



Alpinamed

## IQ-Memory Capsule

### Informazioni sul prodotto

Integratore alimentare

#### ✔ **Mente in forma!**

Per la normale funzionalità cerebrale<sup>②</sup>

### Ingredienti

- ✔ Fosfatidilserina
- ✔ DHA
- ✔ Lecitina e EPA

- ✔ Senza glutine
- ✔ Senza lattosio
- ✔ Senza conservanti

# Alpinamed® IQ-Memory

Con fosfatidilserina vegetale, lecitina e DHA per la funzione cerebrale.



✔ **Qualità controllata**

*Grazie per aver scelto di acquistare IQ-Memory Alpinamed.*

#### **Mente in forma – anche in età avanzata**

Il calo delle prestazioni intellettuali è un normale processo legato al passare degli anni. La capacità di svolgere normali compiti mnemonici e cognitivi in un adulto sano può ridursi, nel corso della vita, anche del 50%. Mantenere intatto il potenziale delle proprie capacità intellettuali e, di conseguenza, una buona qualità della vita, per molte persone attive ha ricadute positive sull'umore, sul benessere e sul comportamento.

#### **Integrare ciò che manca**

IQ-Memory è un esclusivo integratore alimentare di elevata qualità, con i preziosi ingredienti fosfatidilserina, lecitina, DHA ed EPA. Il DHA contribuisce a mantenere la normale funzionalità cerebrale. Il suo positivo effetto s'instaura con l'assunzione giornaliera di 250 mg di DHA. La fosfatidilserina è un fosfolipide naturale presente nel cervello e nel sistema nervoso centrale, ma anche nel resto dell'organismo. La fosfatidilserina viene assunta con l'alimentazione ed è sintetizzata anche dall'organismo. Il DHA, un acido grasso della categoria degli Omega-3, partecipando alla composizione dei fosfolipidi, è parte integrante delle membrane cellulari, in particolare delle cellule nervose.

#### **Il DHA contribuisce al mantenimento della normale funzionalità cerebrale.**

#### **Dosaggio**

1 – 2 capsule al giorno, assunte assieme o distribuite nell'arco della giornata.

#### **Ingredienti**

**Olio di pesce concentrato Omega 3**, gelatina, **olio di soia, fosfatidilserina vegetale, lecitina di soia**, trigliceridi a catena media; umettanti: glicerina, sorbitolo, acqua; coloranti del guscio della capsula: ossido di ferro; antiossidanti: ascorbil palmitato, vitamina E naturale, estratto di rosmarino. La fosfatidilserina vegetale è ottenuta da lecitina di soia non geneticamente manipolata.

#### **Avvertenza per le persone allergiche**

Non assumere il prodotto in caso di allergia al pesce o ai prodotti della soia. Le capsule di IQ-Memory sono prive di glutine, di lattosio e di conservanti.

#### **Restate attivi: fisicamente, mentalmente, socialmente**

Una certa smemoratezza nell'anziano si considera normale. Tuttavia non è detto che con l'età avanzata debba per forza esserci un calo delle capacità mentali e della memoria. È importante che il nostro sistema cognitivo venga regolarmente stimolato, in modo da creare nuove connessioni tra le cellule nervose. Stimolate e migliorate il vostro cervello imparando sempre qualcosa di nuovo! Per esempio studiando una lingua straniera o uno strumento musicale, o viaggiando e facendo così nuove esperienze. Risolvere cruciverba è un altro metodo fra i più popolari per allenare le cellule grigie. Il Sudoku è ancora più efficace: i quesiti numerici allenano infatti anche altre capacità, come per esempio la capacità di combinazione logica.

Per restare mentalmente in forma, occorre cercare stimoli di vario genere che impegnino diverse aree del cervello. Qualunque attività scegliate per mantenere efficiente la memoria, fate in modo che sia piacevole. Associarsi ad un club di scacchi, visitare musei, andare ai concerti o a teatro, risolvere compiti di allenamento della memoria o giocare a carte con i nipoti, scegliete voi l'attività che preferite. L'importante è che offriate al vostro cervello gli stimoli di cui ha bisogno. Anche la pratica sportiva ha effetti positivi sul cervello. Particolarmente efficaci sono gli sport di resistenza. Ma niente stimola il cervello quanto il contatto e le relazioni vivaci con altre persone. Non isolatevi, incontrate amici e conoscenti, o fate nuove amicizie, p. es. diventando membri di un'associazione. Vi manterrà mentalmente giovani.

Fabbricato in Svizzera.  
Produzione e distribuzione:  
**Alpinamed AG, CH-9306 Freidorf**