



GarlicAIM es un suplemento dietético que se enfoca en la salud cardiovascular con una combinación única de tres tipos de ajo.

### ¿Por qué es especial GarlicAIM? —

- Combinación de bulbo y hoja de ajo
- Alto contenido de adenosina
- Alto contenido de péptido gamma-glutamil
- Hoja de ajo silvestre que nunca ha sido domesticada
- Incluye ajo negro fermentado

### Enfoque —

El sistema cardiovascular consiste en vasos sanguíneos y el corazón. La sangre circula a través de este sistema, suministrando a todos los órganos y tejidos del cuerpo oxígeno y nutrientes y una vía para la eliminación de productos de desecho.

Las elecciones de estilo de vida poco saludables son factores críticos en la enfermedad cardiovascular. El tabaquismo, la mala alimentación y la falta de ejercicio contribuyen a que la enfermedad cardiovascular sea la principal causa de muerte en América del Norte. Cambiar sus opciones de estilo de vida junto con agregar ajo a su ingesta dietética puede ayudarlo a mantener su salud cardiovascular.

### Allium ursinum (ajo silvestre alpino) —

El ajo tiene una larga historia como planta saludable, ya que se ha utilizado con fines medicinales desde el año 3000 a.C. El ajo está compuesto de compuestos sulfúricos, aminoácidos, minerales y vitaminas. Estos minerales y vitaminas incluyen germanio, selenio, zinc y vitaminas A, B y C.

La alicina, un compuesto que contiene azufre en el ajo, tradicionalmente se cree que es el principal responsable de la mayoría de los beneficios sugeridos del ajo. La alicina también es responsable del olor único del ajo.

La hoja de ajo silvestre alpino (*Allium ursinum*) y el bulbo de ajo (*Allium sativum*) comparten estos componentes y varios beneficios. Ambos tipos de ajo ayudan a mantener niveles saludables de colesterol. Sin embargo, *Allium ursinum* tiene muchas diferencias nutricionales.

*Allium ursinum* contiene alicina y sus formas relacionadas, así como más ajoeno (una forma degradada de alicina) y sus formas relacionadas, más péptidos gamma-glutamil y más de 20 veces más adenosina.

### Beneficios y características importantes

- Puede ayudar a mantener la salud cardiovascular
- Brinda todos los beneficios del ajo regular y más
- Puede mejorar la salud inmunológica
- Exhibe actividad antioxidante

La opinión actual afirma que los péptidos gamma-glutamil y el ajoeno aumentan la diferencia a través de la membrana del músculo liso vascular. Esto, resulta en un ensanchamiento de los vasos sanguíneos, lo que mantiene una presión arterial saludable.

La adenosina ayuda a aumentar el ancho de los vasos sanguíneos y también puede reducir la agregación plaquetaria (adherencia de la sangre). También actúa como un relajante muscular y como un protector contra los venenos.

### Ajo Negro Fermentado —

El ajo negro se elabora mediante un proceso de fermentación, durante el cual los azúcares de una sustancia se descomponen en ácidos orgánicos.<sup>1</sup> Estos cambios alteran el contenido nutricional y probiótico de la sustancia y su rendimiento.

En el caso del ajo, la fermentación no solo cambia los aspectos mencionados anteriormente, sino también todos los aspectos que reconocemos como ajo. En lugar de ser de color crema con un olor reconocible e intenso, un sabor intenso y penetrante y una textura crujiente, el ajo fermentado es negro, ligeramente perfumado, de sabor dulce y textura gelatinosa.

Los alimentos fermentados son bien conocidos por sus beneficios para la salud. En el caso del ajo negro, la



fermentación produce niveles más altos de antioxidantes que trabajan en la lucha contra los radicales libres.<sup>2</sup> Los niveles aumentados de antioxidantes y la presencia de probióticos en los alimentos fermentados hacen del ajo negro una gran adición a este suplemento.

## Allium sativum (bulbo de ajo)

La alicina es uno de los compuestos más potentes en el ajo. Cuando los bulbos de ajo se mastican, cortan o pican, la aliina (un aminoácido) y la aliinasa (una enzima) en el ajo se combinan para producir alicina. GarlicAIM contiene bulbo de ajo estandarizado al 1% de alicina, conocido por sus actividades antioxidantes y antiinflamatorias. Cada porción de GarlicAIM contiene 5.1 mg de alicina.

## Proceso

Allium ursinum se selecciona a mano en las regiones alpinas de Suiza en la primavera, durante un período de una semana. Como es salvaje, solo se cosechan las hojas; el bulbo de ajo permanece en el suelo para asegurar el crecimiento futuro.

Las hojas de ajo silvestre se procesan rápidamente: limpiadas, lavadas, secadas y molidas a baja temperatura. Durante este proceso, los niveles de adenosina se controlan para garantizar al menos 1,300 ppm (mg / kg).

Por otro lado, el ajo negro se procesa mediante la regulación cuidadosa de la temperatura y la humedad de los bulbos enteros de ajo durante un período de tres a cuatro semanas.<sup>3</sup>

## Preguntas frecuentes

### ¿Hay alguien que no deba usar GarlicAIM?

Consulte a un profesional de la salud antes de usar si está embarazada o amamantando, tiene un trastorno de coagulación sanguínea o presión arterial baja.

### ¿Son las alicinas y otras sustancias liposolubles los únicos compuestos importantes en el ajo?

No. Aunque la alicina y el ajoeno son importantes, existe una gran cantidad de investigaciones en Europa que indican que las partes solubles en agua del ajo (adenosina, péptidos gamma-glutamil, flavonoides y fructanos) son igualmente importantes, si no más beneficiosas que la alicina.

### ¿Cuáles son estas sustancias solubles en agua?

Los péptidos de adenosina y gamma-glutamil son las sustancias solubles en agua mencionadas en esta hoja de datos. Los flavonoides son sustancias en las plantas

## Cómo usar GarlicAIM

- Tome tres cápsulas por día. Puede tomarlos en cualquier momento.
- Consulte a un profesional de la salud antes de usar si está embarazada o amamantando, tiene un trastorno de coagulación sanguínea o presión arterial baja.
- Cierre bien después de abrir y almacene en un lugar fresco, seco y oscuro. No refrigerar.

que tienen beneficios para la salud. Los fructanos son significativos porque son azúcares no digeribles conocidos como oligosacáridos. Los fructooligosacáridos estimulan el crecimiento de bacterias intestinales buenas..

1. The Editors of Encyclopaedia Britannica. "Fermentation." Encyclopædia Britannica, Encyclopædia Britannica, Inc., 9 Dec. 2019.
2. Kimura, Shunsuke, et al. "Black Garlic: A Critical Review of Its Production, Bioactivity, and Application." Journal of Food and Drug Analysis, 5 Dec. 2016.
3. Malicdem, Darwin. "Black Garlic Health Benefits You Must Know." MSN, Microsoft News, 20 Aug. 2019.

## Distribuido exclusivamente por: