



# BioSamara Iberia

RIQUEZA NUTRITIVA  RICH NUTRITION

[www.biosamara.pt](http://www.biosamara.pt)

## PRODUTOS BIOLÓGICOS

### O MELHOR DA NATUREZA PARA SI

Superalimentos são os alimentos naturais conhecidos por serem muito ricos em nutrientes e energia.

Temos uma seleção de alguns dos mais importantes Super Alimentos e produtos naturais de origem Biológica, e em estado cru que podem beneficiar a sua alimentação e saúde.

A seguir poderá ver algumas das propriedades nutritivas e medicinais reconhecidas a estes alimentos.

#### SUPERALIMENTOS E AYURVÉDA

**Açaí em pó** - Anti oxidantes, energia, minerais, remove placas de gordura e apoia saúde cardiovascular, rejuvenescimento.

**Amla em pó** - Apoia; cabelo, olhos e pele, combate infeções, sistema Imunitário, vitamina C.

**Ashwaganda em pó** - Adaptogénio, anti envelhecimento, estamina, melhora a memória, sistema imunitário.

**Bagas Goji em pó** - Amino ácidos, anti oxidantes, vitaminas.

**Baobab em pó** - Anti oxidantes, cálcio, fibras dietéticas, pré biótico, trato intestinal, vitamina C.

**Brahmi** - Cérebro, memória, previne doenças cognitivas do envelhecimento, sistema nervoso.

**Cacau em grão, pasta, pepitas e em pó** - Anti oxidantes, flavonóides, magnésio, triptofano.

**Camu camu (12% vit C) em pó, Camu camu Premium (15% vit C) em pó** - Anti viral, nutre a pele, olhos, vitamina C. (é a maior fonte natural de vitamina C conhecida num alimento)

**Guaraná** - Anti oxidantes, combate a fadiga física e mental, estimula a energia e a estamina, promove a performance física, ajuda a mente a estar alerta, apoia a circulação.

**Fo Ti** - Longevidade, preserva o cabelo e a pele, rejuvenescimento, saúde dos rins e fígado, zinco.

**Maca em pó, Maca vermelha em pó** - Adaptogénio, cálcio, estamina, ferro, sistema endócrino e hormonal, vitalidade.

**Maca líquida Gold** - Adaptogénio, cálcio, estamina, ferro, próstata, vitalidade. (alta concentração - 10 vezes mais apurada)

**Maca negra premium em pó** - Adaptogénio, cálcio, estamina, ferro, próstata, vitalidade. (mais concentrada - 4 vezes mais apurada)

**Maqui berry em pó** - Anti inflamatório, anti oxidante, apoia a pele e as dietas de perda de peso, energia, estamina, força, regula açúcar no sangue e também o colesterol, vitamina C.

**Shatavari em pó** - Adaptogénio, equilíbrio hormonal, fertilidade, fitoestrogénio, órgãos sexuais, vitalidade.

**Suma em pó** - Baixo colesterol, fortalece músculos, regenera células, sistema imunitário.

**Triphala em pó** - Desintoxicar fígado, estabilizar trato intestinal e colon, melhorar digestão, rejuvenescer.

**Tulsi em pó** - Adaptogénio, anti bacterial, equilibra colesterol e diabetes, vias respiratórias, pulmões, rins.

## **SUPERALIMENTOS VERDES**

**Alfalfa em pó** - Cálcio, ferro, fósforo, limpa o sangue, manganês, proteína, vitamina B,C, D, E e K, zinco.

**Clorela em pó e Clorela em comprimidos** - Alcalinizante, clorofila, desintoxicação, minerais, proteína, vitaminas.

**Erva de Cevada em pó** - Alcalinizante, Anti oxidantes, cálcio, clorofila, ferro, magnésio, vitaminas B1, B2, B6, B12 e C.

**Erva de Trigo em pó** - Clorofila, minerais, vitalidade, vitamina A e C.

**Espirulina em pó e comprimidos** - Amino ácidos, anti oxidantes, clorofila, proteína, vitaminas A, B e K.

**Kelp em pó** - Ajuda as funções da tiróide, iodo, cálcio, protege da radioactividade, apoia o emagrecimento e tratamentos de obesidade.

## **FRUTOS E SEMENTES**

**Amêndoa de Damasco Hunza** - Anti cancerígeno, ferro, fósforo, potássio, Vitamina B17.

**Amoras Brancas** - Amino ácidos, anti oxidantes, vitaminas, Resveratrol.

**Bagas Goji** - Amino ácidos, anti oxidantes, vitaminas.

**Bagas Inca** - Flavonóides, minerais, vitamina A, vitamina B1, B2, B6, B12 e vitamina C.

**Bagas Inca cobertas c/ Cacau cru** - Flavonóides, magnésio, minerais, triptofano, vitamina A, vitamina B1, B2, B6, B12 e vitamina C.

**Caju Crú** - Ácidos gordos, minerais, mono insaturados.

**Damascos Hunza com Amêndoa** - Ferro, fósforo, potássio, vitamina B17.

**Mistura de bagas, frutos secos e Cacau** - Ácidos gordos, anti oxidantes, minerais, vitaminas.

**Mistura de Sementes, germinados, frutos secos** - Ácidos gordos, anti oxidantes, proteína, minerais, vitaminas.

**Pinhões de Cedro da Russia** - Amino ácidos, manganês e vitamina B.

**Sementes de Cânhamo** - Cálcio, magnésio, omega 3, 6 e 9 (rácio perfeito), proteína vegetal completa, sistema imunitário.

**Sementes de Chia** - Equilibra a glicémia, melhora a função intestinal, omega 3 e 6, reduz colesterol.

**Trigo Sarraceno Germinado** - Antioxidantes, aminoácidos, fibras, proteína, sem glúten, vitamina E.

## ÓLEOS E MANTEIGAS

**Manteiga de Cacau** - Ácido oleico, colesterol neutro, vitamina E, vitamina K.

**Óleo de Coco** - Anti viral, cosmética, cozinhar, energia, regula colesterol, vitamina E.

**Óleo de Cânhamo** - Anti oxidantes, cálcio, magnésio, omega 3, 6 e 9, pele, unhas, vitamina A e E.

**Óleo de Sacha Inchi** - Proteína, rico em ómega 3, 6 e 9, vitamina A, vitamina E e iodo.

## ADOÇANTES SAUDÁVEIS E AROMAS

**Açúcar de Coco** - Baixo índice glicémico, ferro, magnésio, potássio, vitaminas B1, B2, B3 e B6, Zinco.

**Agave em Xarope** - Baixo índice glicémico, é ainda mais doce que o açúcar, prebiótico.

**Banana em pó** - Agradável sabor, baixo colesterol, cálcio, ferro, potássio, vitaminas A e C.

**Lucuma** - Beta caroteno, baixo em calorias, carbo hidratos, vitamina B.

**Maca Xpresso** - Bom substituto do café, sabor agradável, energia, sem cafeína e sem açúcar.

**Stevia branca em pó, pastilhas, líquida** - Zero de índice glicémico e de calorias, saudável para diabéticos.

**Xilitol em cristais** - Anti cárie, baixo índice glicémico, baixo em calorias.

**Yacon em xarope** - Ajuda a digestão, baixo em calorias, baixo índice glicémico, prebiótico.

## SUPLEMENTOS

**Marine Phytoplankton** - Acelera auto cura, energia, enzimas, fonte natural de EPA e DHA, mais de 90 minerais, vitaminas.

**MSM em pó** - Articulações, artrites, cabelo, desintoxica fígado, melhora a pele e unhas, rejuvenesce.

**Pólen de Abelha** - Aminoácidos, energia, enzimas, proteína, sist imunitário, vitaminas; B, C e E.

**Vitamina B12 extra forte, enriquecida; Disponível em Adesivos** - Ajuda; cérebro, digestão e sistema nervoso, apoia o metabolismo, fornece energia, melhora o sono e ajuda a descansar melhor.

## MISTURAS E COMPOSTOS

**AmazingGrass** - Mistura rica e saudável para batidos, com fruta, vegetais, legumes, enzimas e probióticos.

**Misturas BioSamara em pó** - Misturas com superalimentos e ervas. Disponíveis em algumas variedades; Energia, antioxidante, desintoxicante, fortalecedora, Rejuvenescedora, Anti inflamatória, Anti tumor, desportista, criança, pequeno almoço, anti stress.

**Proteína de Arroz em pó** - Energia, fonte de proteína vegetal, ideal para vegans e desportistas.

**Proteína de Cânhamo** - Energia, fonte de proteína completa, ómega 3, 6 e 9, sistema imunitário.

**Proteína de Chia** - Energia, Equilibra a glicémia, fonte de proteína, ómega 3 e 6, reduz colesterol.

**Proteína de Ervilha em pó** - Energia, fonte de proteína vegetal, ideal para vegans e desportistas.

**Proteína vegetal Mix em pó** - Contém proteína de arroz, proteína de cânhamo, proteína de ervilha e banana em pó - Energia, fonte de proteína vegetal, ómega 3, 6 e 9, potássio.

## ERVAS, RAÍZES E ESPECIARIAS

**Astragalus em pó** - Adaptogénio, protege; coração, fígado e rins, reduz fadiga, tónico para o sangue e imunitário.

**Canela do Ceilão em pó** - Anti inflamações, anti oxidante, melhora o açúcar no sangue e os Triglicerídeos, minerais, sabor agradável, vitaminas.

**Cat's claw em pó** - Anti inflamações e tumores, diurético, limpa o sangue e ajuda rins, melhora trato urinário.

**Chá verde Secha em pó** - Anti oxidante, anti tumor, baixa o colesterol, apoia sistema imunitário, vitamina C.

**Curcuma em pó** - Anti inflamações e tumores, diurético, limpa o sangue e ajuda rins, melhora trato urinário.

**Devils Claw em pó** - Alivia dores, reduz inflamações e reumatismo, estabiliza níveis de açúcar, melhora digestão.

**Don Quai em pó** - Circulação, equilibra níveis de estrógeno e sistema hormonal, fertilidade, tónico para o sangue.

**Feno Grego em pó** - Apoia a libido e produção leite materno, baixa açúcar no sangue, minerais, vitaminas.

**Gengibre em pó** - Anti bacterial, anti inflamações, anti oxidante, cérebro, contém gingerol, dá suporte aos sistemas; digestivo, respiratório e imunitário, melhora a sensibilidade à insulina.

**Ginseng Siberiano em pó** - Adaptogénio, apoia; adrenais, cérebro, sistema nervoso e imunitário, energia.

**Gokshura (Tribulus Terrestris) em pó** - Actividade da medúla ósea, aumento do apetite sexual e libido, desempenho sexual, força e resistência física, hépatoprotector, massa muscular, regulação dos níveis de testosterona.

**Graviola em pó** - Antibacterial, antiviral, proteção celular, sistema imunitário, Vitaminas B e C.

**Horny Goat weed em pó** - Aumento da libido feminina e masculina, regulação hormonal.

**Kapicachu (Mucuna) em pó** - Antidepressivo, antioxidante, estimula dopamina, neuroregenerador, parkinson.

**Milk Thistle (semente) em pó** - Anti oxidante, anti inflamatório, contém Silimarina, desintoxicante, protege o fígado.

**Mix de Curcuma e Pimenta preta em pó** - Anti inflamações e tumores, diurético, limpa o sangue e ajuda rins, melhora trato urinário, +biodisponibilidade.

**Mix Maca e Cat ´s Claw em pó** - Adaptogénio, anti inflamatório, articulações, cálcio, ferro, limpa o sangue, vitalidade.

**Moringa em pó** - Alkalinizante, cálcio, ferro, fibra, magnésio, potássio, proteína, vitaminas A e C.

**Pimenta preta em pó** - Apoia neurotransmissão de dopamina e serotonina, aumenta a Biodisponibilidade e as secreções dos sucos digestivos, melhora a digestão, contém piperina.

**Psyllium Husk em pó** - Fibras solúveis, receitas sem glúten, redução de apetite, apoia dietas de perda de peso.

**Raiz de Bardana em pó** - Acne, eczema, pré-biótico, psoríase, limpa e purifica o sangue, extrai toxinas.

**Saw Palmetto em pó** - Apoia a próstata e o sistema urinário e reprodutor, reduz inflamação e fortalece o sistema imunitário.

**Schizandra em pó** - Adaptogénio, apoia a saúde física e mental, desintoxica, aumenta a libido, protege fígado.

**Slippery Elm em pó** - Anti oxidante, atenua síndrome do colon irritável, protege estomago, repara mucosa interna.

## **COGUMELOS MEDICINAIS E OUTROS PRODUTOS**

**Cogumelo Agaricus Blazei em pó** - Anti tumor, anti viral, beta glucanos, polissacarídeos, sistema imunitário.

**Cogumelo Chaga em pó** - Anti oxidantes, anti tumor, beta glucanos, estomago, fadiga crónica, HIV, previne envelhecimento, polissacarídeos, sistema hormonal, sistema imunitário.

**Cogumelo Cordyceps em pó** - Beta glucanos, melhora atenção, performance atlética, polissacarídeos, resistência, vitalidade, virilidade.

**Cogumelo Enoki em pó** - Anti bacterial, anti inflamatório, anti oxidante, anti tumor, anti viral, beta glucanos, polissacarídeos, vitamina B3.

**Cogumelo Lions mane em pó** - Alzheimer, beta glucanos, cérebro, fator de crescimento de células nervosas, Parkinson, polissacarídeos.

**Cogumelo Maitake em pó** - Anti tumor, beta glucanos, ergoteína, olhos, regula colesterol e açúcar no sangue, polissacarídeos, sistema imunitário.

**Cogumelo Oyster em pó** - Anti bacterial, anti oxidante, apoia olhos e colesterol, beta glucans, ergoteína, niacina, polissacarídeos, riboflavina.

**Cogumelo Reishi em pó** - Anti bacterial, anti inflamatório, anti fungo, anti viral, beta glucanos, HIV, polissacarídeos, sistema imunitário.

**Cogumelo Shiitake em pó** - Anti tumor, anti viral, beta glucanos, ergoteína, protege os olhos, polissacarídeos, Selénio, zinco, vitamina B2.

**Cogumelo Tremella em pó** - Anti tumor, apoia; fígado, ossos, pele e pulmões, beta glucanos, polissacarídeos, sistema imunitário, vitamina D.

**Mistura de 5 cogumelos em pó** - Anti oxidantes, anti tumor, beta glucanos, polissacarídeos, sistema imunitário e nervoso.

**Mistura de 10 cogumelos em pó** - Anti oxidantes, artrites, asma, beta glucanos, baixa colesterol, anti depressivo, regeneração de células nervosas, fígado, hipertensão, rins, sistema cardiovascular, polissacarídeos.

## **Ervas e Botánicas**

**Neem** - Anti parasitas, anti séptico, anti viral, dentes e gengivas, fungicida, melhor circulação.

**Stevia verde em pó** - Anti bacterial, baixo índice glicémico, higiene da boca, tonifica a pele, baixa açúcar no sangue, baixa a tensão.

## **OUTROS PRODUTOS**

**Formas de silicone** - Para fazer bombons de chocolate e doces caseiros com variadas apresentações.

**Sacos de rede para filtrar** - Para coar as fibras e cascas ao fazer leite de nozes e sementes.

Se pretender algum destes produtos e não o encontrar no seu fornecedor habitual, pode solicitar-lhe que o encomende à BioSamara Ibéria e o providencie para si. Normalmente temos sempre todos estes produtos disponíveis para entrega.

**BioSamara Ibéria, Lda - Rua das Regueiras, nº 5, Casas Novas**

**Almoçageme - 2705-177 Colares • Tel: 219292161 / 915111103 / 965611503**

**• Internet: [www.biosamara.pt](http://www.biosamara.pt) • Email: [info@biosamara.pt](mailto:info@biosamara.pt)**