paulinias y a la familia botánica de las Sapindáceas. Sus hojas son compuestas, pennadas, de cinco folíolos con forma de lanzas ovales, alternas. Sus flores son pequeñas, albas y axilares. Sus pequeños frutos son avellanados, de corazón rojo oscuro, encapsulados en vainas longoestipitadas que forman racimos. Se trata de una liana arbustiva del matorral amazónico, silvestre en las cuencas de los ríos Amazonas y Orinoco. Crece al abrigo de otros árboles, llegando a alcanzar los tres metros de altura.



Virtudes y Propiedades.

"El guaraná es la fuente de juventud natural más potente que se conoce"
(Doctora Asland, Congreso Internacional de Geriatria, Rió de Janeiro, 1982).

Activa el sistema nervioso central.

Favorece el sistema cardiovascular, produce dilatación de los vasos sanguíneos, activa la circulación de las coronarias con el consiguiente aumento del flujo sanguíneo.

Acción diurética

Tratamiento para asma, angina de pecho y trombosis coronaria.

Efectiva para los dolores de cabeza y migrañas.

Útil en el tratamiento del envenenamiento por sedantes que actúan sobre el sistema nervioso central.

Aumenta la actividad física y mental.

Atenúa el cansancio y combate la depresión.

Regulador gastrointestinal, tiene efectos desinfectantes vermífugos y antiparasitarios a nivel intestinal, efectivo como antidiarreático y regulador del tracto, eliminando las fermentaciones y flatulencias.

Facilita el drenaje hepático-vesicular disminuyendo así la tasa de colesterol.

Combate la fatiga, el Jet-lag, el estrés, la depresión.



De gran ayuda en situaciones de decaimiento, favoreciendo la actividad laboral.

Mejora los dolores menstruales.

Alivia las resacas.

Tiene un ligero efecto afrodisíaco.

En el deporte, mejora el rendimiento, disminuye la fatiga y predispone al esfuerzo continuado.

En la amazonía existe la costumbre de mascar guaraná para evitar la sed, el hambre y el cansancio físico y mental.

RECOMENDACIONES

- Depresiones
- Stress
- Astenia cerebral
- Anorexia
- Sobrecarga mental
- Fatiga en general
- Preventivo de arteriosclerosis y otras afecciones de circulación sanguínea.
- Área digestiva:
 - Diarreas
 - Fermentaciones (gases)
 - Intoxicaciones e infecciones alimentarias por amebas.
 - Estreñimiento
- Antitérmico en :
 - Fiebres tifoideas y palúdicas
 - Disentería
- Estados carenciales, y convalecencias y ayunos prolongados
- Jaquecas, migrañas , neuralgias, asma y impotencia

