

BIOTIFUL LIFE

# COLLAGEN



---

NUTRACEUTIC FORMULAT HOLISTIC CU PEPTIDE DE COLAGEN

---

# DESPRE COLAGEN

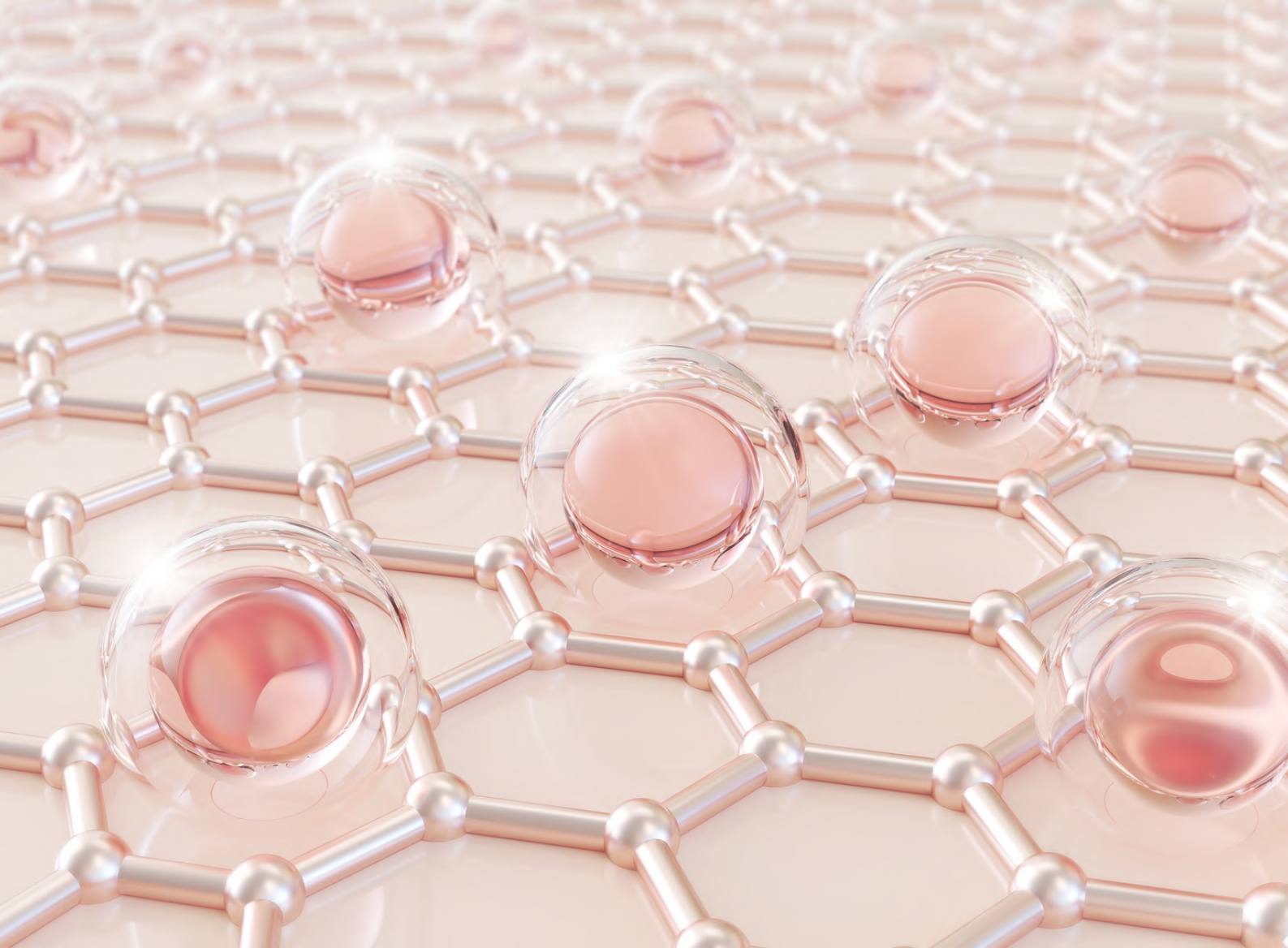
A venit momentul sa vorbim despre probabil cel mai popular si mai controversat supliment - **colagenul**.

Sa recunoastem, pielea este una dintre cele mai importante trasaturi ale oricarei femei. Aceasta este de foarte multe ori cea care ne tradeaza varsta, ne adauga ani in plus sau, din contra, ii scade, ne semnaleaza starea de spirit si de sanatate.

Orice femeie interesata de preventie in raport cu aspectul pielii sale a incercat sau a citit macar o data in viata un *supliment cu colagen*. Realitatea este insa ca extrem de putine au simtit beneficii si au vazut rezultate.

**De ce?** Ei bine, acest lucru este explicat de stiinta si vom discuta si acest aspect putin mai tarziu.





In momentul cand am conceput linia de nutraceutice **Biotiful Life**, mi-am promis in calitate de femeie activa, pasionata de longevitate, frumusetate si sanatate ca voi concepe o formula de collagen unica in lume prin care sa las o amprenta puternica in acest domeniu. Imi doresc sa demonstrez femeilor ca nevoile lor sunt cu adevarat intelese. Se datoreaza acest lucru faptului ca sunt femeie? *Se poate.*

Intr-o lume in care barbatii concep suplimente pentru femei, am indraznit sa ies din tipare si sa creez un produs bazat pe mindset feminin, cel care stie exact ce, cand si cum ar trebui sa se simta o femeie atunci cand suplimenteaza cu COLAGEN.

Invadate de informatie, cercetari, si pareri de experti am ajuns sa punem bariere puternice in a investi in propria sanatate si frumusete.

Inteleg aceasta limitare pentru ca, din respect pentru propriile finante nu mai esti dispusa sa oferi deschis incredere unui produs ce promite multe si realizeaza putine. Acest tip de mentalitate a femeilor din Romania care au fost deseori dezamagite de propriile alegeri influentate este una extrem de provocatoare.

Am crescut suficient de intens si calitativ impreuna, atat prin intermediul informatiilor valoroase pe care le-am adus in fata voastra, cat si prin tot ce inseamna nutraceuticele *Skin Diet, Hair Diet, Antistress Diet, Energy Diet si Sex Diet*. In ani de discutii am descoperit cu adevarat care sunt nevoile noastre, le-am onorat prin rezultate excelente, am inteles cum functioneaza corpul feminin si ne-am pregatit pentru o noua etapa, Aceasta poarta numele **Collagen** - o formula dusa la nivel de excelenta pentru sanatatea si frumusetea feminina, perfecta de integrat in ritualul zilnic de ingrijire.

# INVATA DIN GRESELI SI FA ALEGERI INFORMATE!

Inainte sa-ti explic din perspectiva stiintifica de ce formula de **CollageN** Biotiful Life este unica in lume si iti va oferi rezultate, vreau sa te ajut sa intelegi de ce alte lucruri nu au functionat pana acum.

Exista mai multe tipuri de colagen. Cu alte cuvinte, nu orice colagen este colagenul care iti trebuie tie.

E momentul perfect sa facem lumina in informatiile pe care le detinem si sa facem loc pentru inovatie!

Nu-mi doresc sa incepem aceasta calatorie impreuna si sa te simt retinuta doar pentru ca ce ai testat pana acum nu a functionat sau pentru ca unii oameni iti spun ca suplimentele cu colagen sunt bani aruncati pe geam - iti voi spune si eu acest lucru pentru ca, in unele situatii, asa stau lucrurile. Insa imi doresc sa te invat sa faci diferenta si sa aplici aceste criterii de acum inainte in alegerile tale!

# ABORDAREA HOLISTICA

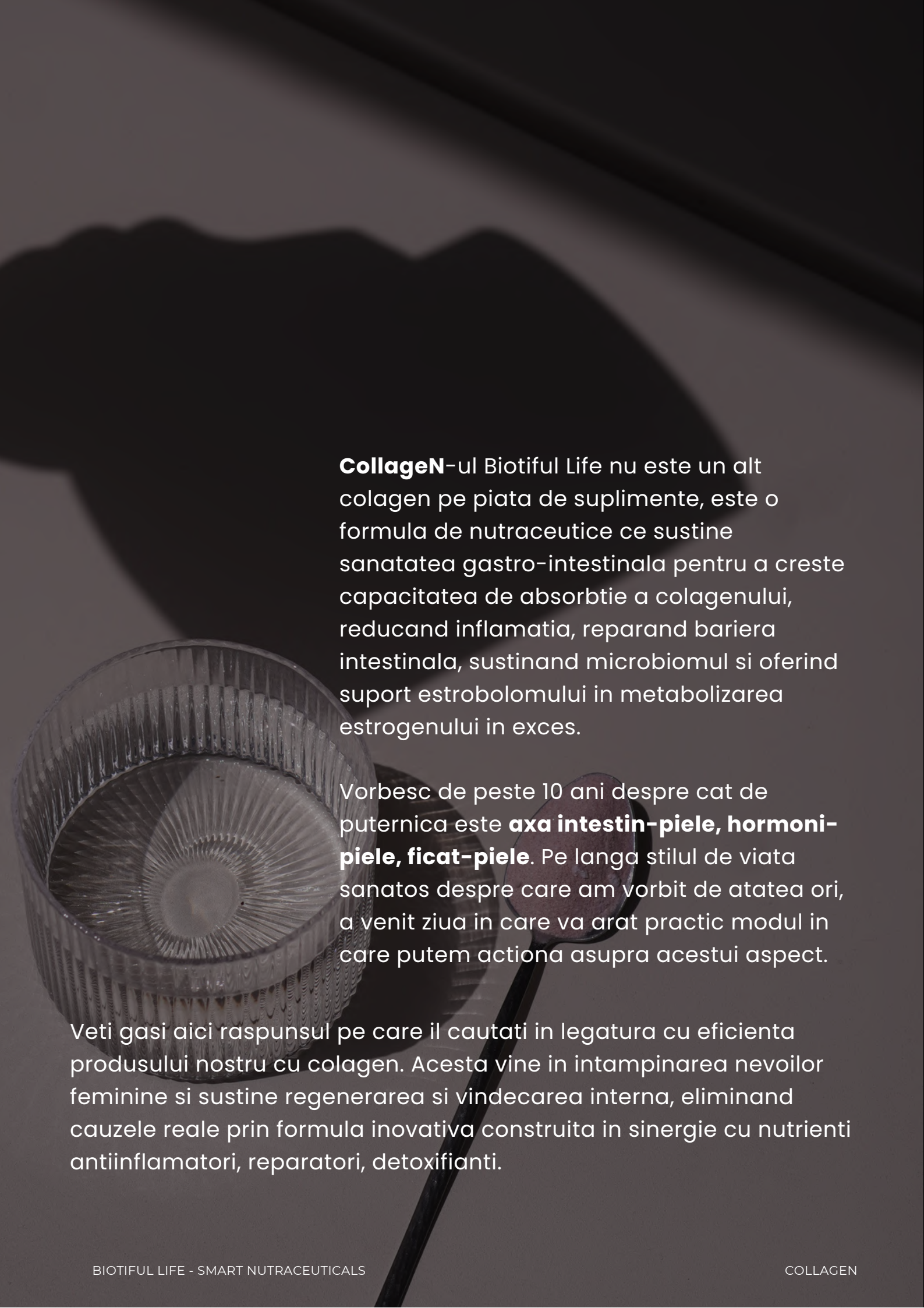
Majoritatea formulelor de collagen existente pe piata sunt create minimalist, fara o viziune **holistica**. Ce inseamna asta?

Am mai vorbit in trecut despre elemente care tin de sinergie. Si in acest domeniu, la fel ca in majoritatea domeniilor vietii de zi cu zi, unele lucrurile merg mai bine impreuna. In materie de suplimentare, aceasta abordare holistica implica printre altele sa studiezi cu dedicare si atentie corpul feminin cu scopul de a depista cauzele ce blocheaza beneficiile suplimentarii.

Este nevoie sa intelegem ca nevoile feminine sunt mult mai nisate decat le vad studiile iar noi functionam perfect in sinergie - *depistam cauza reala pentru care corpul nu asimileaza, ce dezechilibre intervin in procesul de absorbtie, cautam o solutie eficienta si o aplicam.*

Intr-un corp inflammat, nehranit, nedormit, stresat, unde ficatul este privat de nutrienti esentiali pentru a-si realiza fazele de detoxifiere corect, dezechilibrat hormonal sau gastro-intestinal nu poti obtine rezultate suplimentand doar cu peptide de collagen. Altfel spus, *un sistem dereglat* si ocupat cu rezolvarea prioritatilor ce tin de sanatate nu va putea sa sustina cu nutrienti si procesul de **asimilare si absorbtie**.

In aceasta situatie, putem repara si regenera simultan? Cu siguranta! Putem sustine corpul sa ne crestem puterea de asimilare a collagenului, oferind in acelasi timp suport pentru dezechilibrele existente? Cu siguranta!



**Collagen**-ul Biotiful Life nu este un alt colagen pe piata de suplimente, este o formula de nutraceutice ce sustine sanatatea gastro-intestinala pentru a creste capacitatea de absorbtie a colagenului, reducand inflamatia, reparand bariera intestinala, sustinand microbiomul si oferind suport estrobolomului in metabolizarea estrogenului in exces.

Vorbesc de peste 10 ani despre cat de puternica este **axa intestin-piele, hormoni-piele, ficat-piele**. Pe langa stilul de viata sanatos despre care am vorbit de atatea ori, a venit ziua in care va arat practic modul in care putem actiona asupra acestui aspect.

Veti gasi aici raspunsul pe care il cautati in legatura cu eficienta produsului nostru cu colagen. Acesta vine in intampinarea nevoilor feminine si sustine regenerarea si vindecarea interna, eliminand cauzele reale prin formula inovativa construita in sinergie cu nutrienti antiinflamatori, reparatori, detoxifianti.



O sa va explic ce a insemnat pentru mine in trecut o suplimentare corecta cu colagen.

Pentru a putea suplimenta corect si eficient si obtine rezultate excelente a trebuit in primul rand sa detin o baza solida de informatii si sa cunosc cateva reguli esentiale ale nutritiei stiintifice. Am studiat ingredientele de ultima generatie ce imi asigurau suport in preventie, vindecare si asimilare. In perioada in care consideram ca procesul de suplimentare se realiza cel mai eficient, *consumam 7 suplimente diferite in acelasi timp.*

Sunt mandra sa spun ca astazi am redus acest proces la un singur produs, Biotiful Life **Collagen**. A fost nevoie sa pun pe masa "toti anii mei de studiu", experienta si cunostintele necesare pentru a primi aprobarea cercetatorilor de la laboratorul international cu care colaborem deja de cativa ani pentru a putea crea o formula unica in lume ce tinteste cu exactitate nevoile femeilor.



BIOTIFUL LIFE

# COLLAGEN



---

CUM AM FORMULAT IN MOD HOLISTIC PRODUSUL

---



# INGREDIENTE PRINCIPALE

## — 04

### PEPTIDE DE COLAGEN

Peptide hidrolizate de colagen de origine bovina

## — 06

### L-GLUTAMINA

Aminoacid ce hraneste sistemul imunitar si gastro-intestinal. Sustine formarea masei musculare

## — 08

### DIM

Fitonutrient extras din crucifere care ajuta la gestionarea metabolitilor estrogenici

## — 10

### ACID MALIC

Sustine functionarea optima a ficatului, imbunatatest aspectul si calitatea pielii si a somnului

## — 04

### ACID HIALURONIC

Hraneste si hidrateaza tesutul cutanat

## — 04

### TURMERIC

Bogat in curcumina, cu puternic efect antioxidant

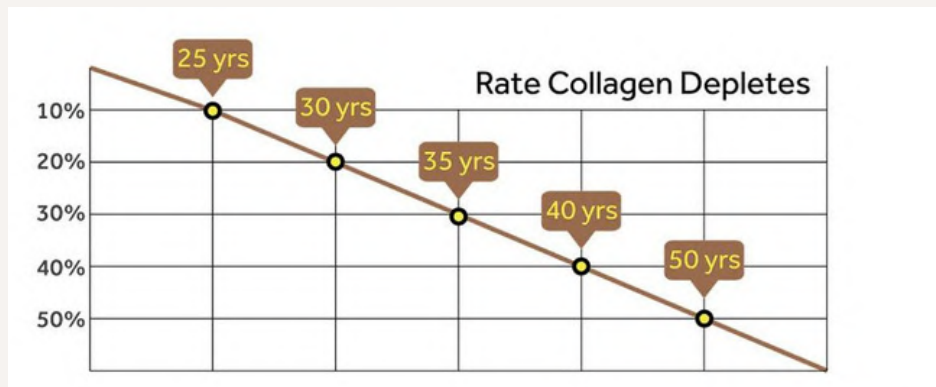
# COLAGENUL & IMBATRANIREA

Asociem COLAGENUL cu un puternic **“agent secret” anti-imbatrănire**. In societatea noastra gradul de imbatranire prematura creste de la an la an. Daca vrem sa aruncam o privire asupra studiilor, acestea vorbesc despre o rata de peste 40% de imbatranire prematura in randul femeilor 25+.

Cand vorbesc de imbatranire prematura nu ma refer doar la aspectul pielii, parului, unghiilor. Momentul aparitiei simptomatologiei la nivel extern ne informeaza ca intreg organismul nostru este deja in plin proces de imbatranire prematura la interior.

Cum traducem mai simplu acest fenomen? Organele noastre nu isi executa functiile la capacitate maxima si fiecare an lasa urme adanci atunci cand vorbim despre sanatate si frumusetate. Ridurile, firele albe, parul lipsit de stralucire, unghiile firave, lipsa elasticitatii pielii sunt doar simptome al acestui proces. Insa acesta poate fi prevenit, regenerat sau inversat!

## Deprecierea colagenului odata cu varsta



# INTELEGE COLAGENUL

Hai sa-ti explic cum putem utiliza stiinta in favoarea noastra si cum formula Biotiful Life **Collagen** iti poate acoperi nevoile esentiale.

Despre beneficiile suplimentarii cu colagen vorbesc peste 400 de studii realizate doar in ultimii 10 ani, insa misiunea mea in acest Ebook de informare este sa decodez aceste studii si sa scot in fata nu doar rezultatele pe care le putem obtine la nivel extern, ci si la nivel intern. Colagenul, cea mai abundenta proteina din corp nu este doar despre riduri, este o piesa esentiala intr-un puzzle care inseamna un corp feminin sanatos.

# CUM ACTIONEAZA COLAGENUL IN CORPUL NOSTRU?

Colagenul este cea mai abundenta proteina structurala din corpul nostru. Aceasta sustine sanatatea pielii, parului, unghiilor, mușchilor, tendoanelor, ligamentelor, articulatiilor, oaselor, creierului, ochilor, intestinului. *As concluziona ca suntem de fapt ... colagen!*

Exista peste 28 de forme de colagen, inasa in mare parte pe noi ne intereseaza *TIPURILE 1, 2, 3* pentru ca reprezinta fundamentul adevarat de intretinere si functionare.

Cu siguranta ai auzit pana acum ca aceasta proteina este produsa de corpul nostru asa ca te intrebi de ce ar mai trebui sa suplimentezi.

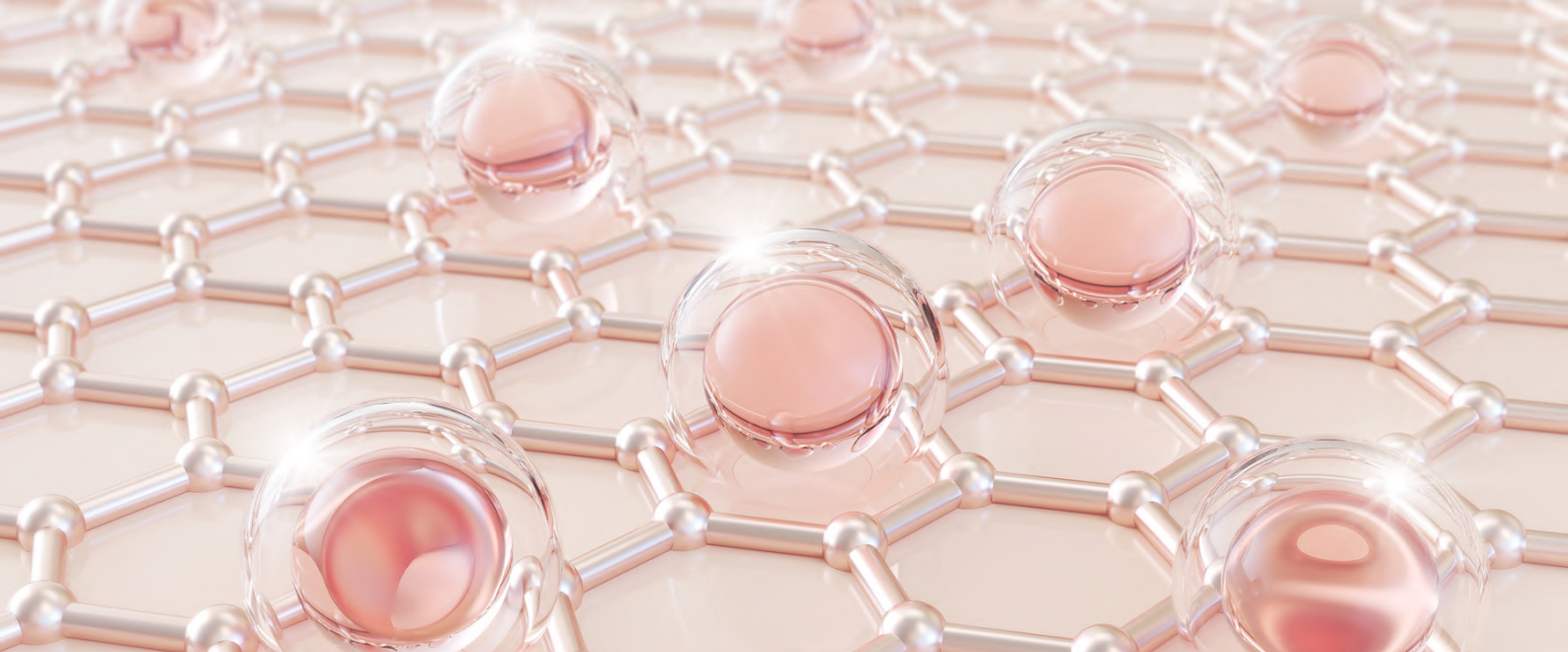
Corpul nostru produce eficient colagen pana la varsta de 20 ani. Rata de productie a acestui nutrient crucial scade de la an la an si procesul intern de reconstructie este in declin.



Este posibil sa ne asiguram nivelul de colagen necesar doar prin alimentatie? Nu este imposibil, insa este nevoie de *extrem de multa disciplina*.

Ancestral vorbind, generatiile de femei din spatele nostru aveau acces la produse cu o biodisponibilitate complet diferita, dezechilibrele hormonale aveau o rata extrem de mica, stresul si oboseala erau la alt nivel, calitatea hranei incomparabila, expunere minima la toxine, un ritm circadian respectat cu regularitate, zero lumina albastra si radiatii electromagnetice, extrem de multa activitate fizica si conectare cu natura si un microbiom extrem de diferit.

Poate vi se pare ca suna ciudat, insa platim pretul modernizarii si al evolutiei printr-un proces prematur de imbatranire. Tocmai din acest motiv studiile si cercetarile sustin si incurajeaza suplimentarea.



Aceasta manifestare a imbatranirii precoce este numita *fenoptoza*. In era inovatiei este obligatoriu sa fim deschisi catre **PREVENTIE** si sa renuntam sa folosim argumente precum "*oare cum a trait bunica fara colagen*", sa intelegem ca traim in lumi total diferite si ca mediul, stilul de viata si calitatea acestuia depind de noi si alegerile noastre

Cea mai puternica dovada privind eficienta colagenului se regaseste in studiile clinice realizate de-a lungul anilor in care s-a demonstrat implicarea acestuia in **regenerarea aspectului extern** in primul rand - rezultatele fiind extraordinare in primul rand datorita efectului de intinerire vizibil. Poate orice colagen sa ofere acest rezultat?

Cu siguranta nu, insa despre asta vom discuta mai tarziu.

Scopul acestor studii nu a fost sa valideze inca un "produs de beauty", acestea s-au concentrat pe lucruri mult mai serioase: *refacerea pielii dupa arsuri grave sau vindecarea ranilor*. Din acest domeniu a plecat validarea colagenului, aspect preluat rapid de alte industrii precum cele de produse cosmetice, tratamente faciale sau suplimente. Daca aceasta substanta iti permite sa obtii rezultate impresionante in cazul problemelor atat de grave, cu siguranta lucrurile trebuie sa functioneze eficient la nivel estetic daca faci alegerile corecte.

# STUDII & CERCETARE

In mod impresionant, exista **peste 15.000** de articole de cercetare stiintifica despre colagen publicate doar în ultimii 10 ani pe Pubmed si peste 400 de studii clinice. Multe dintre aceste studii le vom cita in acest Ebook de informare si va recomand sa le cititi integral daca sunteti deschisi si interesati.



# COLAGENUL & PIELEA

“Poti arata din nou ca la 20 ani!” poate fi o strategie de marketing buna pentru multe branduri, insa cu care noi nu suntem de acord.

Aceasta este atat o hiperbola, cat si un standard incorect setat - pielea fiecaruia dintre noi este diferita, ceea ce nu ne convenea la 20 de ani poate am corectat la 30 si aspectul pe care nu il aveam la 25 a fost atins in sfarsit la 40!

Cu toate acestea, *peste 50 de studii clinice* au evaluat colagenul ca fiind cel mai puternic nutrient ce sustine regenerarea celulara a pielii, elasticitatea, aspectul neted si plin.

Un studiu german realizat pe 60 de femei randomizat si controlat cu placebo din 2020 a evaluat efectele suplimentarii cu colagen prin intermediul microscopiei de scanare laser (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32017646/>). Analizele au demonstrat **o imbunatatire considerabila a structurii pielii la nivel facial** pentru grupul care a suplimentat in timp ce pentru grupul placebo nu s-a depistat nicio imbunatatire.

# COLAGENUL & PIELEA

Una dintre cele mai substantiale cercetari recente a luat in calcul datele a 11 studii diferite, concluzionand ca o suplimentare cu 2,5 pana la 10 grame pe zi cresc elasticitatea, sustin aspectul tanar si nivelul de hidratare a pielii. <https://jddonline.com/articles/oral-collagen-supplementation-a-systematic-review-of-dermatological-applications-S1545961619P0009X/>

In concluzie, o formula de colagen cu peptide de cea mai inalta calitate reprezinta **cea mai puternica strategie de biohacking pentru piele.**

# COLAGENUL & PARUL

Cu siguranta ai auzit de foarte multe ori despre beneficiile colagenului pentru piele, insa stiai ca acesta este absolut extraordinar si pentru parul tau?

Exista peste 40 de lucrari stiintifice care stabilesc legatura dintre colagen si calitatea, cresterea si stralucirea parului - un motiv in plus sa investesti deplina incredere in ceea ce poate face acest supliment pentru frumusetea ta.

Colagenul are un spectru de aminoacizi ce contribuie la *formarea keratinei*, principalul element de constructie al parului. Atunci cand foliculii de par sunt deteriorati de factori precum radicalii liberi, inclusiv poluarea aerului, colagenul este cel care actioneaza ca un antioxidant si sustine regenerarea acestora. Colagenul previne astfel albirea prematura a parului pentru ca, in timp ce *radicalii liberi "rapesc" din pigmentul parului*, acesta *intervine si repara zonele afectate*.

Subtierea firului de par este de asemenea o simptomatologie a imbatrinirii premature, asupra careia colagenul intervine prin reglarea productiei de keratina.

# COLAGENUL & GREUTATEA CORPORALA

Colagenul ofera beneficii inclusiv in materie de atingerea sau mentinerea unei greutati sanatoase, sustinand de asemenea si tonusul muscular.

Cu siguranta colagenul nu este primul instrument de biohacking atunci cand vine vorba de kilogramele in plus, insa cercetarile axate pe colagenul marin au demonstrat beneficii inclusiv in acest sens. Beneficiile colagenului impotriva obezitatii au fost evaluate intr-o lucrare conceputa de cercetatorii coreeni si au concluzionat ca **peptidele de colagen marin are efecte anti-obezitate prin suprimarea acumularii de grasime si reglarea metabolismului lipidelor.**

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30866485/>

# COLAGENUL & SISTEMUL GASTROINTESTINAL

Da, pielea este oglinda a ceea ce se intampla in interior si prima cauza a oricarei probleme trebuie cautat in primul rand aici - atunci cand toti pasii de ingrijire sunt corect respectati, desigur.

Cercetarile sustin de ani de zile suplimentarea cu colagen in cazul afectiunilor precum *intestin permeabil, sindromul colonului iritabil, balonari, disbioza si aciditatea ridicata*. Pe langa faptul ca aceste afectiuni iti perturba procesul de digestie, absorbtie si asimilare, ele sustin o comunicare sanatoasa intre **axa sistem gastro-intestinal si piele**.

Fiind o moleculă hidrofila (care atrage apa si acidul) colagenul in esenta „*lubrifiaza*” *tubul digestiv*.

Una dintre componentele colagenului, **glicina**, este un aminoacid crucial pentru digestie oferind protectie anti-ulcer, avand efect reparator contra secretiilor gastrice daunatoare.

Colagenul contine si **glutamina**, care de asemenea are un rol esential in functionarea armonioasa a sistemului digestiv. Pentru ca mi-am dorit ca aceasta formula sa aiba un efect terapeutic, am inclus un *dozaj separat* al glutaminei (aceasta ofera beneficii reale in materie de sanatate intestinala, insa urmeaza sa dezbatem pe larg acest subiect in urmatorul capitol).

Un studiu clinic grecesc realizat in 2003 pe 170 de persoane a identificat o *corelatie intre nivelurile scazute de colagen si boala inflamatorie intestinala*. Deoarece fibroza este o complicatie majora a bolii inflamatorii intestinale, s-au masurat concentratiile serice de colagen IV si laminina a pacientilor. S-a descoperit ca toti aveau un nivel extrem de scazut al acestora. Desi beneficiile asupra aspectului pielii sunt unele colosale, as vrea sa *nu tratam superficial acest supliment ce participa la atat de multe procese de preventie*. De ce sa tratam, cand putem preveni!

# COLAGENUL & OASELE

50% din compozitia oaselor este alcatuita din proteine. Colagenul, bogat in proteine are o valoare extrem de importanta si e esential de retinut acest aspect mai ales intr-o perioada in care toata lumea se concentreaza doar pe calciu.

Acesta contribuie la rezistenta oaselor si la preventia problemelor articulare. Acest lucru a fost confirmat intr-un studiu clinic dublu- orb, randomizat, controlat placebo realizat in 2019. Suplimentarea cu colagen a fost administrata la 120 de europeni timp de 90 zile si s-au observat *imbunatatiri majore ale mobilitatii si reducerea durerilor articulare.*

Stiu ca nu ne preocupa sanatatea articulara atata timp cat nu apar durerile, insa este important sa actionam preventiv, mai ales ca femeii, avand tendinta de a dezvolta afectiuni osoase incepand cu **perimenopauza sau menopauza**. Da, investitia in preventie nu este despre beneficii imediate, aceasta se vede in ani de zile si se traduce in *longevitate*.

Cele mai intalnite afectiuni osoase la *femei, osteoporoza, artrita, sau artrita reumatoida* scad drastic calitatea vietii feminine tocmai pentru ca nimeni nu vorbeste despre cum putem tine sub control sau preveni aceste afectiuni care se manifesta dupa zeci de ani de ignoranta.

# COLAGENUL & MASA MUSCULARA

Poate va gantiti in timp ce cititi aceste randuri: *"La ce-mi trebuie masa musculara, nu vreau sa ma transform in barbat, nu e feminin sa ai muschi"*. Aceste ganduri sunt rezultatul unei spalari pe creier realizate de mass media si societate iar informatiile care stau la baza acesteia sunt complet gresite. O femeie nu trebuie sa fie slaba, skinny. Sa inchidem acest capitol acum pentru ca este unul dintre motivele pentru care am ajuns sa **traim intr-o societate de femei ce zilnic se confrunta cu atat de multe diagnoze** care mai de care mai periculoase.

Muschiul detine **cheia longevitatii**, nu intamplator este numit de expertii de ultima generatie "organul longevitatii" . Sistemul muscular si maximizarea performantei fizice sunt probabil cele mai importante in schema de combatere a crizei actuale de sanatate.



Chiar daca este des trecut cu vederea de practicile medicale moderne, nivelul de masa musculara trebuie luat in calcul atunci cand suntem in cautarea unei cauze a majoritatii afectiunilor. Si da, lucrurile se complica atunci cand avansam in varsta.

Un sistem muscular sanatos se *coreleaza direct cu calitatea vietii tale* pentru ca functia principala a acestuia serveste ca fundament pentru metabolism, iar din practica personala vreau sa mentionez ca nu am intalnit de ani de zile o persoana sanatoasa din punct de vedere metabolic. Muschiul scheletic este cel care te ajuta la reglarea glicemiei si a lipidelor in sange. Acesta este numit "*organ endocrin*" deoarece secreta miokine - proteine responsabile de reglarea metabolismului in toate celelalte tesuturi ale corpului.

Pe scurt, este **moneda ta metabolica** - cu cat muschii tai sunt mai puternici si mai sanatosi, organismul este mai eficient in gestionarea carbohidratilor si grasimilor. Adica nu mai esti predispusa la fluctuatii de greutate.

Cel mai important aspect pe care imi doresc sa-l retii este ca o masa musculara sanatoasa iti creste capacitatea de supravietuire in fata bolilor sau a leziunilor. Te face mai puternic!

Asa ca recomandarea mea este sa renunti la dogme si sa faci orice gen de miscare sau antrenament care-ti antreaza muschii. Nu-ti face griji ca vei ajunge ca un barbat, acest lucru este imposibil in mod natural. Femeile au o alta structura genetica si un sistem endocrin total diferit. Asa ca nu-ti mai pierde timpul, concentreaza-te sa folosesti la maxim aceste informatii si implicarea colagenului pentru a obtine un nivel optim de masa musculara.

Exista peste 12 studii clinice care demonstreaza acest lucru. In 2019 a fost realizat un studiu de catre Departamentul de Medicină Sportivă și Nutriție Sportivă de la Universitatea Ruhr din Germania ce a demonstrat eficacitatea suplimentarii cu peptide de colagen. Acest studiu a inclus 57 de tineri activi ce practicau de 3 ori pe saptamana sport de rezistenta. Timp de 12 saptamani le-au fost administrate 15 g de colagen sau un placebo. Suplimentarea cu colagen nu a modificat masa corporala de grasime, insa a crescut cantitatea de masa musculara lucru care nu s-a intamplat la grupul placebo. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31126103/>

# COLAGEN VS. ZAHAR

Indiferent de care sunt beneficiile pentru care vei alege sa suplimentezi cu Biotiful Life **Collagen**, este nevoie sa retii un singur lucru: **INAMICUL COLAGENULUI este ZAHARUL.**

Acesta interfereaza cu puterea colagenului de a-ti reconstrui corpul. Vrei sa obtii rezultate? Scoate din alimentatia ta zaharul procesat pentru ca arunci banii pe geam si nu-mi doresc asta.

## **Variante de indulcitori din sursa curata:**

*Pudra de curmale sau curmale*

*Extras din frunze de stevia*

*Pudra de lucuma*

*Inulina din agave*

*Sirop de artar*

*Monk fruit*

*Miere*

---

# COLLAGEN = ? NOOTROPIC

Nootropicele sunt substante cu beneficii demonstrate asupra functiilor cognitive. Personal nu l-as cataloga ca avand acelasi rang cu Nooceptin, creatina, nicotina, cofeina, 5-HTP, etc. inasa spectrul sau de efecte contribuie la sanatatea creierul.

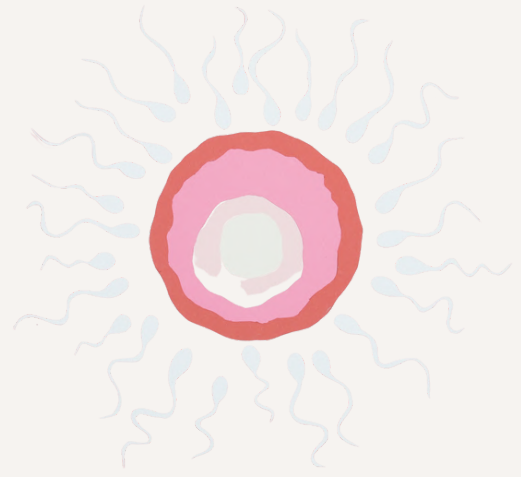
Acest lucru a fost demonstrat de oamenii de stiinta de la Gladstone Institute of Neurological Disease, UCSF si Stanford ce au descoperit modul in care colagenul tip VI protejeaza celulele creierului impotriva proteinelor beta-amiloid cauzatoare de Alzheimer.

# COLAGENUL & SOMNUL CALITATIV

Datorita **glicinei si prolinei** din compozitie, colagenul poate fi folosit pe post de "*sleep biohack*". Acest fenomen a fost explicat intr-un studiu clinic in care participantii suplimentau cu peptide de colagen inainte de somn. In urma studiului s-au observat urmatoarele imbunatatiri:

- Glicina a imbunatatit calitatea subiectiva a somnului si eficacitatea acestuia, scurtand latenta pe ambele planuri - atat pentru aparitia somnului, cat si pentru somn cu unde lente, fara modificari in arhitectura sa.
- Glicina a redus somnolenta in timpul zilei si a imbunatatit performanta sarcinilor si viteza de recunoastere a memoriei.

# COLAGENUL & FERTILITATEA



Acest element fundamental al corpului feminin este de asemenea esential si pentru viitoarele mame. Un corp aflat in deficit si dezechilibru va avea intotdeauna probleme legate de fertilitate. *Scopul organismului uman este in primul rand sa supravietuiasca.* Atunci cand el se simte in pericol nu va actiona in favoarea unei sarcini care in mod natural ii va consuma si mai multe resurse.

***Oferindu-i corpului necesarul real de colagen, il sustii in procesul de conceptie.***

Printre primii care au deschis acest subiect au fost *Dave Asprey* alaturi de sotia lui *Lana Asprey*, ce a nascut doi copii dupa varsta de 40 ani. Principalul supliment pe care l-a sustinut si recomandat in acea perioada a fost colagenul. Din partea mea, aceasta femeie isi merita toate aplauzele. Este un lucru mare sa poti sustine 2 sarcini dupa varsta de 40 de ani avand o dieta bogata in grasimi si colagen. Cei doi copii s-au nascut sanatasi iar corpul Lanei arata impecabil - da, fara vergeturi.

Trebuie sa retinem un lucru important - *colagenul nu este o proteina completa* si nu poate acoperi toate nevoile necesare unei femei insarcinate. Este insa parte dintr-un puzzle si deloc de ignorat.



## CE FORMA SA ALEG?

*Peptidele hidrolizate de colagen din proteina animala, in special de bovine au cele mai puternice beneficii si o biodisponibilitate de neinlocuit. Toate cercetarile personale m-au determinat sa aleg si pentru Biotiful Life **Collagen** aceasta forma de peptide hidrolizate. In plus, acestea reprezinta cel mai inalt standard in legatura cu materia prima iar in domeniul suplimentarii, acest aspect face diferenta!*

## HIDROLIZAREA

Simplificand lucrurile, peptidele de colagen hidrolizate sunt proteine in miniatura, care patrund mai usor in celulele tale, acolo unde sunt asimilate.

# L-GLUTAMINA

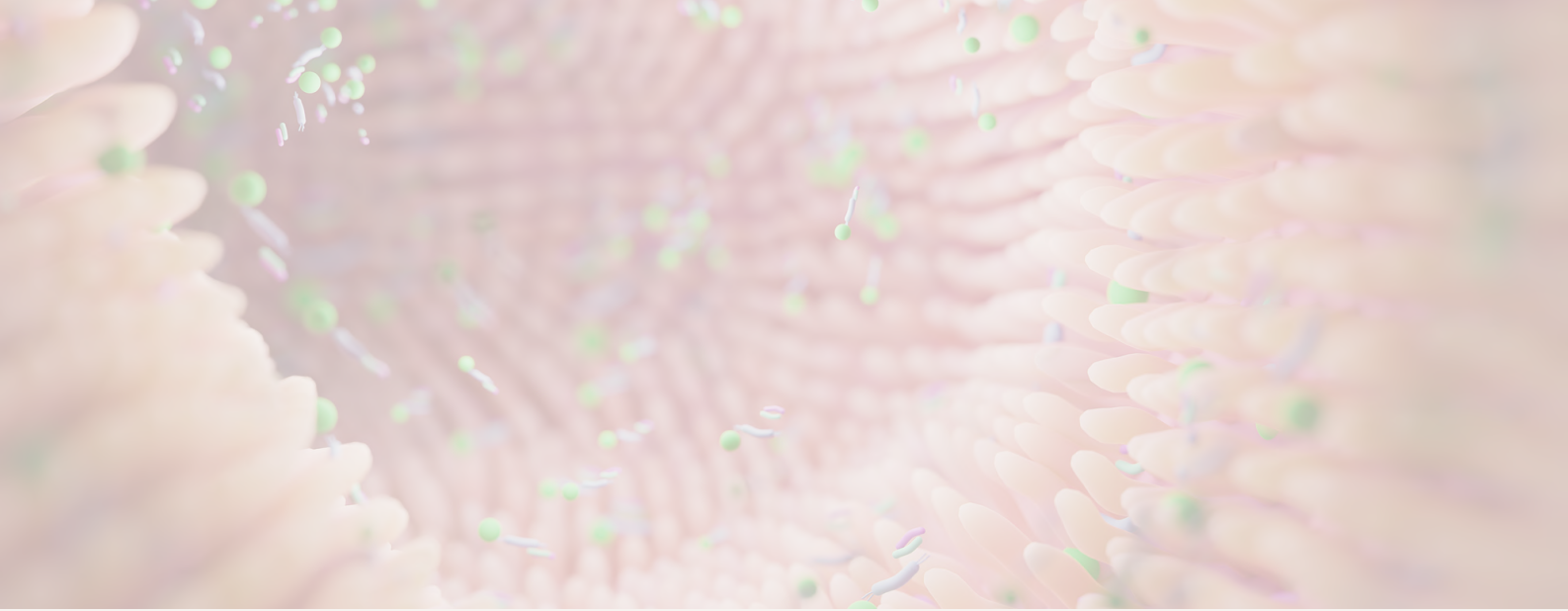
As vrea sa trecem mai departe de collagen in abordarea noastra holistica si sa abordam un alt ingredient esential din formula noastra - **L-GLUTAMINA**.

Nu am ales una oarecare ci *fermentata* - aceasta este cel mai abundent aminoacid din corpul nostru si sustine extrem de multe procese fiziologice:

- Produce proteine pentru tesutul muscular
- Alimenteaza celulele care ne protejeaza intestinele
- Sprijina celulele sistemului imunitar
- Sustine ficatul in procesul de detoxifiere
- Sustine o piele sanatoasa si un par puternic

*Principala sursa de combustibil pentru limfocite* (celulele albe din sange care lupta cu infectiile si bolile) din organism este Glutamina. Inflamatiile interne sau externe, indiferent ca vorbim de infectii, boli sau rani scade nivelul de glutamina din sange, lucru care contribuie automat la scaderea capacitatii de autoaparare a corpului.





## UNDE ESTE LOCALIZAT SISTEMUL IMUNITAR?

### ~ IN INTESTIN

Ce face glutamina pentru intestin? *Ajuta la mentinerea mucoasei intestinale sanatoase, asigurandu-se ca organismul nostru absoarbe nutrientii de care are nevoie.* Acest lucru sustine sanatatea generala si ne protejeaza de afectiuni grave precum sindromul de intestin permeabil.

Acesta este si motivul pentru care oamenii de stiinta sustin faptul ca *glutamina este un suport esential pentru sistemul imunitar.* Toate aceste efecte nu fac decat sa intareasca o comunicare sanatoasa pe **axa intensin-piele-sistem imunitar - sanatate generala**. Acesta este unul dintre motivele pentru care si L-glutamina este o piesa importanta a formulei noastre. NU putem aspira la rezultate din partea colagenului daca odata consumat nu este absorbit.

Alimentatia omului modern este *abundenta in ingrediente procesate* si bogate in zaharuri, lipsita de fibre sanatoase si alimente integrale. Aceasta combinatie are un impact negativ asupra echilibrului microbiomului intestinal si stimuleaza atat inflamatia intestinala, cat si cea sistemica, afectand tractul gastro-intestinal pe mai multe cai.

Un numar tot mai mare de cercetari au demonstrat o legatura fiziologica intre sanatatea intestinului si echilibrul neurochimic din creier, controlat de sistemul nervos enteric.

Un intestin afectat *poate afecta functionarea optima a creierului* si poate conduce chiar la afectiuni neuropsihiatrice. Cercetarile realizate pe L-Glutamina au demonstrat ca acesta este un *adjuvant nutritional promitator in cresterea diversitatii microbiomului*, ce poate sustine indirect, dar pozitiv, mediul neurochimic din creier.

De ce va povestesc toate aceste lucruri? Ca sa intelegeti cum functioneaza abordarea holistica atunci cand vorbim despre o formula de nutraceutice.

*Un supliment cu beneficii pentru frumusetate precum este Biotiful Life **CollageN** nu poate fi redus doar la beneficiile sale de ordin estetic si este important de constientizat impactul sau asupra sanatatii generale.*



# SANATATEA PSIHO=EMOTIONALA

Si daca am ramane la acest subiect, intr-o lume atat de afectata psiho-emotional, **sanatatea creierului este esentiala.**

Fara ea nu ne putem vedea nici sanatoase, nici frumoase.

# ACIDUL MALIC

Un alt punct forte al acestei formule este **Acidul Malic**, un alfa-hidroxiacid derivat natural din fructe si legume cu multiple beneficii pentru pielea noastra, in special atunci cand este administrat corespunzator impreuna cu co-factori de absorbtie.

Insa, prioritatea numarul unu pentru care a fost inclus in formularea **Collagen** este capacitatea sa de a exercita functia de *chelator puternic de metale grele*. Acesta se "leaga" de metalele grele acumulate in ficat si le dezactiveaza. De asemenea, acest acid reprezinta un suport extraordinar in procesul de *detoxifiere a ficatului*.

# DE CE VORBIM DESPRE FICAT?

In primul rand pentru ca ficatul este elementul cheie atunci cand vorbim de sanatatea interna si frumusetea externa. **Ai un ficat sanatos, ai o piele superba.** Lucrurile stau foarte simplu!

Acest tipar de abordare holistica sustine rezultatele pe termen lung. NU putem sa ne asteptam ca suplimentarea cu peptide hidrolizate de colagen sa functioneze atunci cand functiile ficatului sunt profund perturbate, mai ales cand vorbim de metale grele.

În corpul uman, acidul malic este creat in timpul ciclului Krebs - acesta este un proces de generare a energiei care este vital pentru oameni. Alte beneficii importante includ: *ofera niveluri sanatoase de energie, contribuie la o mai buna absorbtie a fierului, sustine sanatatea orala si are nenumarate beneficii asupra pielii.* Acidul malic sustine absorbtia de colagen contribuind la regenerarea celulara, sustinand elasticitatea pielii.

*Practic il putem numi co-factor neoficial al Colagenului.*



## DIM

Sa invitam in scena urmatorul ingredient: **DIM** - Diindolilmetan - piesa de rezistenta atunci cand vine vorba de echilibru hormonal in formula Biotiful Life Collagen.

DIM este un fitonutrient (nutrient de origine vegetala) gasit in *legumele crucifere* - varza, broccoli, varza de Bruxelles, conopida, kale, kahrrabi, mustar etc.

Primii cercetatori care au trezit interes pentru aceasta substanta de neinlocuit au fost Michael Zelig si Scott Connelly in cartea "**Totul despre DIM**" - dovedind beneficiile in tratamentele afectiunilor asociate dereglarilor hormonale.

# DIM & ESTROGENUL

Este esential de memorat ce face acest compus in corpul nostru aflat in legatura stransa cu metabolizarea estrogenului:

- Ajuta la prevenirea efectelor negative create de excesul de estrogen asupra celulelor
- Incetineste dezvoltarea unor tipuri de celule canceroase
- Reduce toxinele produse de metabolismul natural al organismului
- Stimuleaza activarea antioxidantilor
- Sustine pierderea in greutate
- Imbunatateste memoria (dezechilibrul de estrogen poate afecta functiile creierului)
- Imbunatateste starea de spirit
- Reduce simptomele Sindromului Premenstrual
- Sustine "estrogenul benefic" pentru imbunatatirea calitatii pielii



# ESTROBOLOMUL

Atunci cand estrogenul este descompus in corpul nostru, acesta poate sa formeze metaboliți estrogenici benefici sau nocivi, iar DIM ajuta organismul sa metabolizeze sanatos estrogenul.

Acest proces are loc in *estrobolom*, parte din microbiomul intestinal. Estrobolomul reprezinta totalitatea bacteriilor capabile sa metabolizeze estrogenii. Cand microbiomul intestinal este sanatos, estrobolomul este capabil de a mentine homeostazia estrogenica.

Cand este prezenta o disbioza intestinala, apare *fie o deficiente, fie un exces de estrogen liber*. In tot acest proces intervine **DIM** si ofera un suport de neinlocuit.

Metabolitii benefici ai estrogenului au *proprietati antioxidante si ajuta la protejarea inimii si a creierului* de efectele nocive ale radicalilor liberi. DIM reduce nivelurile de metaboliți estrogeni daunatori ce creeaza afectiuni hormonale, schimbari ale starii de dispozitie, dureri mamare si multe alte afectiuni deloc de ignorat.



# ACID HIALURONIC

Acidul hialuronic, urmatorul ingredient cheie din formula Biotiful Life si colagenul sunt o combinatie ideala atunci cand vorbim despre imbunatatirea calitatii pielii.



Colagenul este cel care are rolul de constructie a tesutului cutanat, iar acidul hialuronic este cel care il sustine **hranindu-l si hidratandu-l**. Insa ar fi prea putin sa scoatem in evidenta doar aceste beneficii ale acidului hialuronic.

Cercetarile au demonstrat faptul ca influenteaza benefic starea generala de sanatate: protejeaza de anumite afectiuni respiratorii, este extrem de important pentru functionarea armonioasa a creierului, sustine functionarea vezicii urinare tratand incontinenta urinara, actioneaza simultan cu peptidele de colagen in promovarea lubrifierii articulatiilor si este puternic antiinflamator.



# ACID HIALURONIC & LONGEVITATEA

O informatie impresionanta despre acidul hialuronic a fost lansata recent de catre biologul Vera Gorbunova ce activeaza la Universitatea din Rochester si este co-director al Centrului de Cercetare a Imbatranirii Rochester. Cercetarile ei se concentreaza pe intelegerea mecanismelor longevitatii si stabilitatii genomului si pe studiile privind durata de viata a mamiferelor. In urma unei analize globale a tuturor studiilor realizate, Vera Gorbunova a declarat ca acidul hialuronic este *o piesa importanta atunci cand vorbim despre longevitate si protejarea organismului de boli degenerative cum este cancerul.*

Acest aspect este incredibil atat din punct de vedere stiintific, cat si pentru umanitate. Avem solutii, este insa nevoie de educare, informare si pregatirea de a alege produse care merita atentia si investitia noastra. Studiul poate fi gasit aici - <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4414831/>

# TURMERICUL

**Turmericul** ce contine **curcumina** - substanta activa cu multiple beneficii holistice este parte din formula noastra pentru ca nu am putut sa ignor rolul sau in completare cu celelalte ingrediente.

Ca sa ma asigur de biodisponibilitatea curcuminei, formularea acestui produs a fost realizata cu extras din piper - **Piperine** 95% ce creste biodisponibilitatea substantei cu peste *1000%*. De asemenea, DIM - ingredientul despre care am vorbit mai sus este si acesta sustinut in procesul de asimilare de catre Piperine 95%.

Turmericul este parte din conceptul Biotiful Life **Collagen** pentru ca:

- *Reduce inflamatia in corp.* Studiile leaga puterea antiinflamatoare a curcuminei cu efectul similar al anumitor medicamente
- *Minimizeaza efectele stresului oxidativ* - exact ce avem nevoie! Radicalii liberi sunt principalii inamici atunci cand vorbim despre sanatate si frumusetate, iar curcumina din turmeric ii neutralizeaza datorita puterii sale antioxidante
- *Imbunatateste functiile creierului.* Pe langa faptul ca reduce efectul de ceata-n creier, acesta are capacitatea de a participa la crearea unor noi legaturi neuronale
- *Sustine tratamentul depresiei.* Un studiu recent realizat pe animale a demonstrat faptul ca curcumina are proprietati antidepresive, iar un studiu uman a confirmat faptul ca aceasta substanta este la fel de eficienta ca medicamente precum Prozac in gestionarea depresiei
- *Gestioneaza rezistenta la insulina sau chiar diabetul.* Spike-urile glicemice zilnice duc la rezistenta la insulina, unul dintre cei mai mari inamici ai frumusetii si sanatatii feminine. As vrea sa va aduc in atentie un studiu care, desi are cu siguranta nevoie de inca multi ani de cercetare, a demonstrat pana la acest moment cum curcumina este **de pana la 400 de ori mai puternica decat metformina** (un medicament folosit in tratarea rezistentei la insulina) in activarea AMPK, o enzima care regleaza sensibilitatea la insulina.

---

# REZISTENTA LA INSULINA

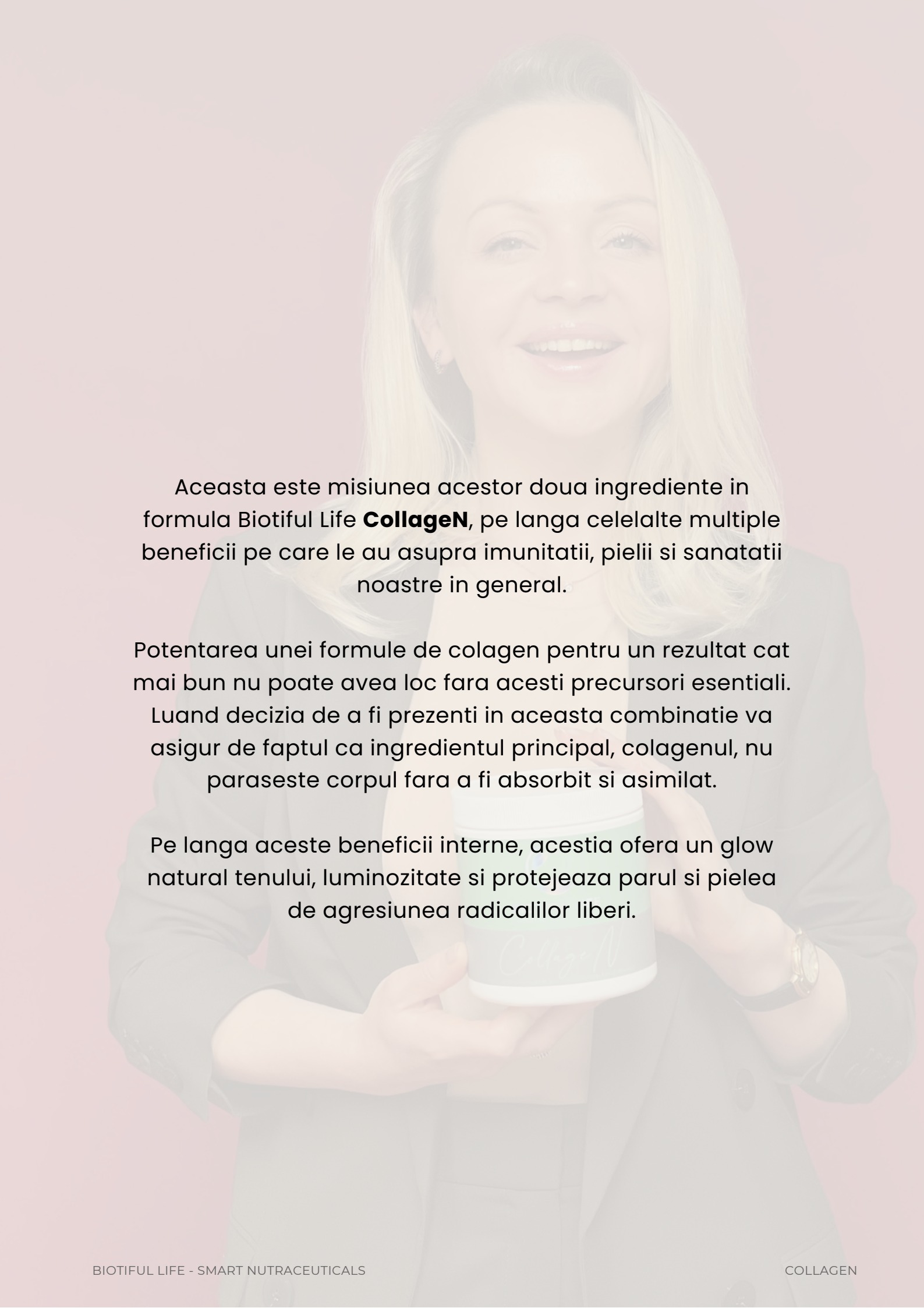
Vorbesc despre rezistenta la insulina de ani de zile si incerc sa trag semnale de alarma, insa multi aud si putini asculta. Indiferent ca vorbim despre imbatranirea prematura a tenului, acneea, dezechilibrele hormonale, PMS, ovare polichistice, acest aspect trebuie tratat cu extrem de multa seriozitate pentru a preveni declansarea in lant a multor altor afectiuni pe termen lung.

# VITAMINELE E & C



Co-factorii sau precursorii de neînlocuit ai Colagenului, **Vitaminele E & C** lucrează în sinergie susținând rolul de reconstrucție al colagenului în corp.

Acești antioxidanți contribuie la menținerea unei rețele normale de colagen matur la om, prevenind auto-inactivarea a două enzime cheie în biosinteza colagenului - *lizil și prolil-hidroxi-lază*.



Aceasta este misiunea acestor doua ingrediente in formula Biotiful Life **Collagen**, pe langa celelalte multiple beneficii pe care le au asupra imunitatii, pielii si sanatatii noastre in general.

Potentarea unei formule de collagen pentru un rezultat cat mai bun nu poate avea loc fara acesti precursori esentiali. Luand decizia de a fi prezenti in aceasta combinatie va asigura de faptul ca ingredientul principal, collagenul, nu paraseste corpul fara a fi absorbit si asimilat.

Pe langa aceste beneficii interne, acestia ofera un glow natural tenului, luminozitate si protejeaza parul si pielea de agresiunea radicalilor liberi.

CANTITATE

Fiecare cupa de colagen  
contine 10 grame de  
produs.

O cutie este indeajuns  
pentru 30 de serviri.



SMART NUTRACEUTICALS  
COLLAGEN

# COLLAGEN



SMART NUTRACEUTICALS

300<sub>GR</sub>

Peptide de colagen  
de origine bovina





# COLLAGEN, WELCOME!

Acest nutraceutic inteligent si construit holistic iti va oferi rezultatele pe care ti le doresti la exterior sustinand sanatatea si buna functionare a corpului la interior!

Ne dorim sa redescoperiti bucuria de a va simti increzatoare in frumusetea si confortul dat de o piele sanatoasa.

*Este timpul sa descoperiti viitorul ingrijirii!*

Love, Angelina

## DISCLAIMER

Conținutul din acest material are doar scop informativ și educațional. Informațiile sunt exacte în momentul creării acestui program, dar acest lucru se poate schimba în timp și depinde de acuratețea informațiilor dezvăluite de producători, branduri, produse, cercetători, doctori, institutii acreditate. Prin urmare, continuând să urmați acest program, acceptați că, în măsura permisă de lege, excludem în mod expres orice răspundere pentru orice pierdere sau daune directe, indirecte sau consecutive suferite de dvs. sau de alții în legătură cu acest ghid și conținutul acestuia, incluzând, fără limitare, orice răspundere pentru orice accidente, întâzieri, răni, vătămări, pierderi, daune, deces, profituri pierdute, întreruperi personale sau de afaceri, aplicare greșită de informații, boală fizică sau psihică, stare sau problemă, fizică, mentală, emoțională sau vătămare sau vătămare spirituală, pierdere de venit sau venituri, pierdere de afaceri, pierdere de profituri sau contracte, economii anticipate, pierderi de date, pierderi de bunăvoință, timp pierdut și pentru orice alte pierderi sau daune de orice fel, totuși, și fie că a fost cauzat de neglijență, încălcare a contractului sau de altă natură, în mod previzibil sau nu. Recunoașteți și sunteți de acord în mod specific că nu suntem răspunzători pentru niciun fel de defăimare, comportamentul ofensator sau ilegal al oricărui alt participant sau utilizator al site-ului, inclusiv al dumneavoastră.

Acest website - [biotifulbrands.com](http://biotifulbrands.com) și conținutul său nu trebuie să fie percepute sau bazate ca sfat medical sau sfat de sănătate mintală. Informațiile și conținutul furnizat prin intermediul site-ului nostru nu sunt destinate să înlocuiască sfatul, diagnosticul sau tratamentul medical profesional care poate fi furnizat de propriul medic, asistent medical, asistent medic, terapeut, consilier, medic specialist în sănătate mintală, dietetician sau nutriționist autorizat sau orice alt profesionist din domeniul sănătății autorizat sau înregistrat.

Nu ignora sfaturile medicului sau profesionistului și nu amânați solicitarea de sfaturi profesionale din cauza anumitor informații pe care le-ați citit pe portalul nostru. Nu încetați să luați medicamente fără să vorbiți cu medicul dumneavoastră, asistenta medicală, asistentul medicului, terapeutul de sănătate mintală sau alți specialiști în domeniul medical. Dacă aveți sau bănuți că aveți o problemă medicală sau de sănătate mintală, contactați-vă propriul furnizor de servicii medicale. Nu oferim îngrijire medicală, terapie medicală sau servicii de nutriție sau încercarea de a diagnostica, trata, preveni sau vindeca în orice mod orice boală fizică sau orice problemă mentală sau emoțională, boală sau condiție. Nu oferim medicale, sfaturi psihologice sau religioase.

Toate drepturile rezervate iBeauty Official SRL. Nicio parte a acestei publicații nu poate fi reprodusă, stocată într-un sistem de recuperare sau transmisă în niciunul sub formă sau prin orice mijloace, fie electronice, mecanice, de fotocopiare, de înregistrare sau de altă natură, fără permisiunea prealabilă a autorului, Angelina Cozma, fondator iBeauty Official SRL. Te rugăm nu transmite mai departe informația, publica pe un site web sau într-un buletin informativ sau vinde fără permisiunea autorului. Vă mulțumim pentru respectarea eforturilor depuse.

Referinte:

1. Ricard-Blum S. The collagen family. *Cold Spring Harb Perspect Biol.* 2011;3(1):a004978. doi:10.1101/cshperspect.a004978
2. Maynes R. *Structure and Function of Collagen Types.* Elsevier Science; 2012.
3. Salamito M, Nauroy P, Ruggiero F. The collagen superfamily: Everything you always wanted to know. In: *The Collagen Superfamily and Collagenopathies.* Springer International Publishing; 2021:1-22.
4. Kuivaniemi H, Tromp G. Type III collagen (COL3A1): Gene and protein structure, tissue distribution, and associated diseases. *Gene.* 2019;707:151-171. doi:10.1016/j.gene.2019.05.003
5. Öhlund D, Franklin O, Lundberg E, Lundin C, Sund M. Type IV collagen stimulates pancreatic cancer cell proliferation, migration, and inhibits apoptosis through an autocrine loop. *BMC Cancer.* 2013;13(1):154. doi:10.1186/1471-2407-13-154
6. Zhao X, Zhang X, Liu D. Collagen peptides and the related synthetic peptides: A review on improving skin health. *J Funct Foods.* 2021;86(104680):104680. doi:10.1016/j.jff.2021.104680
7. Oesser S. The oral intake of specific Bioactive Collagen Peptides has a positive effect on hair thickness. *Nutrafoods.* Published online 2020.
8. Igielska-Kalwat J, Kilian-Pięta E, Połoczańska-Godek S. The use of natural collagen obtained from fish waste in hair styling and care. *Polymers (Basel).* 2022;14(4):749. doi:10.3390/polym14040749
9. Ablon G, Kogan S. A six-month, randomized, double-blind, placebo-controlled study evaluating the safety and efficacy of a nutraceutical supplement for promoting hair growth in women with self-perceived thinning hair. *J Drugs Dermatol.* 2018;17(5):558-565. Accessed January 7, 2023.
10. Kang MC, Yumnam S, Kim SY. Oral intake of collagen peptide attenuates ultraviolet B irradiation-induced skin dehydration in vivo by regulating hyaluronic acid synthesis. *Int J Mol Sci.* 2018;19(11):3551. doi:10.3390/ijms19113551
11. Hexsel D, Zague V, Schunck M, Siega C, Camozzato FO, Oesser S. Oral supplementation with specific bioactive collagen peptides improves nail growth and reduces symptoms of brittle nails. *J Cosmet Dermatol.* 2017;16(4):520-526. doi:10.1111/jocd.12393
12. Eghbali M, Eghbali M, Robinson TF, Seifter S, Blumenfeld OO. Collagen accumulation in heart ventricles as a function of growth and aging. *Cardiovasc Res.* 1989;23(8):723-729. doi:10.1093/cvr/23.8.723
13. Thomas DP, Zimmerman SD, Hansen TR, Martin DT, McCormick RJ. Collagen gene expression in rat left ventricle: interactive effect of age and exercise training. *J Appl Physiol.* 2000;89(4):1462-1468. doi:10.1152/jappl.2000.89.4.1462
14. Horn MA, Trafford AW. Aging and the cardiac collagen matrix: Novel mediators of fibrotic remodelling. *J Mol Cell Cardiol.* 2016;93:175-185. doi:10.1016/j.yjmcc.2015.11.005
15. Tomosugi N, Yamamoto S, Takeuchi M, et al. Effect of collagen tripeptide on atherosclerosis in healthy humans. *J Atheroscler Thromb.* 2017;24(5):530-538. doi:10.5551/jat.36293
16. Daneault A, Prawitt J, Fabien Soulé V, Coxam V, Wittrant Y. Biological effect of hydrolyzed collagen on bone metabolism. *Crit Rev Food Sci Nutr.* 2017;57(9):1922-1937. doi:10.1080/10408398.2015.1038377
17. Guillerminet F, Fabien-Soulé V, Even PC, et al. Hydrolyzed collagen improves bone status and prevents bone loss in ovariectomized C3H/HeN mice. *Osteoporos Int.* 2012;23(7):1909-1919. doi:10.1007/s00198-011-1788-6
18. König D, Oesser S, Scharla S, Zdzieblik D, Gollhofer A. Specific collagen peptides improve bone mineral density and bone markers in postmenopausal women—A randomized controlled study. *Nutrients.* 2018;10(1):97. doi:10.3390/nu10010097
19. Ferreira AM, Gentile P, Chiono V, Ciardelli G. Collagen for bone tissue regeneration. *Acta Biomater.* 2012;8(9):3191-3200. doi:10.1016/j.actbio.2012.06.014
20. Gregorio I, Braghetta P, Bonaldo P, Cescon M. Collagen VI in healthy and diseased nervous system. *Dis Model Mech.* 2018;11(6):dmm032946. doi:10.1242/dmm.032946
21. Koizumi S, Inoue N, Sugihara F, Igase M. Effects of collagen hydrolysates on human brain structure and cognitive function: A pilot clinical study. *Nutrients.* 2019;12(1):50. doi:10.3390/nu12010050