



Maca Negra Ecológica Superfood

Nombre Científico:	<i>Lepidium meyenii</i> , o también <i>Lepidium peruvianum</i>
Descripción física del producto	Polvo fino procedente de raíz de maca negra
Características físico-químicas	Color: Beige, beige claro. Olor: neutro Sabor: neutro, algo dulce.

La harina de **Maca Negra ecológica de Energy Feelings** es un alimento de máxima pureza obtenido directamente de la molienda de la variedad de maca negra.

En el proceso de cosecha de la maca se puede distinguir entre tres variedades: la roja, la negra y la amarilla. Si bien las tres provienen de las mismas raíces y semillas, cada una de ellas ofrece diferentes variantes nutricionales con potenciales beneficios para la salud.

Las raíces de **maca negra** representan el color menos abundante de todas las variedades. Abarcan solo el 15% de la cosecha anual. Curiosamente se ha observado que el mismo lote de semillas de maca produce año tras año, aproximadamente los mismos porcentajes de raíces rojas, amarillas y negras.

En Perú, después de cosechar las raíces, se clasifican por color y tamaño y se colocan para secarlas al sol o bien en grandes deshidratadores. Una vez que están completamente secas, están listos para su transporte a una planta de procesamiento donde se limpian y se muelen para obtener el polvo de raíz de maca, que es la forma más común de maca consumida en la actualidad.

El color negro de estas raíces se encuentra principalmente en la piel. Debajo de esa capa de piel, todas las raíces de maca son de color blanquecino, similar a los rábanos comunes. Es por ello que el polvo de la raíz, resultará en un color beige o marrón claro con muy ligeras variaciones de tonalidades, ya que el mayor volumen de la raíz está dado por su bulbo interno.

La **maca negra** ha sido muy estudiada, existen varias decenas de estudios científicos valorando sus propiedades. Entre ellas podemos destacar:

- **Producción de esperma:** se han realizado numerosos estudios independientes significativos sobre cómo las raíces de **maca de color negro** afectan tanto la producción como la motilidad del esperma. Uno de los más importantes de los mismos, encontró que la maca negra era la variedad que brindaba un soporte más efectivo a la producción de esperma entre las ratas

Esta es una ficha técnica de orientación profesional y no está destinada a público.

analizadas. También se encontró que *"la maca negra afecta positivamente el recuento de espermatozoides tan pronto como 1 día después de comenzar el tratamiento"*. Otro estudio con ratones descubrió que la motilidad de los espermatozoides y la disfunción sexual se vieron afectadas positivamente al suministrar la raíz de maca negra.

- **Elevados niveles de antioxidantes:** su perfil de lípidos y polisacáridos de mostraron una mayor acción antioxidante que las variedades roja y amarilla
- **Aprendizaje, memoria y concentración:** estudios de laboratorio en animales, han demostrado que la maca negra es capaz de mejorar las habilidades de memoria y concentración, especialmente en sujetos con deterioro de la memoria.
- **Mejora del estado de ánimo:** un equipo peruano observó que, si bien todas las variedades de maca contribuían favorablemente a reducir la depresión, la **maca negra** también mejoró las habilidades de aprendizaje y concentración de los ratones de laboratorio, mejorando el estado de ánimo y la "calidad de vida" en general.
- **Regulación de niveles de glucosa en sangre:** aparentemente la maca negra favorece la gluconeogénesis (producción de glucosa) por parte del cuerpo, ayudando a regular sus niveles sanguíneos y posiblemente apoyando un metabolismo saludable.
- **Salud ósea:** un equipo de investigadores informó que se descubrió que tanto la maca roja como la negra eran capaces de mejorar y proteger la estructura ósea, especialmente en ratones a los que se les habían extraído los ovarios.

Muchas personas que practican deporte con regularidad afirman que desde que consumen **maca negra** han notado mejoras en sus **niveles de resistencia muscular y un mayor desarrollo de masa muscular**.

También se ha tomado la maca en todas sus variedades para ayudar a mejorar la **salud hormonal** de las personas.

Aún no disponemos de estudios para valorar el alcance de estos efectos en humanos.

A todas las propiedades específicas que a día de hoy se han descubierto para la **maca negra** hemos de añadir aquello que los estudios científicos han descubierto como propiedades globales de la maca en cualquiera de sus variedades. Entre las evidencias más actuales sabemos que la **maca:**

- Es un alimento altamente nutritivo, rico en carbohidratos y en micronutrientes, como vitamina C, cobre y hierro.
- Es rica en numerosos compuestos vegetales bioactivos.
- Aumenta la libido y el deseo sexual en hombres y mujeres.
- Puede aumentar la producción y mejorar la calidad del esperma, incrementando así la fertilidad en los hombres.
- Puede ayudar a aliviar los síntomas de la menopausia, incluidos los sofocos y el sueño interrumpido por la noche.
- Puede mejorar el estado de ánimo al reducir la depresión y la ansiedad, especialmente en mujeres menopáusicas.
- Puede mejorar el rendimiento en la actividad física, especialmente en los ejercicios de resistencia.
- Cuando se aplica a la piel, el extracto de maca puede ayudar a protegerla de los rayos UV del sol.

Esta es una ficha técnica de orientación profesional y no está destinada a público.

Referencias:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27548190>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26633045>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27681648>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30790614>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30598864>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29681858>
<https://nutritiondata.self.com/facts/custom/2193874/0>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12472620>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16315492>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26421049/>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11753476/>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21840656>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16466876>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18784609>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24931003>
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1756464612000436>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19781622>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21781063>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18201354>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27618035>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20090350>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27648102>

Principales Ventajas:

- Alta biodisponibilidad
- De sabor suave, ligeramente dulce
- Rica en compuestos naturales antioxidantes
- Su consumo puede aumentar la libido y el apetito sexual
- De especial interés en la fertilidad masculina
- Su consumo puede mejorar la producción de esperma
- Mejora la libido
- Puede ayudar a mejorar la memoria y la concentración
- Puede ayudar a proteger la salud de los huesos
- Aumenta la sensación de energía y vitalidad
- Fácil disolución en agua u otros líquidos
- Bien tolerado a nivel digestivo
- Con probados beneficios para la salud
- Libre de gluten, semillas y frutos secos
- Compatible con dietas vegetarianas y veganas
- Sometido a rigurosos controles de calidad
- **Ingrediente de origen ecológico, sin organismos genéticamente modificados**
- Apto para vegetarianos y veganos

Esta es una ficha técnica de orientación profesional y no está destinada a público.

- Sin ningún tipo de aditivo (colorantes, endulzantes artificiales, conservantes) y libre de agentes de carga, aglutinantes u otros excipientes.

Consejos de uso y aplicaciones:

Tomar entre 1 cucharada de té y una de café al día, descansando los fines de semana o bien cada 3 o 4 semanas dejar 1 de descanso.

Recordamos que la maca es un alimento, por tanto, se debería tomar con frecuencia para notar sus efectos beneficiosos.

La maca es un alimento que generalmente se considera seguro, sin embargo, debido a que contiene goitrógenos, que son sustancias que pueden interferir con la función normal de la glándula tiroides puede ser recomendable no consumir maca frecuentemente en personas con desórdenes de esta glándula.

Las personas con desórdenes hormonales y las mujeres embarazadas o en período de lactancia deberían consultar con sus médicos antes de tomar maca.

Al no contener Gluten es apta para CELIACOS

Información Nutricional:

ALIMENTO (100 g)	Maca NEGRA
VALOR ENERGÉTICO kcal	360
GRASAS g	1
de las cuales saturadas g	0
HIDRATOS DE CARBONO g	78
de los cuales azúcares g	24
FIBRA ALIMENTARIA g	3
PROTEINAS g	13
SAL g	0,06

Esta es una ficha técnica de orientación profesional y no está destinada a público.

Sin gluten

Sin derivados lácteos ni gelatina

Sin aditivos

Sin OGM

Sin azúcar añadido

Sin colorantes ni conservantes añadidos

Información de Alérgenos:

No contiene alérgenos según Anexo II Reglamento (UE) nº 1169/2011 de 25 de Octubre

Producto	Presencia	Producto	Presencia
Cereales que contengan gluten	No	<input type="checkbox"/> Almendras	No
<input type="checkbox"/> Trigo	No	<input type="checkbox"/> Avellanas	No
<input type="checkbox"/> Centeno	No	<input type="checkbox"/> Nueces	No
<input type="checkbox"/> Cebada	No	<input type="checkbox"/> Anacardos	No
<input type="checkbox"/> Avena	No	<input type="checkbox"/> Pacanas	No
<input type="checkbox"/> Espelta	No	<input type="checkbox"/> Nueces de Brasil	No
<input type="checkbox"/> Kamut o sus variedades híbridas	No	<input type="checkbox"/> Alfóncigos	No
Crustáceos y productos a base de crustáceos	No	<input type="checkbox"/> Nueces macadamia	No
Huevos y productos a base de huevo	No	Apio u productos derivados	No
Pescado y productos a base de pescado	No	Mostaza y productos derivados	No
Cacahuetes y productos a base de cacahuetes	No	Granos de sésamo y productos a base de granos de sésamo	No
Soja y productos a base de soja	No	Dióxido de azufre y sulfitos en concentraciones superiores a 10 mg/kg o 10 mg/l	No
Leche y sus derivados (incluida la lactosa)	No	Altramuces y productos a base de altramuces	No
Frutos de cáscara:	No	Moluscos y productos a base de molusco	No
<i>Si = presente</i>	<i>No = ausente</i>	<i>T= Trazas</i>	

Esta es una ficha técnica de orientación profesional y no está destinada a público.

Parámetros microbiológicos:

	Unidad	Especificaciones	Test Methods
Mesophilos	cfu/g	<100.000	AOAC 990.12
Escherichia Coli	NMP/g	<100 NMP/g	
Salmonella	cfu/g	Absence in 25g	AOAC 989.13
Hongos	cfu/g	< 1000	AOAC 997.02
Levaduras	cfu/g	< 1000	AOAC 997.02

Límite máximo aceptable: Hasta 5 veces el límite de aceptación en cumplimiento con el Reglamento (CE) 2073/2005 y posteriores modificaciones.

Conservación:

Almacenar en un lugar fresco (5-15°C), protegido de la luz directa. En condiciones secas (R.H 55-60%) y limpias.

Una vez abierto el empaque, cerrar herméticamente y almacenar nuevamente en las condiciones descritas para evitar la exposición a humedad del ambiente, la adhesión de olores y la contaminación microbiana.

Presentaciones:

XXL Pack 1 kg

XL Pack 500g

Doypack 200 g

Advertencia:

Personas con dietas restrictivas deberían consultar a su profesional de la salud o nutricionista antes de adoptar o rechazar el uso de nuestros productos. No se puede recomendar el uso de nuestro producto para el tratamiento de otras condiciones que el hambre.

Como siempre consulte a su médico o dietista antes de añadir cualquier suplemento a su dieta. Dependiendo de las condiciones agrícolas y especies los valores anteriores pueden estar sujetos a las fluctuaciones naturales. Esta especificación no libera al comprador de nuestros productos de su deber de diligencia y responsabilidad.

Te recordamos que toda la información ofrecida en esta ficha es de carácter orientativo y es presentada en buena fe a partir de fuentes diversas, de investigaciones propias y ajenas a la compañía.

La información presente en esta ficha no reemplaza la opinión de personal médico cualificado ni pretende diagnosticar, tratar o curar ninguna condición de salud.

Esta es una ficha técnica de orientación profesional y no está destinada a público.

Si te encuentras en estado de gestación, si estás tomando medicamentos o sufres de algún problema de salud, consulta primero a tu médico o terapeuta cualificado antes de tomar este producto.

Mantener el producto fuera del alcance de los niños.

Producido por:



Teléfono: (+ 34) 97 757 31 84

Email: ksorensen@energyfeelings.com

Web: <http://www.energyfeelings.com>