



Lady  
**ZEN**

Maca Super Boost

30 capsules  
2500 mg

Macacom.fi

## ZEN SUPER BOOST 2500 –

Maca Finland Oy:n kehittämä ZEN BOOST 2500 on yksi tehokkaimmista markkinoilla olevista Maca-juuri lisäravinnevalmisteista. Tuote on valmistettu EU:ssa 100% luonnontuotteesta. Ei sisällä lisäaineita. Gluteeniton. Vegaanille.

ZEN Boost 2500mg on jauhettu kylmäkuivatusta uutteesta, jolloin se säilyttää kaikki ravintoarvot, kuidut, mineraalit, vitamiinit ja hivenaineet tehokkaimmin ja parhaimmin.

ZEN Men : aikuisille miehille



Lady ZEN : aikuisille naisille



ZEN BOOST 2500 tuotesarja on kehitetty Suomessa. Kehityksen taustalla ovat vahvat asiakaslähtöiset kokemukset.

Kiire ! Stressi ! Ärtäyneisyys ! Arki ! Työ ! Jaksaminen ! Haluttomuus !

Oletko sinä kokenut edellämainittuja arjen haasteita ? Kyllä. Useat meistä. Löysimme aidon, Perulaisen MACA-juuren erinomaiset hyödyt useiden eri asiakaskokemusten kautta.

Maca on 100% luonnontuote, ilman lisättyjä ainesosia. Macassa yhdistyvät erinomaiset hyödyt, jotka voivat vaikuttaa omaan yksilölliseen tekemiseen erittäin positiivisesti.

ZEN BOOST 2500 yhdistettynä aktiiviseen liikkumiseen ja terveelliseen ruokavalioon, voi tehostaa omaa olotilaasi merkittävästi useissa asioissa.

Elämänlaatu koostuu useista asioista ja tehokas lisäboosti vain vahvistaa kokemusta. Suositeltu käyttöaika on 8-12 viikkoa kerrallaan, jonka aikana hyödyt tasapainottuvat normaaliin päivärytmiin.

Käytä päivittäin annettujen ohjeiden mukaisesti. Soveltuu vegaanisen ruokavalioon.

Tervetuloa käyttämään ZEN BOOST 2500 tuotetta. Vahva suositus.

[www.macacom.fi](http://www.macacom.fi)  
[info@macacom.fi](mailto:info@macacom.fi)

Maca Finland Oy  
+358 41 7123 705

JOS SINULLA on lääkitys, olet raskaana, imetät, sinulla on todettu syöpä tai sinulla on todettu eturauhasen liikakasvu tai kilpirauhasen toiminnassa on havaittu muutoksia ÄLÄ KÄYTÄ ilman lääkärin suostusta tai lupaa.



ZEN  
**Men**

Maca Super Boost

30 capsules  
2500 mg

Macacom.fi

## **Yleisesti Maca-juuren on todettu tasapainottavan normaalia kehon hormoonitoimintaa. Alla on kuvaus yleisesti Macasta ja sen mahdollisista vaikutuksista säännöllisesti käytettynä.**

Macan suosio on räjähtänyt kasvuun viime vuosina. Se on Perusta kotoisin oleva kasvi ja sitä on yleisesti saatavana jauhemuodossa. Maca-juuria on perinteisesti tuhansia vuosia käytetty hedelmällisyyden ja sukupuolisuuden lisäämiseen. Sen väitetään myös lisäävän energiaa ja kestävyyttä.

**Mikä on Maca?** Maca on juuri, joka tieteellisesti tunnetaan nimellä **Lepidium meyenii**, kutsutaan joskus Perun ginsengiksi. Se kasvaa pääasiassa Perun Keski-Andeilla ankarissa olosuhteissa ja erittäin korkeissa korkeuksissa - yli 4000 metriä. Alueelle on ominaista kuivat ja kiviset maaperät, joilla on korkea auringonvalon voimakkuus, voimakkaat tuulet ja alle nollan asteen lämpötilat.

Sadonkorjuun jälkeinen kuivaus suoritetaan käsityönä tuotantopaikoilla ennen muun tyyppistä prosessointia (suulakepuristaminen, jauhaminen, uuttaminen - sumuttaminen jne.). Ympäristökuivaus suoritetaan noin 60–90 päivän ajan äärimmäisissä lämpötiloissa, jotka vaihtelevat välillä –10–15 ° C.

Maca on ristisipullinen vihannes, ja sen vuoksi sukulainen parsakaali, kukkakaali, kaali ja lehtikaali. Sillä on pitkä historia kulinaarisessa ja lääketieteellisessä käytössä Perussa. Kasvin tärkein syötävä osa on juuri, joka kasvaa maan alla. Sitä on useissa väreissä, valkoisesta mustaan. Maca-juuri käytetään yleisesti pääasiassa jauheena. Ja siinä muodossa Maca on erittäin tuttu ja suosittu Super Food. Lisäksi parhaimmat ja helpokäyttöisimmät Maca-juuret nautitaan kapselina.

**Kapseli : ZEN Boost 2500mg on jauhe**, joka on pakattu erittäin käyttökelpoiseen ja helposti nautivaan kapseliin. Halutessasi voit avata kapselin ja nauttia sen jauheena. Tämä asiakkaan keskuudessa erittäin vahvan suosion saanut kapseli takaa sen että se on helppo kuljettaa mukana. Siisti ja hygieeninen käyttää ja annoskoko on aina täsmälleen oikea. 1 kapseli on 2500mg.

**Kapselin kuori Hydroksiopropyylimetyyliselluloosa** : käytetään lisäravinteissa liivatekapselin sijasta. Kasviselluloosa.

**Maku : ZEN Boost 2500mg Jauheena** maku on maanläheiseksi, hieman kuten hapankorppu, hieman makea jälkimaku. Maistuva ja miellyttävä. **Kapselissa** : mauton, helposti nieltävä. Kapselin koko erinomainen.

**Maca-juuren hyödyt yleisesti : Lähde englanniksi :** <https://www.healthline.com/nutrition/benefits-of-maca-root>

**1. Se on erittäin ravitsevaa :** Maca-juurijauhe on erittäin ravitsevaa, ja se on erinomainen lähde useille tärkeille vitamiineille ja mineraaleille. Yksi unssi (28 grammaa) maca-juurijauhetta sisältää:

Kalorit: 91cal	Hiilihydraatit: 20 grammaa	Proteiini: 4 grammaa	Kuitua: 2 grammaa
Rasva: 1 gramma	C-vitamiinia: 133% RDI: stä	Kupari: 85%	Rautaa:23 % TKI: stä
Kalium: 16% RDI:stä	B6-vitamiinista: 15% RDI: stä	Mangaani: 10% TKI: stä	

**Huomio** : Ylläolevat tiedot ovat yleisesti Maca-jauheesta, eivätkä vastaa puristetun lisäravinnepölyn / tabletin sisältöä yksilöllisesti.

HUOMIO: ZEN Super Boost 2500mg. Katso pakkauksen etiketti ja parasta ennen päiväys.

Maca-juuri on hyvä hiilihydraattien lähde, vähärasvainen ja sisältää kohtuullisen määrän kuitua. Se sisältää myös joitain välttämättömiä vitamiineja ja mineraaleja ja runsaasti C-vitamiinia, kuparia ja rautaa. Lisäksi se sisältää erilaisia kasviyhdisteitä, mukaan lukien glukosinolaatit ja polyfenolit.

**2. Se voi lisätä urheilun suorituskykyä ja energiaa.** Maca-juurijauhe on suosittu lisäravintoaine kehonrakentajien ja urheilijoiden keskuudessa. Sen on väitetty auttavan saamaan lihaksia, lisäämään voimaa, lisäämään energiaa ja parantamaan harjoituksen suorituskykyä. Maca voi lisätä myös kestävyyttä.

**3. Se voi piristää oppimista ja muistia** Maca voi piristää aivojen toimintaa. Alkuperäiskansat ovat perinteisesti käyttäneet Macaa lasten suorituskyvyn parantamiseen koulussa oppimisen ja muistin vahvistamiseksi.

**4. Maca voi kohottaa mielialaa** Maca sisältää flavonoideiksi kutsuttuja kasviyhdisteitä, joiden on väitetty olevan ainakin osittain vastuussa mielialaan liittyvistä psykologisista eduista.

**5. Se voi lisätä miesten ja naisten libidoa** Alentunut seksuaalinen halu on yleinen ongelma aikuisten keskuudessa. Näin ollen kiinnostus yrteihin ja kasveihin, jotka lisäävät luonnollisesti libidoa, on suuri. Maca on markkinoitu voimakkaasti seksuaalisen halun parantamisessa.

**6. Se voi lisätä miesten hedelmällisyyttä** Miesten hedelmällisyydessä **sperman laatu ja määrä ovat erittäin tärkeitä**. Maca voi myös parantaa siemennesteen laatua sekä hedelmättömissä että terveissä miehissä useiden kuukausien, yhtäjaksoisen käytön jälkeen.

**7. Se voi auttaa lievittämään naisilla vaihdevuosisia** Vaihdevuodet määritellään ajanjaksona naisen elämässä, jolloin hänen kuukautiset pysähtyvät pysyvästi. Tänä aikana tapahtuva luonnollinen estrogeenin lasku voi aiheuttaa erilaisia epämiellyttäviä oireita. Näitä ovat kuumia aaltoja, emättimen kuivuus, mielialan vaihtelut, unihäiriöt ja ärtyneisyys. Maca voi lievittää myös normaaleja kuukautiskipuja. Lisäksi Maca voi auttaa suojaamaan luun terveyttä. Naisilla on suurempi osteoporoosiriski vaihdevuosien jälkeen.

**8. Se voi vähentää eturauhasen kokoa** Eturauhasen rauhanen löytyy vain miehiltä. Eturauhanen laajentuminen, joka tunnetaan myös nimellä hyvänlaatuinen eturauhasen liikakasvu (BPH), on yleinen ikääntyvillä miehillä. Suurempi eturauhasen voi aiheuttaa erilaisia ongelmia virtsan kulkeutumisessa, koska se ympäröi putkea, jonka läpi virtsa poistuu kehosta.

**Kuinka käyttää Macaa** Maca lisäraavinne tablettina on helppo ja siisti säilyttää ja kuljettaa mukana kuten matkoilla ja töissä. Maca on helppo sisällyttää ruokavalioon. Sitä voidaan pitää lisäyksenä tai lisätä smoothieihin, kaurajauhoihin, leivonnaisiin, energiapatukoihin ja muihin helposti nautittaviin valmisteisiin. Maca-juuri kapselina on helppo sisällyttää ruokavalioon.

**Turvallisuus ja sivuvaikutukset** Macaa pidetään yleensä turvallisena. Perun alkuperäiskansojen mielestä **tuoreen maca-juuren** kulutuksella voi kuitenkin olla haitallisia terveysvaikutuksia, ja suosittelevat sen keittämistä ensin. Lisäksi, JOS sinulla on **kilpirauhasen ongelmia, kannattaa ehkä olla varovainen maca-hoidon kanssa**. Tämä johtuu siitä, että se sisältää goitrogeenejä, aineita, jotka saattavat häiritä kilpirauhanen normaalia toimintaa. Nämä yhdisteet vaikuttavat todennäköisemmin sinuun, jos sinulla on jo heikentynyt kilpirauhasen toiminta.

**Raskaana olevien tai imettävien naisten on neuvoteltava lääkärinsä kanssa ennen makan ottamista.**

Käytä ZENmen Boost 2500 tuotetta säännöllisesti 6-12 viikkoa jolloin sen luonnolliset vaikutukset normaalisti alkavat vaikuttaa.

Hakusanoja : Perun ginseng tai maca (*Lepidium meyenii*)

Lähde englanniksi : <https://www.healthline.com/nutrition/benefits-of-maca-root>

Teksti on käännetty suomeksi edellämämainitusta lähteestä. Sisältöä on suomenkielille yksikertaistettu, joitain sanoja on lisätty lauseen ymmärtämisen selkeyttämiseksi.

**JOS SINULLA on lääkitys, olet raskaana, imetät, sinulla on todettu syöpä tai sinulla on todettu eturauhasen liikakasvu tai kilpirauhasen toiminnassa on havaittu muutoksia ÄLÄ KÄYTÄ ilman lääkärin suostusta tai lupaa.**

**Valmistettu EU:ssa. Katso tuotteen etiketti.**

Lisätietoa TUORE-Macasta

**TUORE MACA YLEISESTI** : Tuoremacaa ei ole saatavilla eikä myynnissä. Tuoremacan ravintosisältö on erinomainen ja todella mielenkiintoinen kokonaisuus täydellistä Super Foodia. Tuore maca sisältää 80% vettä. KUIVATTU, dehydratoitu, maca sisältää 8,87% –11,6% proteiinia, 1,09% –2,2% lipidiä, 54,6% –60,0% hiilihydraatteja (23,4% sakkaroosia, 1,55% glukoosia, 4,56% oligosakkarideja ja 30,4% polysakkarideja), 8,23 % –9,08% kuitua, 4,9% –5,0% tuhkaa ja energiasisältö 663 kJ / 100 g (*Dini, Migliuolo, Rastrelli, Saturnino ja Schettino, 1994; Valentová et al., 2006; Yu & Jin, 2004*) . Se sisältää hyvän aminohappoprofiilin verrattuna FAO – WHO-standardiin. Se sisältää 18 aminohappoa ja 7 ovat välttämättömiä (tryptofaania ei ole läsnä). Makassa on hyvä tyydyttyneiden / tyydyttymättömien rasvahappojen suhde (0,76). Fytosterolifraktio koostuu 45,5% p-sitosterolista, 27,3% kampesterolista, 13,6% ergosterolista, 9,1% brasikasterolista ja 4,5% A7,22 ergostadienolista. Hyvän mineraalipitoisuuden, kuten Fe (Rauta), Mn (Mangaani), Cu (Kupari), Zn (Sinkki), Na (Natrium), K (Kalium) ja Ca (Kalsium), arvot ovat vastaavasti 16,6, 0,8, 5,9, 3,8, 18,7, 2050 ja 150 mg / 100 g *DW (Dini et ai., 1994)*.

Selvitykset ainesosista, lähteet:

Maca : <https://fi.wikipedia.org/wiki/Andienkrassi>

Proteiini : <https://fi.wikipedia.org/wiki/Proteiini>

Lipidit : <https://fi.wikipedia.org/wiki/Lipidi>

Hiilihydraatti : <https://fi.wikipedia.org/wiki/Hiilihydraatti>

Polyfenoli : <http://www.terveystaito.fi/ravinnon-polyfenolit-diabeteksen-ennaltaehkaisyssa-ja-hoidossa/>

Glukosinolaatit : <https://fi.wikipedia.org/wiki/Glukosinolaatit>