



CREMA CORPORAL CONCENTRADA EN ÑAME

ERGY-YAM, cuya concentración en extracto de Ñame (*Dioscorea villosa*), es del 40%, asocia factores anti-edad y aceites ricos en ácidos grasos esenciales:

- **El aceite de rosa mosqueta**, rico en ácido linoleico y alfa-linolénico, es muy conocido por su acción sobre la regeneración celular.
- **El aceite de onagra**, rico en ácido linoleico y gama-linolénico, es hidratante, nutritivo y precursor de las prostaglandinas de tipo 1, hormono-reguladoras.

Una forma de administración óptima: la vía transdérmica.

El uso de una **fito-emulsión** permite una **asimilación óptima y progresiva** de los sapogeninos esteroideos, entre los cuales encontramos la diosgenina (lípidos y de bajo peso molecular), la cual permite, una **impregnación armoniosa**. Por otra parte, en caso de **toma vía oral**, el extracto o la planta se ve fuertemente agredido por los jugos digestivos, lo que ocasiona una **pérdida de actividad** y una fatiga hepática.



INDICACIONES

ERGY-YAM contribuye al **mantenimiento del equilibrio fisiológico femenino** en diversas situaciones:

- **Trastornos premenstruales, ciclos irregulares**, ciclos anovulatorios.
- **Periodo de menopausia y de pre-menopausia** (sequedad cutánea, bajada de libido, retención de líquidos...).
- Tendencia a la **fragilidad ósea**.
- **ERGY-YAM** hidrata y nutre la piel.



CONSEJOS DE USO

Aplicar en la cara interna de los brazos o muslos, alternando con los pechos y el bajo vientre.*

• Periodo de menopausia:

1 a 2 nueces de crema por la mañana y la noche, 3 semanas al mes o las 3 últimas semanas del ciclo.

1 tubo = 1 mes (3 semanas de aplicación).

Como mantenimiento, cura a renovar: 1 nuez mañana y noche.

1 tubo = 2 meses (2 veces 3 semanas de aplicación).

• Periodo premenstrual:

1 nuez mañana y noche los 15 últimos días del ciclo.



Evitar el contacto con las mucosas y con los ojos.

* Nota: para las personas sensibles, una zona roja puede aparecer al nivel de la zona de aplicación. Por lo tanto se recomienda alternar las zonas de aplicación. Se trata de un efecto derivado del Ñame que no tiene consecuencias.

INGREDIENTES**

Fórmula sin parabén, sin colorantes, sin alcohol, sin fenoxietanol.

Fórmula no testada sobre animales.

Extracto de Ñame (*Dioscorea villosa*), aceite de onagra (*Oenothera biennis*), aceite de rosa mosqueta (*Rosa rubiginosa*).

** Lista completa de los ingredientes en el tubo.

COMPOSICIÓN

Extracto natural de Ñame	40 %
Aceite de rosa mosqueta	0.5 %
Aceite de onagra	0.5 %
Vitamina E	0.3 %



PRESENTACIÓN

Tubo de 100 ml: N.R.G.S.A: 26.02.465//SS

♀ Una respuesta natural a los trastornos femeninos.

Posibles desequilibrios

Se manifiestan mucho antes de la menopausia y afectan a buena parte de las mujeres a partir de los **30 años**. Se explica por **una hiperestrogenia relativa en la segunda parte del ciclo** (ausencia de formación del cuerpo amarillo y por lo tanto no hay producción de progesterona).

- **Los trastornos premenstruales** (tensiones a nivel de los pechos, fatiga, irritabilidad...) aparecen de manera **cíclica**, una a dos semanas antes de las menstruaciones.

Unos estudios ⁽¹⁾ asocian estos trastornos a niveles bajos de **serotonina**; las mujeres que sufren trastornos del humor, depresiones o depresión postparto, podrían tener un riesgo mayor. Por otra parte, un exceso de **cortisol** (que se puede provocar por un stress) entra en competición con la progesterona para unirse a los receptores celulares, impidiendo la actividad de la progesterona.

- **La premenopausia** que aparece generalmente hacia los 47 años, se caracteriza por una bajada de las secreciones hormonales, con **una hiperestrogenia relativa** (ciclos anovulatorios). La sintomatología es muy parecida a la de los trastornos premenstruales

Después, viene **la menopausia**, etapa natural que marca el fin de la fertilidad. Suele estar acompañada de diversos **trastornos**, aún **mayores** cuando existen **carencias en micronutrientes**.

La tasa de **progesterona** es **prácticamente nula**, mientras que continúa la **síntesis de los estrógenos**, en una menor medida, por **las células grasas**. Este estado de carencia hormonal es el origen de los trastornos de la menopausia: estado depresivo, trastornos de la libido, riesgo de osteoporosis, sequedad vaginal, problemas de cabello y de piel.

Además, cada vez más **xenoestrógenos**, difícilmente metabolizables por el cuerpo (alquilfenoles en ciertos plásticos alimentarios, insecticidas, pesticidas...) **alteran el equilibrio hormonal** a lo largo de la vida.

Consejos asociados

ERGYFLAVONA: si menopausia

BILEINA: si trastornos premenstruales

VECTI-SEREN: si trastornos del humor

ERGYOSEO: si debilidad ósea

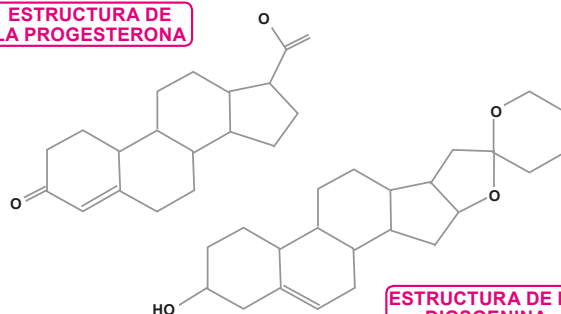
ERGYACTIV: si bajada de libido.

Actividad física regular y alimentación equilibrada.

El Ñame: un fitoregulator

El Ñame, tradicionalmente utilizado en América central para aliviar los trastornos femeninos, pertenece a la familia de **las dioscoreáceas** que contiene más de 800 especies diferentes. La experiencia de numerosos profesionales de la salud demuestra que **el Ñame** tiene una acción beneficiosa sobre el **equilibrio hormonal femenino**, sin los efectos secundarios y los riesgos de los tratamientos hormonales sustitutivos. Su acción se debe a una **sinergia de activos**, entre ellos **la diosgenina**, químicamente **parecida a la progesterona**. Según Zava 1998, la diosgenina no es un precursor directo de esta hormona, pero posee una acción **progesterona-like** que estimula sus receptores nucleares ⁽²⁾.

ESTRUCTURA DE LA PROGESTERONA



ESTRUCTURA DE LA DIOSGENINA

El consumo de **progesterona natural** o de sustancias **progesterona-like** tendría un papel en la **prevención de la desmineralización ósea** (estimula los osteoblastos).

Por otra parte, la dioscorina del Ñame muestra propiedades **antioxidantes, antiinflamatorias, hipolipemiantes** ^(3,4).

El Ñame posee también mucílagos con propiedades **anti-irritantes y suavizantes**.

Aceite de onagra y aceite de rosa mosqueta

El **aceite de onagra**, rico en ácido gama-linolénico, se suele utilizar en cosmética por su **acción hidratante y anti-arrugas**. Efectivamente, permite preservar la elasticidad del epidermo, y sus ácidos grasos esenciales refuerzan la película hidrolipídica cutánea.

El **aceite de rosa mosqueta** completa esta acción gracias a sus **propiedades regeneradoras y revitalizantes**.

BIBLIOGRAFÍA

[1] PEARLSTEIN T & STEINER M - Premenstrual dysphoric disorder: burden of illness and treatment update. *J Psychiatry Neurosci* 2008;33(4):291-301.

[2] ZAVA DT, DOLLBAUM CM, BLEN M - Estrogen and progestin bioactivity of foods, herbs and spices. *P.S.E.B.M.* 1998;217:369-378.

[3] ARAGHINIKNAM M, CHUNG S, NELSON-WHITE T, ESKELSON C, WATSON RR - Antioxidant activity of Dioscorea and dehydroepiandrosterone (DHEA) in human. *Life Science*. 1996;59(11):PL147-157.

[4] YAMADA T, HOSHINO M, HAYAKAWA T, OHHARA H and coll. - Dietary diosgenin attenuates subacute intestinal inflammation associated with indomethacin in rats. *Am. J. Physiol.* 1997;273(2 Pt 1):G355-64. abstract.

WU WH, LIU LY, CHUNG CJ, JOU HJ, WANG TA. - Estrogenic effect of yam ingestion in healthy postmenopausal women. *J Am Coll Nutr.* 2005 Aug;24(4):235-43.

DEPYPERE HT, COMHAIRE FH. - Herbal preparations for the menopause: beyond isoflavones and black cohosh. *Maturitas.* 2014 Feb;77(2):191-4.

FRANCO D, PINELLO M, SINEIRO J, NÚÑEZ MJ. - Processing of Rosa rubiginosa: extraction of oil and antioxidant substances. *Bioresour Technol.* 2007 Dec;98(18):3506-12.

MUGGLI R. - Systemic evening primrose oil improves the biophysical skin parameters of healthy adults. *Int J Cosmet Sci.* 2005 Aug;27(4):243-9.