



LIBICARE[®]

MENO

Para ayudar a controlar los síntomas de la menopausia:
sofocos, insomnio e irritabilidad^{1,2}
Promueve el deseo sexual^{3,4}

ES

Libicare[®] MENO es un complemento alimenticio innovador que ayuda a las mujeres a afrontar de manera integral los síntomas asociados a la menopausia^{1,2}: sofocos, sudoración, inquietud, insomnio, irritabilidad, cansancio y falta de deseo sexual^{3,4}.

Libicare[®] MENO contiene ingredientes de origen natural: Luprenol[®] (extracto de *Humulus lupulus* L.), extracto de *Cimicifuga racemosa* L., extractos de *Trigonella foenum-graecum* L., *Tribulus terrestris* L., *Ginkgo biloba* L. y *Turnera diffusa* Willd. ex Schult., hidroxitirosol (extracto seco de hojas de olivo *Olea europaea* L.), melatonina, vitaminas B1, B2, B3, B6, vitamina D, selenio y zinc.

Información sobre los principales componentes:

- **Luprenol[®]** (extracto seco de *Humulus lupulus* L.) y extracto seco de *Cimicifuga racemosa* L.²: ayudan a las mujeres a contrarrestar los síntomas típicos de la menopausia (sofocos, sudoraciones nocturnas, ansiedad e irritabilidad).
- **Melatonina**: se produce de manera natural en el organismo, pero su síntesis comienza a disminuir a partir de los 30 años. La ingesta de 1 mg de melatonina un poco antes de ir a dormir ayuda a disminuir el tiempo necesario para conciliar el sueño.
- **Polifenoles de aceite de oliva (hidroxitirosol)**: los compuestos fenólicos del aceite de oliva extra virgen son poderosos antioxidantes y protegen el colesterol LDL del daño oxidativo. El efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 20 g de aceite de oliva.
- **Extracto seco de *Trigonella foenum-graecum* L.**: contribuye a mantener niveles normales de glucosa en sangre, además de un metabolismo equilibrado de las grasas.
- **Extractos secos de *Tribulus terrestris* L.³ y *Damiana*⁴ (*Turnera diffusa* Willd. ex Schult.)**: promueven el deseo sexual.
- **Extracto seco de *Ginkgo biloba* L.**: ayuda a mejorar la función cognitiva.
- **Vitaminas del grupo B**: intervienen en múltiples procesos: contribuyen al funcionamiento normal del sistema nervioso (B1, B2, B3, B6), a la reducción del cansancio y la fatiga (B2, B3, B6), al funcionamiento normal del sistema inmune (B6) y a la regulación de la actividad hormonal (B6).
- **Vitamina D**: ayuda a la absorción y utilización normal del calcio de la dieta y al funcionamiento normal del sistema inmune.
- **Selenio**: antioxidante que contribuye al mantenimiento del cabello y uñas, y al funcionamiento normal del sistema inmune.
- **Zinc**: oligoelemento con una importante función, contribuye al metabolismo de los macronutrientes y protege a las células del daño oxidativo.

Modo de uso: Tomar 1 cápsula **DÍA** por la mañana, con el desayuno, y 1 cápsula **NOCHE** por la noche, preferiblemente poco antes de irse a dormir.
Advertencias: Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable. No superar la dosis diaria recomendada. No utilizar en caso de hipersensibilidad o alergia a cualquiera de sus ingredientes. No recomendado para mujeres menores de 18 años, embarazadas ni lactantes. Consulte con su médico en caso de uso concomitante con anticoagulantes o en caso de antecedentes personales o familiares de cáncer de mama. Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. No se recomienda tomarlo por un periodo mayor a 6 meses sin consejo médico. **Modo de conservación:** Conservar en un lugar fresco y seco.

Ingredientes Cápsula DÍA: Extracto seco de semillas de Trigonella (60% saponinas) (*Trigonella foenum-graecum* L.); cápsula de origen vegetal (agente de recubrimiento: hidroxipropilmetilcelulosa); extracto seco de hojas de olivo (20% hidroxitirosol) (*Olea europaea* L.); extracto seco de hojas de *Damiana*⁴ (*Turnera diffusa* Willd. ex Schult.); extracto seco de fruto de *Tribulus*³ (90% saponinas) (*Tribulus terrestris* L.); nicotinamida (niacina-vitamina B3); agente de carga: celulosa microcristalina; colecalciferol (vitamina D); antiaglomerante: sales magnésicas de ácidos grasos de origen vegetal; extracto seco de hojas de *Ginkgo* (7% ginkgolavonglucósidos) (*Ginkgo biloba* L.); antiaglomerante: dióxido de silicio; riboflavina (vitamina B2); clorhidrato de tiamina (vitamina B1); selenito de sodio.
Ingredientes Cápsula NOCHE: Luprenol[®] (extracto seco de inflorescencia de Lúpulo¹ (0,03% 8-Prenilnaringenina) (*Humulus lupulus* L.); cápsula de origen vegetal (agente de recubrimiento: hidroxipropilmetilcelulosa, colorante: zumo concentrado de zanahoria morada); extracto seco de semillas de Trigonella (60% saponinas) (*Trigonella foenum-graecum* L.); gluconato de zinc; extracto seco de hojas de olivo (20% hidroxitirosol) (*Olea europaea* L.); agente de carga: celulosa microcristalina; antiaglomerante: sales magnésicas de ácidos grasos de origen vegetal; extracto seco de raíz de *Cimicifuga racemosa*² (2,5% glucósidos) (*Cimicifuga racemosa* L.); antiaglomerante: dióxido de silicio; clorhidrato de piridoxina (vitamina B6); melatonina.

Composición cápsula día

Por dosis diaria
(1 cápsula) %VRN*

Extracto seco de Trigonella, de los cuales:	400 mg	-
• Saponinas	240 mg	-
Extracto seco de <i>Damiana</i> 4:1	45 mg	-
Extracto seco de <i>Tribulus</i> , de los cuales:	40 mg	-
• Saponinas	36 mg	-
Extracto seco de <i>Ginkgo</i> , de los cuales:	5 mg	-
• Ginkgolavonglucósidos	0,35 mg	-
Extracto seco de hojas de olivo, de los cuales:	50 mg	-
• Hidroxitirosol	10 mg	-
Vitamina B1	1,96 mg	178%
Vitamina B2	2,8 mg	200%
Niacina (Vitamina B3)	32 mg NE	200%
Selenio	50 µg	91%
Vitamina D	25 µg	500%

Composición cápsula noche

Por dosis diaria
(1 cápsula) %VRN*

Extracto seco de Trigonella, de los cuales:	100 mg	-
• Saponinas	60 mg	-
Luprenol [®] (extracto seco de Lúpulo), de los cuales:	340 mg	-
• 8-Prenilnaringenina	102 µg	-
Extracto seco de <i>Cimicifuga racemosa</i> , de los cuales:	5,6 mg	-
• Glucósidos triterpénicos	0,14 mg	-
Extracto seco de hojas de olivo, de los cuales:	50 mg	-
• Hidroxitirosol	10 mg	-
Melatonina	1,0 mg	-
Vitamina B6	2,3 mg	164%
Zinc	10 mg	100%

*VRN: Valor de Referencia de Nutrientes

Procare[®]
Health
Naturally woman

PROCARE HEALTH IBERIA, S.L.
Av. Miguel Hernández 21, Bajo
46450 Benifaió (Valencia) - España



LIBICARE[®]

MENO

Para ajudar a controlar os sintomas da menopausa:
afrontamentos, insónia e irritabilidade^{1,2}
Promove o desejo sexual^{3,4}

PT

Libicare[®] Meno é um suplemento alimentar inovador que ajuda as mulheres a controlar de forma integral os sintomas associados à menopausa^{(1),(2)}: afrontamentos, suores, ansiedade, insónias, irritabilidade, cansaço e falta de desejo sexual^(3,4).

Libicare[®] Meno contém ingredientes de origem natural: Luprenol[®] (extrato de *Humulus lupulus* L.), extrato de *Cimicifuga racemosa* L., extratos de *Trigonella foenum-graecum* L., *Tribulus terrestris* L., *Ginkgo biloba* L. e *Turnera diffusa* Willd. ex Schult., hidroxitirosol (extrato seco de folhas de oliveira (*Olea europaea* L.)), melatonina, vitaminas B1, B2, B3, B6, vitamina D, selénio e zinco.

Informação sobre os principais componentes:

- **Luprenol[®]** (extrato seco de *Humulus lupulus* L.¹) e extrato seco de *Cimicifuga racemosa* L.²: ajudam a mulher a controlar os sintomas típicos da menopausa (afrontamentos, suores noturnos, ansiedade e irritabilidade).
- **Melatonina**: é produzida de modo natural no organismo, mas a sua síntese começa a diminuir a partir dos 30 anos. A ingestão de 1 mg de melatonina um pouco antes de deitar ajuda a reduzir o tempo necessário para adormecer.
- **Polifenóis de azeite de oliveira (hidroxitirosol)**: os compostos fenólicos do azeite extra virgem são poderosos antioxidantes e protegem o colesterol LDL do dano oxidativo. O efeito benéfico é obtido com uma ingestão diária de 20 g de azeite.
- Extrato seco de *Trigonella foenum-graecum* L.: contribui para manter os níveis normais de glucose no sangue, para além do metabolismo equilibrado das gorduras.
- Extratos secos de *Tribulus terrestris* L.³ e *Damiana*⁴ (*Turnera diffusa* Willd. ex Schult.): promovem o desejo sexual.
- Extrato seco de *Ginkgo biloba* L.: ajuda a melhorar a função cognitiva.
- **Vitaminas do grupo B**: intervêm em múltiplos processos: contribuem para o funcionamento normal do sistema nervoso (B1, B2, B3, B6), para a redução do cansaço e da fadiga (B2, B3, B6), para o funcionamento normal do sistema imunitário (B6) e para a regulação da atividade hormonal (B6).
- **Vitamina D**: facilita a absorção e utilização normal de cálcio na dieta e o funcionamento normal do sistema imunitário.
- **Selénio**: antioxidante que contribui para o fortalecimento do cabelo e das unhas, e para o funcionamento normal do sistema imunitário.
- **Zinco**: oligoelemento com uma importante função, contribuindo para o metabolismo dos macronutrientes e protege as células do dano oxidativo.

Modo de utilização: Tomar 1 cápsula **DIA** de manhã, ao pequeno-almoço, e 1 cápsula **NOITE** à noite, de preferência um pouco antes de deitar.
Advertências: Os suplementos alimentares não devem utilizar-se como substitutos de uma dieta variada e equilibrada e um estilo de vida saudável. Não ultrapassar a dose diária recomendada. Não utilizar em caso de hipersensibilidade ou alergia a qualquer dos ingredientes. Não é recomendado para mulheres com menos de 18 anos, grávidas ou a amamentar. Consulte o seu médico no caso do uso concomitante de anticoagulantes ou no caso de antecedentes pessoais ou familiares de cancro da mama. Manter fora do alcance e vista das crianças. Não recomendada a toma por período superior a 6 meses sem aconselhamento médico. **Modo de conservação:** Conservar em local fresco e seco.

Ingredientes Cápsula DIA: Extrato seco de sementes de *Trigonella* (60% saponinas) (*Trigonella foenum-graecum* L.); cápsula de origem vegetal (agente de revestimento: hidroxipropilmetilcelulose); extrato seco de folhas de oliveira (20% hidroxitirosol) (*Olea europaea* L.); extrato seco de folhas de *Damiana*⁴ (*Turnera diffusa* Willd. ex Schult.); extrato seco de fruto de *Tribulus*³ (90% saponinas) (*Tribulus terrestris* L.); nicotinamida (niacina-vitamina B3); agente de volume: celulose microcristalina; colecalciferol (vitamina D); antiaglomerante: sais de magnésio de ácidos gordos de origem vegetal; extrato seco de folhas de *Ginkgo* (7% ginkgoflavoglicosídeos) (*Ginkgo biloba* L.); antiaglomerante: dióxido de silício; riboflavina (vitamina B2); cloridrato de tiamina (vitamina B1); selenito de sódio.
Ingredientes Cápsula NOITE: Luprenol[®] (extrato seco de inflorescência de *Lúpulo*¹ (0,03% 8-Preinilaringenina (*Humulus lupulus* L.)); cápsula de origem vegetal (agente de revestimento: hidroxipropilmetilcelulose, corante: concentrado de sumo de cenoura roxa); extrato seco de sementes de *Trigonella* (60% saponinas) (*Trigonella foenum-graecum* L.); gluconato de zinco; extrato seco de folhas de oliveira (20% hidroxitirosol) (*Olea europaea* L.); agente de volume: celulose microcristalina; antiaglomerante: sais de magnésio de ácidos gordos de origem vegetal; extrato seco de raiz de *Cimicifuga racemosa*² (2,5% glucósidos) (*Cimicifuga racemosa* L.); antiaglomerante: dióxido de silício; cloridrato de piridoxina (vitamina B6); melatonina.

Composição cápsula dia	Por dose diária (1 cápsula)	%VRN*
Extrato seco de <i>Trigonella</i> , dos quais:	400 mg	-
• <u>Saponinas</u>	240 mg	-
Extrato seco de <i>Damiana</i> 4:1	45 mg	-
Extrato seco de <i>Tribulus</i> , dos quais:	40 mg	-
• <u>Saponinas</u>	36 mg	-
Extrato seco de <i>Ginkgo</i> , dos quais:	5 mg	-
• <u>Ginkgoflavoglicosídeos</u>	0,35 mg	-
Extrato seco de folhas de oliveira, dos quais:	50 mg	-
• <u>Hidroxitirosol</u>	10 mg	-
Vitamina B1	1,96 mg	178%
Vitamina B2	2,8 mg	200%
Niacina (Vitamina B3)	32 mg NE	200%
Selénio	50 µg	91%
Vitamina D	25 µg	500%

Composição cápsula noite	Por dose diária (1 cápsula)	%VRN*
Extrato seco de <i>Trigonella</i> , dos quais:	100 mg	-
• <u>Saponinas</u>	60 mg	-
Extrato seco de <i>Lúpulo</i> , dos quais:	340 mg	-
• <u>8-Preinilaringenina</u>	102 µg	-
Extrato seco de <i>Cimicifuga racemosa</i> , dos quais:	5,6 mg	-
• <u>Glucósidos triterpénicos</u>	0,14 mg	-
Extrato seco de folhas de oliveira, dos quais:	50 mg	-
• <u>Hidroxitirosol</u>	10 mg	-
Melatonina	1,0 mg	-
Vitamina B6	2,3 mg	164%
Zinco	10 mg	100%

*VRN: Valor de Referência do Nutriente

Procare[®]
Health
Naturally woman

Distribuidor em Portugal:
PCHP - WOMEN CARE UNIP. LDA.
Lagoas Park, Edifício 7, Piso 1 Sul
2740-244 Porto Salvo - Portugal