



FARMACIE · LABORATOR

CATALOG DE PRODUSE

2026

Ediție extinsă · documentată

13 produse · 26 coduri comerciale · suplimente alimentare

SKINO PHARM S.R.L.

Laborator de preparate magistrale · Autorizație MS nr. 13856/2026

+40 770 828 288 · hello@skinopharm.ro · skinopharm.ro

Ce nu vă promitem

Un supliment alimentar susține o funcție normală a organismului. Nu vindecă și nu înlocuiește un tratament. Nu folosim fotografii înainte și după, pentru că nu spun nimic verificabil.

Vă spunem, în schimb, exact ce conține fiecare produs, în ce cantitate, din ce materie primă și cu ce metodă analitică a fost verificată. Vă spunem cât durează o cură și în ce condiții nu are sens să o începeți. Vă spunem și ce nu se asociază.

Catalogul acesta este mai amplu decât obișnuiește categoria. Conține mecanisme biochimice, referințele bibliografice și raționamentul din spatele fiecărei decizii de formulare, inclusiv al celor incomode: dozele pe care le-am redus după evaluare, mențiunile pe care am ales să nu le revendicăm, ingredientele la care răspunsul depinde de particularitatea fiecărui organism.

L-am scris pentru cei care preferă să înțeleagă înainte să decidă.

STANDARDUL PE CARE L-AM ADOPTAT

Comunicăm exclusiv mențiunile de sănătate validate științific și autorizate la nivel european, reproduse cuvânt cu cuvânt, fără reformulare. Pentru ingredientele care nu au încă o mențiune validată, prezentăm mecanismul biochimic și literatura publicată, cu doza și populația studiată. Este un standard mai strict decât practica din categorie. L-am ales deliberat.

Farm. Dr. Marinescu Ioana Lavinia

Farmacist-formulator · Doctor în inginerie chimică · Administrator SKINO PHARM S.R.L.

CUPRINS

Ce găsiți în acest catalog

Ce nu vă promitem	Manifest
Despre SkinoPharm	Laborator, formulare, autorizare
Cum citim o etichetă	Ce înseamnă, de fapt, cifrele de pe ambalaj
Sticla violet	De ce ambalajul face parte din formulă
Gama în ansamblu	13 produse · 26 coduri comerciale
Cum se alege	Trei întrebări, în ordinea aceasta
Cofactorii	Când merită completat și când nu
Linia MARINE	Colagen marin, pulbere · N° 01–03
Linia CELLULAR	Matrix multi-ingredient, pulbere · N° 05–07
Linia ISOLATE	Mono-ingredient, capsule · N° 04, 08–10, 13
Extensii	HYELASTIN · FLORA BIOME · N° 11–12
Ritualuri	Dimineața și seara
Protocole recomandate	Asocieri și ordine de administrare
Întrebări frecvente	Cele pe care le primesc cel mai des
Glosar	Termenii de pe etichetă
Referințe bibliografice	Sursele citate în catalog
Lista completă a codurilor	Formate, coduri, prețuri
Contact și comenzi	

Formulate de un farmacist, într-o farmacie cu laborator

SkinoPharm este linia de suplimente a unei farmacii comunitare cu laborator de preparate magistrale, autorizată de Ministerul Sănătății sub nr. 13856/2026. Formulele sunt construite de Farm. Dr. Marinescu Ioana Lavinia, doctor în inginerie chimică și farmacist-formulator, în același loc în care se prepară zilnic rețete magistrale pentru pacienți reali.

Un formulator care lucrează în farmacie vede ce se întâmplă după ce produsul iese din farmacie: cine revine, cine abandonează în săptămâna a patra, cine întreabă ce înseamnă un cuvânt de pe etichetă. Toate deciziile din acest catalog au trecut prin filtrul acela.

Ce înseamnă asta pentru produse

Materii prime cu nume. Extractele sunt standardizate și verificate analitic, prin cromatografie de lichide de înaltă performanță, lot cu lot. Unde există o marcă de referință în domeniu, o folosim și o scriem pe etichetă: Peptan® F pentru colagenul marin, Cognizin® pentru citicolină, KSM-66® pentru ashwagandha, Neufem® pentru izoflavone, ActiHyal® pentru acidul hialuronic. Sunt materiile prime despre care există literatură publicată.

Doze care se pot citi. Fiecare activ apare pe etichetă cu cantitatea lui, nu ascuns într-un amestec fără cifre. Unde există o valoare nutrițională de referință, o declarăm în procente. Unde un extract este standardizat, declarăm și cantitatea de compus marcator, nu doar cantitatea de extract.

Etichetă curată. Fără zahăr adăugat nicăieri în gamă, cu zaharuri declarate zero. Fără coloranți. Capsule vegetale. Majoritatea produselor sunt vegane și fără alergeni, iar cele patru excepții sunt marcate explicit pe fața ambalajului.

Ambalaj din sticlă violet biofonică. Blochează spectrul vizibil și lasă să treacă doar radiația violet și infraroșie, ceea ce protejează conținutul sensibil la lumină. Pagina următoare explică de ce acest lucru contează mai mult decât pare.

Conformitate. Fiecare produs are dosar de notificare depus la autoritatea competentă. Fiecare mențiune de sănătate din acest catalog este reprodusă cuvânt cu cuvânt din lista autorizată european. Unde nu există mențiune autorizată, nu inventăm una.

PROPRIETATE INTELECTUALĂ

skin•pharm® este marcă înregistrată la Oficiul de Stat pentru Invenții și Mărci sub nr. 181747. Produsele sunt fabricate în regim de fașon, sub specificația și controlul SKINO PHARM S.R.L.

Cum citim o etichetă

Patru lucruri care se văd, dacă știți unde să vă uitați.

1. Cantitatea activului, nu a materiei prime

O etichetă care scrie „extract de ashwagandha 350 mg” spune mai puțin decât una care scrie „extract standardizat 5% withanolide, 350 mg, din care withanolide totale 17,5 mg”. A doua vă permite să comparați. Prima nu.

La fel la glutatation: 250 mg de pulbere lipozomală standardizată la 40% înseamnă 100 mg de glutatation activ. Noi declarăm valoarea activă.

2. Procentul din valoarea de referință

Unde există o valoare nutrițională de referință, apare și procentul. Un miligram de cupru înseamnă 100% din VNR. Patru virgulă nouăzeci și șase miligrame de zinc înseamnă 49,6%.

Cifrele acestea sunt comparabile între produse, oricare ar fi marca, sunt singurele de pe etichetă care au același înțeles peste tot. Mai mult: pragul de 15% din VNR este cel care face ca o mențiune de sănătate să poată fi folosită legal. Sub el, ingredientul poate exista în formulă, dar nu poate fi revendicat.

3. Ordinea ingredientelor

Ingredientele se declară în ordinea descrescătoare a masei. Primul din listă este cel mai abundent. Dacă activul pe care îl căutați apare la coada listei, cantitatea lui este mică, indiferent cât de vizibil e scris pe fața cutiei.

Este cel mai rapid test de coerență pe care îl puteți face în magazin, în cinci secunde, fără să știți nimic despre chimie.

4. Numărul de porții

Porția diferă de la produs la produs, iar calculul se reface de fiecare dată. La collagen, măsura plină de 7 g dintr-un ambalaj de 100 g acoperă paisprezece zile, iar la doza de întreținere de 2,5 g același ambalaj ajunge aproape șase săptămâni. La pulberile cu porție de 5 g, un ambalaj de 100 g acoperă douăzeci de zile, iar unul de 150 g treizeci. Raportat la durata recomandată a curei, calculul acesta vă spune de câte ambalaje aveți nevoie înainte să cumpărați primul.

Este calculul pe care preferăm să îl faceți la început, nu în a treia săptămână.

UN TEST ÎN TREI ÎNTREBĂRI

Luați orice produs din categorie și verificați:

1. Este declarat activul sau doar extractul?
2. Există un procent din valoarea de referință acolo unde ar trebui?
3. Câte zile acoperă ambalajul la doza scrisă?

Dacă răspunsul la vreuna dintre ele nu se găsește pe etichetă, informația lipsește.

AMBALAJ

Sticla violet

Ambalajul nu e decorativ. Face parte din formulă.

Toate produsele din gamă sunt ambalate în sticlă violet biofotonică.

Sticla violet blochează întregul spectru vizibil și lasă să treacă doar radiația violet, sub aproximativ 420 de nanometri, și o parte din infraroșu. Lumina vizibilă, în special componenta albastră și verde, între 400 și 550 de nanometri, este cea care degradează cel mai repede moleculele sensibile: vitaminele, în special riboflavina și acidul ascorbic, polifenolii, culturile vii și toți compușii cu grupări tiol.

Riboflavina este exemplul cel mai clar. Riboflavina este un fotosensibilizator recunoscut: expusă la lumină, nu doar că se descompune ea însăși, ci generează specii reactive care atacă moleculele vecine. Într-un borcan cu vitamine și polifenoli, aceasta este o reacție în lanț.

Sticla brună protejează și ea, dar lasă să treacă o parte din spectrul galben-roșu. Plasticul nu protejează deloc de lumină și, în plus, permite schimb de umiditate prin peretele ambalajului, ceea ce, pentru o pulbere higroscopică, este a doua problemă după lumină.

Material	Spectru blocat	Barieră la umiditate	Verdict
Sticlă violet	Tot spectrul vizibil	Completă	Optim pentru active fotosensibile
Sticlă brună	Parțial; lasă galben-roșu	Completă	Bun, dar incomplet
Sticlă incoloră	Niciunul	Completă	Doar pentru active stabile la lumină
Plastic (PET, HDPE)	Niciunul	Parțială	Nerecomandat pentru gama noastră

ÎN PRACTICĂ

Un flacon SkinoPharm deschis și ținut pe blatul din bucătărie, la lumină, își păstrează conținutul mai bine decât unul de plastic ținut în dulap. Recomandarea rămâne totuși aceeași: loc uscat, sub 25 °C, închis bine după fiecare utilizare. Sticla protejează de lumină. Umiditatea se controlează prin închiderea corectă a capacului.

Gama în ansamblu

Treisprezece produse, fiecare în două formate. Pulberile în borcan de 100 g și flacon de 150 g. Capsulele, în borcan de 60 și flacon de 30.

N°	Produs	Formă	Borcan	Flacon
01	MARINE PURE	Pulbere pentru soluție orală	100 g	150 g
02	MARINE NOIR	Pulbere pentru soluție orală	100 g	150 g
03	MARINE BLANC	Pulbere pentru soluție orală	100 g	150 g
05	CELLULAR LONGEVITY	Pulbere pentru soluție orală	100 g	150 g
06	CORTISOL DEFENSE	Pulbere pentru soluție orală	100 g	150 g
07	NEUROARCHITECT	Pulbere pentru soluție orală	100 g	150 g
04	ISOLATE ESTRO	Capsule vegetale	60 capsule · 35 g	30 capsule · 18 g
08	ISOLATE GLOW	Capsule vegetale	60 capsule · 27 g	30 capsule · 13 g
09	ISOLATE PRECURSOR	Capsule vegetale	60 capsule · 28 g	30 capsule · 14 g
10	ISOLATE CATALYST	Capsule vegetale	60 capsule · 27 g	30 capsule · 13 g
13	ISOLATE ADAPT	Capsule vegetale	60 capsule · 28 g	30 capsule · 14 g
11	HYELASTIN	Capsule vegetale	60 capsule · 28 g	30 capsule · 14 g
12	FLORA BIOME	Pulbere pentru soluție orală	100 g	150 g

MENȚIUNI GENERALE, VALABILE PENTRU ÎNTREAGA GAMĂ

Suplimentele alimentare nu înlocuiesc o dietă variată și echilibrată și un mod de viață sănătos. A nu se depăși porția zilnică recomandată. A nu se lăsa la îndemâna și vederea copiilor. Nu se recomandă femeilor însărcinate sau care alăptează, nici persoanelor sub 18 ani.

Cum se alege

Trei întrebări, în ordinea aceasta.

1. Pulbere sau capsulă?

Pulberile se dizolvă într-un pahar și devin un moment al zilei. Se potrivesc celor care au deja un ritual, dimineața sau seara, și cărora nu le displace să prepare ceva. Capsulele nu cer nimic: una pe zi, cu apă, oriunde, inclusiv în geantă.

Capsula pe care am ales-o aduce însă ceva în plus. Este o capsulă vegetală din hidroxipropil-metilceluloză, cu oxid de zinc. Oxidul de zinc nu este colorant și nu are rol decorativ: este sursă de zinc, adică substanță activă declarată. Fiecare capsulă din gamă aduce astfel 2,46 mg de zinc, adică 24,6% din valoarea nutrițională de referință. Consecința este că orice produs în capsulă din gamă are o valoare nutrițională verificabilă pe etichetă și comparabilă cu a oricărui alt produs de pe piață.

Diferența, spusă simplu: la o pulbere, ce citiți pe etichetă este ce am pus eu în formulă. La o capsulă, ambalajul însuși contribuie. Am preferat ca acea contribuție să fie utilă, nu doar structurală.

CE ADUCE CONCRET CAPSULA

Zincul contribuie la menținerea normală a pielii, a părului și a unghiilor, la protecția celulelor împotriva stresului oxidativ și la funcționarea normală a sistemului imunitar. Aceste mențiuni se pot folosi tocmai pentru că 24,6% depășește pragul de 15% din valoarea de referință.

2. Sistem construit sau active separate?

Linile MARINE și CELLULAR livrează formule gata construite, în care ingredientele au fost alese să lucreze împreună și în care raporturile dintre ele sunt parte din decizia de formulare. Linia ISOLATE livrează câte un singur activ, la doză cunoscută, și lasă protocolul să fie compus de dumneavoastră sau de farmacist.

Răspunsul potrivit depinde de unde sunteți: sistemul, pentru cine începe; activul separat, pentru cine știe deja ce caută.

3. Ce gust?

Este cea mai importantă dintre cele trei întrebări. Cel mai des, cura se oprește din cauza gustului, nu a formulei.

Preferință	Produsul
Fără niciun gust, neutru	MARINE PURE
Cacao, seara, în lapte cald	MARINE NOIR
Vanilie discretă, merge cu orice	MARINE BLANC
Tropical, dimineața	CELLULAR LONGEVITY
Lămâie, seara	CORTISOL DEFENSE
Portocală, dimineața	NEUROARCHITECT
Vanilie blândă	FLORA BIOME
Fără gust, capsulă	toată linia ISOLATE, HYELASTIN

RECOMANDAREA MEA, DACĂ NU AVEȚI O PREFERINȚĂ

Pentru cine începe astăzi: MARINE BLANC pentru pulbere, ISOLATE CATALYST pentru capsulă. Amândouă sunt ușor de transformat în obicei, iar împreună acoperă exact zona pentru care vin cei mai mulți dintre pacienții mei.

ASOCIERI

Când merită completat și când nu

Formulele noastre sunt complete. Asocierile sunt optimizări, nu jumătăți de produs.

Fiecare produs din gamă funcționează singur, la doza scrisă pe etichetă. Nicio formulă nu este construită ca să depindă de alta. În același timp, în organism aproape nicio moleculă nu lucrează izolat. Câteva dintre enzimele implicate au nevoie de cofactori, minerale sau vitamine fără de care enzima pur și simplu nu se assemblează funcțional. Dacă aportul lor alimentar este scăzut, completarea are sens. Dacă nu este, nu are.

Trei exemple din gama noastră

Ingredientul	Are nevoie de	De ce
Colagen · N° 01–03	Vitamina C · N° 05	Enzimele care hidroxilează colagenul nou sintetizat, proil-4-hidroxilaza și lizil-hidroxilaza, au ascorbatul drept cofactor obligatoriu. Fără el, helicele rămân instabile și sunt degradate intracelular.
Colagen · N° 01–03	Cupru · N° 10	Lizil-oxidaza, enzima care leagă fibrele între ele și dă colagenului rezistența mecanică, este cupru-dependentă. Fără ea, fibrele există dar nu sunt legate.
Glutation · N° 08	Seleniu · N° 05	Glutation-peroxidaza, enzima care consumă glutatiunul pentru a neutraliza peroxizii, este o selenoproteină. Fără seleniu, enzima nu se sintetizează funcțional.

O observație despre asocierea cu vitamina C

Toate studiile care documentează colagenul hidrolizat au fost făcute cu colagen singur, fără vitamina C suplimentară, și toate au măsurat modificări. Niciunul dintre protocoalele citate în acest catalog nu a suplimentat vitamina C. Deficitul real de vitamina C este rar la cine mănâncă echilibrat, iar un cofactor devine limitant doar la carență adevărată, nu la aport normal. Așadar: dacă aveți o alimentație variată, colagenul singur își face treaba. Dacă vreți să mergeți mai departe, asocierile de mai sus sunt calea. Aici se trece de la suficient la optim, iar decizia e a dumneavoastră.

PROTOCOLUL COMPLET PENTRU ZONA DE COLAGEN

Un produs MARINE, la alegere după gust, plus CELLULAR LONGEVITY dimineața, plus ISOLATE CATALYST seara. Trei produse, trei momente ale zilei, trei roluri diferite în același proces. Este cea mai coerentă asociere din întregul catalog.

CATALOG DE PRODUSE SKINOPHARM · 2026

Linia MARINE

3 produse · 6 coduri · Colagen marin, pulbere

Un ingredient, trei feluri de a-l lua.

skin•pharm

N° 01

MARINE PURE

Pure Marine Collagen · Single Origin



100 g
269 lei



150 g
359 lei

Esența, fără nimic în plus.

Vă spun de la început ce veți găsi în borcan: un singur ingredient. Hidrolizat de collagen marin din sursă unică, tip I. Documentația Rousselot pentru Peptan® F indică o masă moleculară medie de 2 000 de daltoni, confirmată pe certificatul de analiză al fiecărui lot. Fără arome, fără îndulcitori, fără agenți de curgere, fără coloranți. Lista de ingrediente are un rând, și acela este motivul pentru care produsul există.

Se dizolvă limpede în apă rece, în câteva secunde, fără să lase depunere pe fundul paharului. Gustul rămâne neutru, așa că îl puteți pune în cafeaua de dimineață, în ceai, în smoothie sau simplu în apă, fără să schimbe nimic din ce beați oricum. Șapte grame pe porție, toate collagen.

L-am construit pentru persoana care întoarce borcanul și citește eticheta înainte să îl pună în coș.

Compoziție per porție (7 g)	Cantitate	% din porție
Hidrolizat de collagen marin Peptan® F, 2 000 Da	7 000 mg	100%

ALERGEN
CONȚINE PEȘTE.

MOD DE UTILIZARE

O măsură rasă, 7 g, o dată pe zi. Se dizolvă în 150–200 ml apă, suc sau altă băutură, caldă ori rece. Se amestecă până devine limpede. Indiferent de masă.

Durata curei: minimum 8 săptămâni continuu. Borcanul de 100 g acoperă două săptămâni, flaconul de 150 g trei săptămâni.

Știința din spate

Materia primă are un nume, și numele contează

Materia primă este Peptan® F, peptide de collagen de pește produse de Rousselot. Este una dintre cele mai documentate materii prime de collagen din lume, iar masa moleculară medie, confirmată pe certificatul de analiză al fiecărui lot, este de 2 000 de daltoni, la limita inferioară a intervalului în care peptidele traversează peretele intestinal intacte.

Pe specificația materiei prime apar două cifre, și merită să știți că măsoară lucruri diferite. Gradul de hidroliză spune că peptidele sunt sub 3 000 de daltoni, acesta este capătul distribuției, pragul pe care nimic nu îl depășește. Masa moleculară medie este de 2 000 de daltoni, confirmată pe certificatul de analiză al lotului, aceasta este cifra care descrie unde se așază de fapt majoritatea peptidelor.

Prima cifră este o garanție, a doua este o caracterizare. Un hidrolizat „sub 3 000 Da” cu media la 2 800 și unul cu media la 2 000 respectă amândouă aceeași specificație, dar nu sunt același produs. De aceea o cerem pe a doua, și de aceea o scriem.

Majoritatea studiilor publicate despre collagen sunt făcute pe alte materii prime decât cea din borcanul pe care îl cumpărați. Collagenul SkinoPharm este formulat exact pe materia primă documentată.

Ce se întâmplă, de fapt, după ce înghițiți

Collagenul hidrolizat nu ajunge în piele ca atare. Ce se întâmplă este altceva. Iwai și colaboratorii au arătat, încă din 2005, că după ingestia de hidrolizat de collagen apar în plasma umană dipeptide și tripeptide specifice, în primul rând prolil-hidroxiprolina (Pro-Hyp), în concentrații măsurabile la o oră de la administrare.

Aceste fragmente sunt particulare pentru că prezența hidroxiprolinei, un aminoacid care în organism apare aproape exclusiv în collagen, le face rezistente la peptidazele digestive obișnuite. Ele circulă și ajung în derm, unde literatura in vitro descrie un rol de semnal: fibroblastele expuse la Pro-Hyp își modifică activitatea de sinteză. Rolul descris în literatură este de semnalizare.

Ce au măsurat studiile

Asserin și colaboratorii, în 2015, au lucrat chiar cu Peptan® F, la 10 g pe zi, și au măsurat ecografic o creștere de aproximativ 9% a densității collagenului dermic, alături de creșterea hidratării cutanate și de reducerea fragmentării rețelei de collagen. Meta-analiza publicată de de Miranda și colaboratorii în 2021, care a reunit rezultatele mai multor studii randomizate, a găsit rezultate consistente pentru hidratarea și elasticitatea cutanată, cu observația că protocoalele diferă mult între ele.

Un studiu descrie o populație, o doză și o durată; nu se extrapolează la un caz individual. Ce rămâne util este criteriul: când citiți despre collagen, verificați pe ce materie primă s-a lucrat și la ce doză.

STUDIILE, ÎN CIFRE

Asserin J, Lati E, Shioya T, Prawitt J. J Cosmet Dermatol. 2015;14(4):291–301.

Randomizat, dublu-orb, controlat placebo · peptide Peptan® · 10 g/zi · 8–12 săptămâni

Creștere a hidratării cutanate; densitate ecografică a collagenului dermic cu aproximativ 9% mai mare față de placebo la 4 săptămâni; fragmentare redusă a rețelei dermice.

Iwai K, Hasegawa T, Taguchi Y, et al. J Agric Food Chem. 2005;53(16):6531–6.

Farmacocinetice, subiecți sănătoși · hidrolizat de gelatină

Identificarea în plasma umană a peptidelor cu hidroxiprolină, dominant Pro-Hyp, la o oră după ingestie. Demonstrația că fragmentele ajung intacte în circulație.

de Miranda RB, Weimer P, Rossi RC. Int J Dermatol. 2021;60(12):1449–61.

Recenzie sistematică și meta-analiză · 19 studii · 1 125 participanți

Rezultate consistente pentru hidratarea și elasticitatea cutanată. Autorii semnalează heterogenitatea protocoalelor ca principală limitare.

Proksch E, Segger D, Degwert J, et al. Skin Pharmacol Physiol. 2014;27(1):47–55.

Randomizat, dublu-orb, controlat placebo · 2,5 și 5 g/zi · 8 săptămâni · 69 femei 35–55 ani
Ameliorarea elasticității cutanate măsurate cutometric la ambele doze; diferența s-a menținut parțial la patru săptămâni după oprire.

Deciziile din spatele formulei

De ce un singur ingredient

Într-o pulbere, fiecare gram e disputat. Orice adaug, aromă, îndulcitor, vitamină, agent de curgere, ocupă un loc care altfel ar fi collagen. La șapte grame pe porție, un adaos de un gram înseamnă un gram de collagen în minus. Am preferat ca acel gram să rămână collagen.

Există și un motiv tehnic. Acidul ascorbic este higroscopic și acid. Într-o pulbere care este ea însăși higroscopică, cum este hidrolizatul de collagen, adaosul lui aduce trei probleme reale: pulberea se aglomerează și nu mai curge; pH-ul scade și gustul devine acrișor; iar vitamina C se degradează în timp la contactul cu umiditatea, ceea ce înseamnă că valoarea de pe etichetă nu mai corespunde cu cea din borcan la sfârșitul perioadei de valabilitate.

Pentru a compensa, ar fi trebuit să adaug un agent antiaglomerant și un corector de aciditate. Adică exact lista de aditivi pe care voiam să o evit.

Vitamina C rămâne cofactorul obligatoriu al prolin- și lizil-hidroxilazei, enzimele care stabilizează helicele de collagen nou sintetizat. Este însă cofactor la aport suficient, iar aportul suficient este regula, nu excepția, la cine mănâncă echilibrat. Am așezat-o acolo unde poate fi tamponată și stabilizată corect: în CELLULAR LONGEVITY, care aduce 500 mg, de peste patruzeci de ori mai mult decât s-ar fi putut adăuga vreodată într-o pulbere de collagen.

Cât să luați

O măsură rasă înseamnă 7 g de collagen. Este doza spre partea superioară a intervalului studiat în literatură, care merge de la 2,5 g la 10 g pe zi. Nu toată lumea are nevoie de 7 g și nu toată lumea vrea. Intervalul vă lasă loc:

Doza	Când o recomand
7 g, o măsură plină	Doza pe care o recomand pentru primele două-trei luni, când construiți aportul.
5 g, două treimi de măsură	Termenul de mijloc, pentru cine vrea o cură mai lungă cu același borcan.
2,5 g, o treime de măsură	Doza cea mai mică la care studiile au măsurat modificări. Potrivită pentru întreținere, după o cură completă.

Un borcan de 100 g acoperă paisprezece zile la doza plină și aproximativ patruzeci la doza de întreținere.

ÎNTREBAREA PE CARE MI-O PUNEȚI CEL MAI DES

Se poate lua toată viața?

Da, și mulți dintre pacienții mei o fac, la doză de întreținere. Collagenul hidrolizat este un aliment proteic, nu un principiu farmacologic activ. Ce vă recomand este să faceți cure de minimum opt săptămâni și să nu le întrerupeți la trei.

NOTA FORMULATORULUI

Am început de aici. Primul lucru pe care l-am făcut când am construit linia a fost să scot tot ce nu era collagen. Am vrut ca cine îl cumpără să știe exact ce ia. Un ingredient, șapte grame, atât.

Este produsul pe care îl recomand celui care întreabă de unde să înceapă și care preferă un răspuns scurt, verificabil, fără nimic de interpretat.

Farm. Dr. Marinescu Ioana Lavinia

SE ASOCIAZĂ CU

CELLULAR LONGEVITY, pentru vitamina C. ISOLATE CATALYST, pentru cupru. HYELASTIN, pentru elastină și acid hialuronic.

N° 02

MARINE NOIR

Marine Collagen · Natural Cacao



100 g
269 lei



150 g
359 lei

Cacao naturală. Fără zahăr adăugat.

Acesta este colagenul pe care îl mai luați și în a douăsprezecea săptămână. Nu pentru că v-ați propus, ci pentru că vă face plăcere. Cacao naturală, profundă, îndulcită doar cu eritritol și glicozide steviolice, atât cât să rotunjească, niciodată atât cât să dulcească.

Se face cel mai bine în lapte cald sau într-o băutură vegetală, seara. Are corp și rămâne cremos, nu apos. Peptidele nu sunt afectate de temperatură, așa că puteți turna direct peste lichid fierbinte, fără nicio grijă.

L-am formulat pentru cine vrea ca ritualul de seară să fie ceva ce așteaptă, nu ceva ce bifează. Un produs care vă place se ia până la capăt.

Compoziție per porție (7 g)	Cantitate	% din porție
Hidrolizat de colagen marin Peptan® F	5 950 mg	85%
Pudră de cacao alcalinizată	560 mg	8%
Eritritol, aromă naturală de cacao, glicozide steviolice	490 mg	7%

ALERGEN
CONȚINE PEȘTE.

MOD DE UTILIZARE

O măsură rasă, 7 g, o dată pe zi. Cel mai bine în 150–200 ml lapte cald sau băutură vegetală. Peptidele nu sunt afectate de temperatură.

Durata curei: minimum 8 săptămâni continuu.

Știința din spate

De ce cacao alcalinizată, și ce pierd prin asta

Cacaoa din formulă este alcalinizată, procedeul Van Houten, brevetat în 1828, prin care pulberea este tratată cu carbonat de potasiu pentru a-i ridica pH-ul de la aproximativ 5,3 la 7. Rezultatul este culoarea închisă, gustul rotund, fără acrișorul cacaoei naturale, și dispersia mult mai bună în lichid.

Prefer să vă spun și ce se pierde: alcalinizarea distruge o parte importantă din flavanolii cacaoei. Literatura descrie reduceri de 60% până la peste 90% ale conținutului de epicatehină, în funcție de intensitatea alcalinizării. Într-un produs în care cacaoa are rol de aromă, alegerea este corectă. Într-unul care ar miza pe polifenoli, ar fi greșită. Al nostru mizează pe collagen și pe faptul că îl veți lua până la capăt.

Aceeași materie primă, aceeași literatură

Colagenul este identic cu cel din MARINE PURE: Peptan® F, peptide de pește de la Rousselot, masă moleculară medie 2 000 Da, confirmată lot cu lot. Toate studiile citate la N° 01 se aplică și aici, cu o singură nuanță pe care trebuie să o știți: doza pe porție este de 5,95 g în loc de 7 g.

Diferența de 1,05 g nu vă scoate din intervalul studiat, literatura raportează rezultate de la 2,5 g în sus, iar cele mai citate protocoale lucrează la 2,5 și 5 g. Diferența de doză rămâne în intervalul documentat.

Îndulcitorii, pe scurt

Eritritolul este un poliol cu aproximativ 0,2 kcal pe gram, absorbit în intestinul subțire și eliminat urinar în proporție de peste 90%, motiv pentru care, spre deosebire de alți poliooli, nu produce disconfort digestiv la dozele uzuale. Glicozidele steviolice completează dulceața la concentrații de ordinul miligramelor. Autoritatea Europeană pentru Siguranța Alimentară recunoaște pentru înlocuitorii de zahăr o mențiune autorizată privind menținerea mineralizării dentare. Nu o revendicăm pe eticheta acestui produs.

STUDIILE, ÎN CIFRE

Miller KB, Hurst WJ, Payne MJ, et al. J Agric Food Chem. 2008;56(18):8527–33.

Analitic · pulberi de cacao naturale versus alcalinizate în grade diferite

Pierderi progresive de flavanoli odată cu intensitatea alcalinizării; epicatehina este cea mai afectată fracție. Baza deciziei noastre de a nu revendica polifenoli aici.

Asserin J, Lati E, Shioya T, Prawitt J. J Cosmet Dermatol. 2015;14(4):291–301.

Randomizat, dublu-orb, controlat placebo · peptide Peptan® · 10 g/zi

Aceeași materie primă ca în formula noastră. Creștere a hidratării cutanate și a densității ecografice a collagenului dermic.

Regnault C, Soursac M, Roch-Arveiller M, et al. Br J Nutr. 1996;76(2):259–75.

Farmacocinetică comparativă a eritritolului la om

Absorbție intestinală rapidă și eliminare urinară nemodificată în proporție de peste 90%, cu toleranță digestivă superioară celorlalți poliooli.

Deciziile din spatele formulei

Un cuvânt despre temperatură

Mă întrebați des dacă „strică” apa fierbinte collagenul. Nu. Hidrolizatul este deja denaturat și fragmentat enzimatic, asta înseamnă „hidrolizat”. Nu mai există structură terțiară care să se piardă. Legăturile peptidice rezistă cu mult peste temperaturile de bucătărie.

Regula se schimbă complet la FLORA BIOME, unde culturile sunt vii. Acolo, lichidul fierbinte chiar distruge produsul. Este singura situație din gamă în care temperatura contează.

Cât să luați

O măsură rasă înseamnă 5,95 g de collagen, restul fiind cacao și îndulcitori. Intervalul studiat în literatură merge de la 2,5 g la 10 g pe zi, deci doza plină se află confortabil în interior.

Doza	Când o recomand
7 g, măsura plină	Doza recomandată. La NOIR o recomand aproape întotdeauna, pentru că gustul este construit pentru ea.
Două treimi de măsură	Aproximativ 4 g de collagen. Acceptabil pentru întreținere, după o cură completă.
O treime de măsură	Aproximativ 2 g. Sub acest prag nu mai are rost, iar în 200 ml de lapte va fi apoasă.

ÎNTREBAREA PE CARE MI-O PUNEȚI CEL MAI DES

Pot să îl combin cu MARINE PURE, dacă am ambele borcane acasă?

Nu are sens. Sunt exact același ingredient, în două forme de prezentare. Dublând, dublați doza de collagen fără să adăugați nimic nou. Dacă aveți ambele borcane, alternați-le după dispoziție, sau păstrați PURE pentru cafeaua de dimineață și NOIR pentru seară, dar nu în aceeași zi.

NOTA FORMULATORULUI

Se dispersează mai bine, are culoarea închisă pe care o aștepți și nu lasă acrișorul cacaoei naturale. Am ales-o știind exact ce pierd și ce câștig.

Am făcut acest produs după ce am văzut câți oameni abandonează collagenul în săptămâna a patra. Motivul nu ține de formulă, ci de monotonie. Gustul este condiția ca produsul să ajungă să conteze.

Farm. Dr. Marinescu Ioana Lavinia

SE ASOCIAZĂ CU

CELLULAR LONGEVITY, dimineața. ISOLATE CATALYST, seara. Nu se combină cu MARINE PURE sau MARINE BLANC, sunt același ingredient.

N° 03

MARINE BLANC

Marine Collagen · Natural Vanilla



100 g
269 lei



150 g
359 lei

Vanilie naturală, discretă.

Aromă naturală de vanilie, dozată să se simtă fără să domine. O notă caldă, discretă, care face pulberea agreabilă și o lasă compatibilă cu aproape orice.
Se dizolvă rece, fără grunji, fără să ceară agitator sau răbdare. Îndulcit cu eritritol și un vârf de stevia, fără zahăr adăugat, cu zaharuri declarate zero.

Nouăzeci la sută collagen. Din toată linia, este cel mai ușor de transformat în obicei, și dacă mi-ați cere o singură recomandare pentru cineva care începe astăzi, aceasta ar fi.

Compoziție per porție (7 g)	Cantitate	% din porție
Hidrolizat de collagen marin Peptan® F	6 300 mg	90%
Eritritol	558 mg	8%
Aromă naturală de vanilie, glicozide steviolice	142 mg	2%

ALERGEN
CONȚINE PEȘTE.

MOD DE UTILIZARE

O măsură rasă, 7 g, o dată pe zi, în 150–200 ml apă, suc, lapte sau băutură vegetală. Se dizolvă rece, fără grunji.

Durata curei: minimum 8 săptămâni continuu.

Știința din spate

„Aromă naturală de vanilie” nu înseamnă ce credeți

Formularea are o definiție juridică precisă în Uniunea Europeană, stabilită prin Regulamentul (CE) nr. 1334/2008: componenta aromatizantă trebuie să provină în proporție de cel puțin 95% din vanilie propriu-zisă. Dacă pragul nu este atins, denumirea corectă devine, simplu, „aromă naturală”, fără cuvântul vanilie.

Este diferența dintre un produs aromatizat cu vanilie și unul aromatizat cu altceva care seamănă a vanilie.

Nouăzeci la sută, și de ce nu mai mult

6 300 mg de collagen pe porție înseamnă că nouă zecimi din ce puneți în pahar este activul. Restul, 558 mg de eritritol și 142 mg de sistem aromatizant, este exact minimul necesar pentru ca produsul să fie plăcut fără să devină un desert.

Materia primă este aceeași: Peptan® F, 2 000 Da, cu certificat de analiză pe lot. Întreaga literatură prezentată la N° 01 se aplică integral, la o doză care rămâne în partea superioară a intervalului studiat.

Vanilia și percepția dulceații

Un detaliu de formulare care explică de ce am putut folosi atât de puțin îndulcitor: vanilina amplifică perceptual dulceața. Studiile de analiză senzorială descriu fenomenul ca „dulceață indusă de aromă”, creierul integrează nota olfactivă de vanilie într-o senzație de dulce chiar și în absența unui aport suplimentar de îndulcitor. Practic, aroma îmi permite să scad eritritolul.

STUDIILE, ÎN CIFRE

Regulamentul (CE) nr. 1334/2008 al Parlamentului European și al Consiliului

Cadru juridic privind aromele destinate utilizării în produse alimentare

Stabilește pragul de 95% pentru desemnarea unei arome ca provenind dintr-o sursă nominalizată. Baza declarației „aromă naturală de vanilie” de pe eticheta noastră.

Asserin J, Lati E, Shioya T, Prawitt J. J Cosmet Dermatol. 2015;14(4):291–301.

Randomizat, dublu-orb, controlat placebo • peptide Peptan®

Materia primă din formula noastră. Creștere măsurabilă a hidratării și a densității ecografice a collagenului dermic.

Prescott J, Johnstone V, Francis J. Chem Senses. 2004;29(4):331–40.

Analiză senzorială • interacțiuni aromă–gust la subiecți sănătoși

Confirmă amplificarea percepției de dulce prin arome congruente. Motivul pentru care 142 mg de sistem aromatizant permit reducerea îndulcitorului.

Deciziile din spatele formulei

De ce îl recomand cel mai des

Nu pentru că ar fi cel mai bun, cele trei MARINE sunt același collagen. Îl recomand pentru că este cel mai puțin pretențios. PURE cere să nu vă deranjeze absența totală a gustului. NOIR cere lapte cald și un moment al serii. BLANC nu cere nimic.

În farmacie, produsul care dă rezultate este cel pe care pacientul îl termină. BLANC e formulat pentru asta.

Cât să luați

O măsură rasă înseamnă 6,3 g de collagen. Intervalul studiat merge de la 2,5 g la 10 g pe zi.

Doza	Când o recomand
7 g, măsura plină	Pentru primele două-trei luni.
Două treimi	Aproximativ 4,2 g, pentru o cură mai lungă cu același borcan.
O treime	Aproximativ 2,1 g, pentru întreținere.

Vanilia fiind discretă, BLANC suportă bine și dozele reduse fără să devină fad, spre deosebire de varianta cu cacao, care are nevoie de măsura plină ca să rămână ea însăși.

ÎNTREBAREA PE CARE MI-O PUNEȚI CEL MAI DES

Îl pot da și copiilor?

Nu. Gama nu se recomandă persoanelor sub 18 ani: dozele și evaluările de siguranță sunt construite pentru adult. Este una dintre puținele întrebări la care răspund fără nuanțe.

NOTA FORMULATORULUI

Vanilia a fost cel mai greu de dozat din toată gama. Prea puțină și pulberea rămâne fadă, prea multă și devine un desert. O sută patruzeci de miligrame e punctul în care se simte, dar nu se impune.

Dacă mi-ar cere cineva o singură recomandare din linia MARINE, aceasta ar fi.

Farm. Dr. Marinescu Ioana Lavinia

SE ASOCIAZĂ CU

CELLULAR LONGEVITY, dimineata. ISOLATE CATALYST, seara. HYELASTIN, pe cale complementară. Nu se combină cu celelalte două MARINE.

CATALOG DE PRODUSE SKINOPHARM · 2026

Linia CELLULAR

3 produse · 6 coduri · Matrix multi-ingredient, pulbere

Formule construite, nu liste de ingrediente.

skin•pharm

N° 05

CELLULAR LONGEVITY

Master Antioxidant Matrix



100 g
239 lei



150 g
279 lei

Sistemul complet, nu o singură moleculă.

Patru active care lucrează împreună, fiecare cu rolul lui, toate în același ciclu biochimic. Glutathionul este molecula de lucru. N-acetil-L-cisteina furnizează precursorul care se epuizează primul. Seleniul este cofactorul enzimei care îl folosește. Vitamina C regenerează forma redusă.

Vitamina C la 625% din valoarea nutrițională de referință, seleniu organic la 100%. Aromă naturală de ananas și fructul pasiunii, tropicală și limpede, într-un pahar de apă dimineța, înainte de cafea.

Dacă ar trebui să aleg o singură formulă din gamă pe care să o apăr în fața unui coleg, ar fi aceasta.

Compoziție per porție (5 g)	Cantitate	VNR
Vitamina C (acid L-ascorbic)	500 mg	625%
N-acetil-L-cisteină	300 mg	—
L-glutathion activ (reduc)	100 mg	—
Seleniu, formă organică	55 µg	100%

MENȚIUNI DE SĂNĂTATE AUTORIZATE

Vitamina C contribuie la formarea normală a colagenului pentru funcționarea normală a pielii. Seleniul contribuie la protecția celulelor împotriva stresului oxidativ.

INFORMAȚII IMPORTANTE

Fără alergeni. Vegan.

MOD DE UTILIZARE

O măsură, 5 g, o dată pe zi, dizolvată în 200 ml apă. Dimineța, preferabil pe stomacul gol.

Durata curei: minimum 3 luni. Borcanul de 100 g acoperă 20 de zile, flaconul de 150 g 30.

Știința din spate

Cele patru active nu sunt puse unul lângă altul. Sunt puse într-o ordine.

Glutathionul este tripeptida cea mai abundentă din interiorul celulei, concentrațiile intracelulare sunt de ordinul milimolar, de o mie de ori mai mari decât cele plasmatic. Raportul dintre forma redusă și cea oxidată este considerat în literatură unul dintre indicatorii fundamentali ai stării redox celulare.

N-acetil-L-cisteina furnizează cisteina, aminoacidul care se epuizează primul în sinteza glutathionului. Glutamatul și glicina sunt abundente în orice dietă; cisteina nu. Prima etapă enzimatică a sintezei, catalizată de glutamat-cisteină-ligază, este cea limitantă, iar substratul care lipsește este exact cel pe care îl aduce NAC.

Seleniul este piesa pe care majoritatea formulelor de pe piață o omit, și omisiunea nu este minoră. Enzima care consumă glutathionul pentru a neutraliza peroxizii, glutathion-peroxidaza, este o selenoproteină: conține selenocisteină în situsul activ. Fără seleniu, enzima nu se sintetizează funcțional, iar glutathionul rămâne substrat fără utilaj.

Vitamina C închide ciclul. Participă la readucerea glutathionului oxidat în formă activă și, reciproc, glutathionul regenerează ascorbatul oxidat. Cele două se susțin într-un ciclu descris în literatură ca sistem redox cuplat.

Despre absorbția orală a glutathionului

S-a scris mult și contradictoriu. Studiile mai vechi sugerau că glutathionul oral este hidrolizat complet în intestin. Richie și colaboratorii au publicat în 2015 un studiu randomizat pe șase luni care a arătat creșteri ale rezervelor tisulare la 250 mg și la 1 000 mg pe zi, cu observația esențială că modificarea a apărut la luni, nu la săptămâni.

Ce reiese din literatura recentă este că durata contează mai mult decât doza. Administrarea susținută pe luni ridică rezervele; prizele izolate nu. De aceea durata minimă recomandată este de trei luni.

Cele 500 mg de vitamina C, și de ce nu 1 000

Absorbția intestinală a acidului ascorbic este mediată de transportori saturabili (SVCT1). Biodisponibilitatea este de aproximativ 70–90% la doze de până la 200 mg pe priză și scade progresiv peste acest prag; la 1 250 mg, literatura descrie o biodisponibilitate sub 50%, diferența fiind eliminată renal. 500 mg într-o singură priză este punctul în care încă obții o fracție absorbită bună fără să plătești pentru ce se elimină.

STUDIILE, ÎN CIFRE

Richie JP Jr, Nichenametla S, Neidig W, et al. Eur J Nutr. 2015;54(2):251–63.

Randomizat, dublu-orb, controlat placebo · 250 și 1 000 mg/zi · 6 luni · 54 adulți sănătoși

Creșteri ale rezervelor de glutathion în sânge, eritrocite, plasmă și celule bucale, dependente de doză. Diferența a devenit evidentă la 3–6 luni, nu mai devreme.

Rayman MP. Lancet. 2012;379(9822):1256–68.

Recenzie narativă majoră privind seleniul și sănătatea umană

Sinteza selenoproteinelor, între care glutathion-peroxidazele, este strict dependentă de statusul seleniului. Fundamentul includerii seleniului în formulă.

Dodd S, Dean O, Copolov DL, et al. Expert Opin Biol Ther. 2008;8(12):1955–62.

Recenzie de farmacologie clinică · N-acetilcisteină

NAC crește disponibilitatea intracelulară de cisteină și susține sinteza de novo a glutathionului; profil de siguranță favorabil la dozele nutriționale.

Levine M, Conry-Cantilena C, Wang Y, et al. Proc Natl Acad Sci USA. 1996;93(8):3704–9.

Farmacocinetică de depleție–repleție a vitaminei C la voluntari sănătoși

Demonstrează saturarea transportului intestinal și scăderea biodisponibilității peste 200–400 mg pe priză. Baza deciziei de a nu depăși 500 mg.

Meister A. J Biol Chem. 1994;269(13):9397–400.

Lucrare fundamentală privind interacțiunea glutatation–ascorbat

Describe ciclul redox cuplat între cele două molecule, în care fiecare participă la regenerarea celeilalte. Argumentul pentru care apar împreună în aceeași formulă.

Deciziile din spatele formulei

Ce nu revendicăm, și de ce

Veți observa că mențiunile de sănătate de pe pagină vorbesc despre vitamina C și despre seleniu, nu despre glutatation și nu despre NAC. Regulamentul (CE) nr. 1924/2006 permite afirmații despre sănătate doar pentru substanțele care au primit o mențiune autorizată la nivel european. Glutatationul și N-acetilcisteina nu au.

Absența unei mențiuni validate nu este un verdict asupra moleculei, ci reflectarea stadiului în care se află evaluarea ei. Pentru glutatation și N-acetilcisteină cercetarea continuă, iar eu vă ofer exact ce există: mecanismul biochimic, protocoalele publicate și referințele complete. Restul catalogului urmează același principiu.

ÎNTREBAREA PE CARE MI-O PUNEȚI CEL MAI DES

Are sens să iau și CELLULAR LONGEVITY, și ISOLATE GLOW?

Nu. CELLULAR LONGEVITY conține deja glutatation și NAC, într-un sistem în care li s-au adăugat cofactorii. ISOLATE GLOW este molecula singură, la doză mai mare. Alegeți una dintre căi: sistemul, dacă vreți contextul complet, sau molecula, dacă vreți doza. Nu ambele în aceeași zi.

NOTA FORMULATORULUI

Formula aceasta e singura din gamă în care nu am adăugat nimic doar ca să lungesc lista. Fiecare dintre cele patru active are un rol în același ciclu biochimic. Dacă scoți seleniul, enzima nu mai funcționează. Dacă scoți vitamina C, nu se mai regenerează nimic.

Este formula pe care o dau când cineva îmi spune „vreau ceva serios”.

Farm. Dr. Marinescu Ioana Lavinia

SE ASOCIAZĂ CU

Oricare dintre produsele MARINE, asocierea cea mai coerentă din gamă. Se poate lua în paralel cu FLORA BIOME. Nu se dublează cu ISOLATE GLOW sau ISOLATE PRECURSOR.

CORTISOL DEFENSE

Adaptogen · Stress Control Matrix



100 g
239 lei



150 g
279 lei

Lămâie. Seara, într-un pahar de apă.

Magneziu din citrat și vitamina B12, alături de polifenoli din trei surse botanice diferite: rodie, troscot japonez și Sophora japonica. Betaină pentru completarea profilului.

Aromă naturală de lămâie, acidulată și curată, fără zahăr adăugat. Se dizolvă complet, fără sediment și fără să lase gust rezidual.

Un pahar la finalul zilei, în momentul în care închideți ziua de lucru. Nu este un somnifer și nu îl prezintă așa. Este magneziul și vitamina B12, într-un gest pe care îl repetați.

Compoziție per porție (5 g)	Cantitate	VNR
Magneziu, din citrat de magneziu	100 mg	27%
Betaină (trimetilglicină)	500 mg	—
Pulbere din suc de rodie	500 mg	—
Trans-resveratrol	100 mg	—
Quercetină lipozomală	30 mg	—
Vitamina B12 (cianocobalamină)	500 µg	20 000%

MENȚIUNI DE SĂNĂTATE AUTORIZATE

Magneziul și vitamina B12 contribuie la reducerea oboselei și extenuării, la funcționarea normală a sistemului nervos și la metabolismul energetic normal. Magneziul contribuie la funcții psihologice normale.

INFORMAȚII IMPORTANTE

Fără alergeni. Vegan. Persoanele care iau medicamente trebuie să consume produsul numai sub supraveghere medicală.

MOD DE UTILIZARE

O măsură, 5 g, o dată pe zi, dizolvată în 200 ml apă. Seara.

Durata curei: 2–3 luni. Borcanul de 100 g acoperă 20 de zile, flaconul de 150 g 30 de zile.

Știința din spate

Trei clase structurale de polifenoli, din trei surse

Formula conține trei clase chimice distincte: elagitanini din rodie, un stilben (trans-resveratrol) din troscot japonez și un flavonol (quercetină) din Sophora japonica. Alegerea are un motiv farmacocinetic. Clasele diferite au căi de absorbție și metabolizare diferite, ceea ce înseamnă profiluri diferite în timp.

Elagitaninii: de ce nu funcționează la fel la toată lumea

Elagitaninii nu se absorb ca atare. Sunt hidrolizați în tractul digestiv la acid elagic, apoi metabolizați de flora intestinală colonică în urolitine, în special urolitina A. Tomás-Barberán și colaboratorii au descris în 2017 conceptul de metabotip: populația se împarte în producători și neproducători, iar proporția celor capabili să genereze urolitina A este estimată în jur de 40%.

Dacă nu aveți flora potrivită, fracția din rodie va face mai puțin la dumneavoastră decât la altcineva. Este o diferență de metabolizare individuală.

Resveratrolul și quercetina: problema biodisponibilității

Trans-resveratrolul se absoarbe bine, dar este metabolizat masiv la primul pasaj hepatic și intestinal. Walle și colaboratorii au arătat în 2004 că biodisponibilitatea formei nemodificate este extrem de redusă, sub 1%, restul circulând ca glucuronizi și sulfați. Acest lucru schimbă discuția, nu o încheie: metaboliții conjugați sunt astăzi considerați rezervor circulant.

Quercetina liberă are o absorbție intrinsec scăzută. Din acest motiv am ales forma lipozomală, în care molecula este încapsulată într-un înveliș lipidic care o protejează în tractul digestiv. Literatura pe formulările fitosomale și lipozomale descrie creșteri de mai multe ori ale expunerii plasmatice față de pulberea liberă.

Betaina, și o precizare pe care trebuie să o știți

Betaina este donor de grupări metil în remetilarea homocisteinei, prin betain-homocistein-metiltransferază. Există o mențiune de sănătate autorizată la nivel european pentru betaină și metabolismul normal al homocisteinei, dar ea se aplică la un aport zilnic de 1,5 g. Formula noastră aduce 500 mg. Sub pragul de validare, mențiunea nu se aplică, iar noi nu o revendicăm.

Betaina este, în plus, un osmolit. În formulă este prezentă la 500 mg.

STUDIILE, ÎN CIFRE

Tomás-Barberán FA, González-Sarriás A, García-Villalba R, et al. Mol Nutr Food Res. 2017;61(1):1500901.

Recenzie · metabotipuri de urolitine în populația umană

Describe împărțirea populației în producători și neproducători de urolitine în funcție de compoziția microbiotei. Explică variabilitatea răspunsului la elagitanini.

Andreux PA, Blanco-Bose W, Ryu D, et al. Nat Metab. 2019;1:595–603.

Randomizat, dublu-orb, controlat placebo · urolitina A · adulți vârstnici sedentari

Profil de siguranță favorabil și semnătură moleculară de ameliorare a funcției mitocondriale în mușchiul scheletic.

Walle T, Hsieh F, DeLegge MH, et al. Drug Metab Dispos. 2004;32(12):1377–82.

Farmacocinetică cu resveratrol marcat radioactiv la om

Absorbție ridicată, dar biodisponibilitate a formei nemodificate sub 1% din cauza metabolizării de prim pasaj. Fundamentul discuției despre metaboliții conjugați.

Riva A, Ronchi M, Petrangolini G, et al. Eur J Drug Metab Pharmacokinet. 2019;44(2):169–77.

Farmacocinetic încrucișat · quercetină formulată versus quercetină liberă

Expunere plasmatică semnificativ superioară pentru forma formulată lipidic. Motivul alegerii formei lipozomale.

Regulamentul (UE) nr. 432/2012 și avizele EFSA aferente

Lista mențiunilor de sănătate autorizate în Uniunea Europeană

Mențiunea privind betaina și homocisteina este condiționată de un aport de 1,5 g/zi. La 500 mg nu este utilizabilă, iar noi nu o utilizăm.

Deciziile din spatele formulei

Formula la care întreb cel mai des ce medicamente luați

Nu este o formulă banală. Polifenolii, în special quercetina și resveratrolul, sunt descriși în literatură ca modulatori ai unor izoforme de citocrom P450 și ai unor transportori de eflux, ceea ce înseamnă potențial de interacțiune cu medicamente metabolizate pe aceleași căi.

Dacă urmați un tratament cronic, anticoagulant, imunosupresor, antihipertensiv, antidiabetic sau orice altceva de lungă durată, produsul se administrează numai după evaluarea tratamentului în curs.

ÎNTREBAREA PE CARE MI-O PUNEȚI CEL MAI DES

De ce 500 µg de vitamina B12, adică 20 000% din valoarea de referință?

Pentru că absorbția B12 pe cale pasivă, cea care nu depinde de factorul intrinsec, este de ordinul unui procent din doza administrată. La aporturile mari, mecanismul activ e saturat rapid, iar ce se absoarbe în plus trece prin difuziune simplă. Cifra pare spectaculoasă pe etichetă; farmacologic este doar aritmetică. Vitamina B12 are, în plus, un profil de siguranță excelent la aporturi mari, fără prag superior stabilit.

NOTA FORMULATORULUI

Trei clase de polifenoli, din trei surse diferite, plus magneziu și B12. E formula la care verific cel mai atent tratamentele în curs.

Am pus-o seara pentru că acolo își are locul. Nu adoarme. L-am pus seara pentru că un gest repetat la aceeași oră devine obicei, iar obiceiul e singura formă în care un supliment ajunge să conteze.

Farm. Dr. Marinescu Ioana Lavinia

SE ASOCIAZĂ CU

CELLULAR LONGEVITY, dimineața. Se poate lua în paralel cu linia MARINE. Nu se combină cu ISOLATE ADAPT.

NEUROARCHITECT

Nootropic Cognitive Matrix



100 g
389 lei



150 g
499 lei

Dimineața. Portocală.

Cincisprezece ingrediente, formula cea mai amplă din gamă. Fiecare poziție este dozată la valoarea documentată în literatură. Citicolină Cognizin®, L-teanină din extract de ceai verde standardizat 98%, și trei extracte vegetale standardizate prin HPLC: Rhodiola rosea, Schisandra chinensis și ginseng coreean.

Peste ele, magneziu, zinc și vitaminele B5 și B6, toate peste pragul de 15% din valoarea nutrițională de referință.

Aromă naturală de portocală, cu acizi citric și malic pentru prospețime. Se bea dimineața, într-un pahar cu apă, la începutul zilei de lucru.

Compoziție per porție (5 g)	Cantitate	VNR
Citicolină (Cognizin®)	250 mg	—
L-teanină, din extract de ceai verde 98%	200 mg	—
Rhodiola rosea, extract standardizat	200 mg	—
Schisandra chinensis, extract standardizat	200 mg	—
Ginseng coreean, extract standardizat	150 mg	—
Magneziu	150 mg	40%
Zinc	4,96 mg	49,6%
Vitamina B5 · Vitamina B6	3,2 mg · 0,82 mg	54% · 59%

MENȚIUNI DE SĂNĂTATE AUTORIZATE

Zincul contribuie la funcția cognitivă normală. Vitamina B5 contribuie la performanța mentală normală. Magneziul și vitamina B6 contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos și la funcții psihologice normale.

INFORMAȚII IMPORTANTE

Fără alergeni. Vegan. Conține citicolină. Nu este destinat consumului de către copii.

MOD DE UTILIZARE

O măsură, 5 g, o dată pe zi, dizolvată într-un pahar cu apă. Dimineața.

Durata curei: 2–3 luni. Borcanul de 100 g acoperă 20 de zile, flaconul de 150 g 30 de zile.

N° 07 · NEUROARCHITECT

Știința din spate

Citicolina: intermediarul obligatoriu al căii Kennedy

Citicolina, citidin-5'-difosfocolina, este intermediarul obligatoriu al căii Kennedy, procesul prin care celula sintetizează fosfatidilcolina, componenta majoritară a membranelor neuronale. Etapa catalizată de CTP:fosfocolin-citidililtransferază este cea limitantă a întregii căi, iar citicolina este exact produsul acelei etape.

După administrare orală, molecula se desface în citidină și colină; ambele traversează bariera hematoencefalică și sunt refolosite intracelular pentru resinteză. Silveri și colaboratorii au arătat prin spectroscopie de rezonanță magnetică cu fosfor modificări ale bioenergeticii frontale după administrare.

Am ales Cognizin®, forma folosită în studiile clinice publicate și cu cel mai amplu dosar de siguranță.

L-teanina: relaxare fără sedare

L-teanina este un analog structural al glutamatului, prezent aproape exclusiv în frunza de ceai. Studiile electroencefalografice descriu creșterea activității undelor alfa în regiunile occipitale și parietale, ritmul asociat cu starea de relaxare vigیلă, adică exact opusul sedării.

Kimura și colaboratorii au măsurat în 2007 răspunsuri fiziologice la stres acut și au raportat atenuarea creșterii frecvenței cardiace și a IgA salivare sub teanină. Este motivul pentru care produsul poate fi luat la începutul unei zile de lucru fără să încetinească pe nimeni.

Cele trei extracte, și ce înseamnă standardizat

Rhodiola rosea este standardizată pe salidrozidă și rosavine; Schisandra chinensis pe lignani de tip schisandrină; ginsengul coreean pe ginsenoside. Toate trei sunt determinate prin cromatografie de lichide de înaltă performanță, ceea ce înseamnă că știu exact cât compus marcator intră în fiecare porție, nu cât spune furnizorul, ci cât arată buletinul de analiză al lotului.

Panossian și Wikman au publicat în 2008 recenzia care a definit criteriile farmacologice ale adaptogenilor; Olsson și colaboratorii au studiat rhodiola în protocol randomizat controlat placebo pe 28 de zile. Referințele complete sunt mai jos.

STUDIILE, ÎN CIFRE

McGlade E, Locatelli A, Hardy J, et al. Food Nutr Sci. 2012;3(6):769–73.

Randomizat, dublu-orb, controlat placebo · citicolină 250 și 500 mg/zi · 28 zile · 60 femei sănătoase

Ameliorarea măsurabilă a performanței atenționale la testul de atenție continuă, cu diferență mai pronunțată la doza mai mare.

Silveri MM, Dikan J, Ross AJ, et al. NMR Biomed. 2008;21(10):1066–75.

Spectroscopie de rezonanță magnetică cu fosfor-31 · citicolină · adolescenți sănătoși

Modificări ale metabolismului fosfaților la nivel frontal, compatibile cu o sinteză crescută de fosfolipide membranare.

Kimura K, Ozeki M, Juneja LR, Ohira H. Biol Psychol. 2007;74(1):39–45.

Experimental, controlat · L-teanină 200 mg · sarcină de stres acut

Atenuarea răspunsului cardiovascular și a IgA salivare la stres, fără sedare măsurabilă.

Nobre AC, Rao A, Owen GN. Asia Pac J Clin Nutr. 2008;17(Suppl 1):167–8.

Electroencefalografic · L-teanină 50–250 mg

Creșterea activității undelor alfa, dependentă de doză, în stare de repaus și în timpul sarcinilor atenționale.

Olsson EMG, von Schéele B, Panossian AG. Planta Med. 2009;75(2):105–12.

Randomizat, dublu-orb, controlat placebo · extract SHR-5 de Rhodiola rosea · 576 mg/zi · 28 zile

Scoruri de oboseală și de performanță atențională ameliorate față de placebo la subiecți cu oboseală legată de suprasolicitare.

Panossian A, Wikman G. J Ethnopharmacol. 2008;118(2):183–212.

Recenzie farmacologică · criteriile adaptogenilor

Cadrul conceptual pentru evaluarea Rhodiola, Schisandra și Eleutherococcus. Baza selecției extractelor din această formulă.

Deciziile din spatele formulei

Cincisprezece ingrediente înseamnă cincisprezece decizii

O listă lungă de ingrediente are sens doar dacă fiecare poziție este dozată la o valoare documentată. Cele cincisprezece componente ale acestei formule sunt alese și dozate una câte una, la valorile din protocoalele publicate.

Citicolina e Cognizin®, la 250 mg, doza din studiul McGlade. Teanina vine din extract de ceai standardizat la 98%, la 200 mg, doza din Kimura. Rhodiola este din cultură certificată, standardizată prin HPLC.

ÎNTREBAREA PE CARE MI-O PUNEȚI CEL MAI DES

Îl pot lua în locul cafelei?

Nu conține cofeină, deci nu vă va trezi. Asocierea cofeină–L-teanină este una dintre puținele combinații documentate consistent în literatura cognitivă, așa că produsul se poate lua împreună cu cafeaua. Dacă vreți să reduceți cafeaua, faceți-o gradual și independent de acest produs.

NOTA FORMULATORULUI

Cincisprezece ingrediente înseamnă cincisprezece decizii de dozare. Citicolina este Cognizin®, la 250 mg. L-teanina vine din extract de ceai standardizat 98%, la 200 mg. Rhodiola este din cultură certificată.

Fiecare linie din tabel este dozată la valoarea din literatura citată alături.

Farm. Dr. Marinescu Ioana Lavinia

SE ASOCIAZĂ CU

CELLULAR LONGEVITY, în aceeași dimineață. Se poate lua în paralel cu linia MARINE. Nu se combină cu ISOLATE ADAPT. Se ia la distanță de CORTISOL DEFENSE, ambele conțin magneziu.

CATALOG DE PRODUSE SKINOPHARM · 2026

Linia ISOLATE

5 produse · 10 coduri · Mono-ingredient, capsule

Un singur activ, la doză cunoscută.

skin●pharm

N° 04

ISOLATE ESTRO

Soy Isoflavones · Standardized Extract



60 capsule · 35 g
199 lei



30 capsule · 18 g
119 lei

Izoflavone de soia, standardizate prin HPLC.

Extract Neufem®, standardizat la 40% izoflavone totale, cu profil determinat analitic: 125 mg genistin și genisteină, 75 mg daidzin și daidzeină per capsulă. Nu un procent global, ci profilul desfăcut pe componente, pentru că doar așa se poate compara ceva cu altceva.

Extract standardizat, cu buletin de analiză pe fiecare lot. Capsulă vegetală, vegan, non-GMO, fără gluten.

O capsulă pe zi, în timpul mesei. Un flacon de 60 acoperă două luni. Este produsul cu cele mai stricte contraindicații din gamă. Se eliberează după o discuție despre tratamentele în curs.

Compoziție per porție (1 capsulă)	Cantitate	VNR
Extract de soia Neufem®, standardizat 40% izoflavone	500 mg	—
din care izoflavone totale	200 mg	—
genistin și genisteină	125 mg	—
daidzin și daidzeină	75 mg	—
Zinc, din oxid de zinc (capsulă)	2,46 mg	24,6%

MENȚIUNI DE SĂNĂTATE AUTORIZATE

Zincul contribuie la menținerea normală a pielii, a părului și a unghiilor.

ALERGEN

CONȚINE SOIA.

INFORMAȚII IMPORTANTE

Contraindicat persoanelor cu antecedente de cancer hormono-dependent și celor aflate sub tratament hormonal sau anticoagulant, fără aviz medical.

MOD DE UTILIZARE

O capsulă pe zi, în timpul mesei.

Durata curei: 3 luni, cu reevaluare. Flaconul de 60 acoperă două luni, cel de 30 o lună.

Știința din spate

De ce izoflavonele se leagă de unde se leagă

Izoflavonele au o structură difenolică cu distanța dintre grupările hidroxil apropiată de cea a estradiolului, ceea ce le permite să se lege de receptorii estrogenici. Detaliul care contează este însă selectivitatea: Kuiper și colaboratorii au arătat încă din 1998 că afinitatea genisteinei este net mai mare pentru receptorul beta decât pentru alfa.

Distribuția celor doi receptori în organism diferă substanțial de la un țesut la altul. Aceasta este baza farmacologică a întregii clase și motivul pentru care izoflavonele nu se comportă ca un estrogen clasic.

Equolul: de ce nu funcționează la fel la toată lumea

Daidzeina este transformată de flora intestinală în equol, un metabolit cu afinitate și activitate mai mari decât ale moleculei-mamă. Doar o parte din populație are flora capabilă de această conversie.

Setchell și colaboratorii au descris în 2002 fenomenul și au estimat că aproximativ 30–50% dintre adulții din populațiile occidentale sunt producători de equol, cu procente semnificativ mai mari în populațiile asiatice, cu consum tradițional de soia. Este una dintre explicațiile cele mai plauzibile pentru variabilitatea rezultatelor din literatură și pentru diferențele de răspuns între două persoane care iau același produs.

Extract standardizat, nu pulbere de soia

Diferența este întreaga miză a produsului. La un extract standardizat determinat prin HPLC, știi lot cu lot câtă genisteină și câtă daidzeină intră în capsulă. La o pulbere de soia, nimeni nu are cum să știe, conținutul variază cu soiul, cu solul, cu anul agricol și cu procesarea.

Standardizarea prin HPLC este ceea ce face conținutul reproductibil de la un lot la altul.

STUDIILE, ÎN CIFRE

Kuiper GGJM, Lemmen JG, Carlsson B, et al. Endocrinology. 1998;139(10):4252–63.

Studiu de legare in vitro · fitoestrogeni versus receptori estrogenici α și β

Afinitate net superioară a genisteinei pentru receptorul β . Fundamentul farmacologic al întregii clase.

Setchell KDR, Brown NM, Lydeking-Olsen E. J Nutr. 2002;132(12):3577–84.

Recenzie clinică · metabolizarea daidzeinei în equol

Definește conceptul de producător de equol și estimează prevalența la 30–50% în populațiile occidentale. Explicația principală a variabilității individuale.

Taku K, Melby MK, Kronenberg F, et al. Menopause. 2012;19(7):776–90.

Meta-analiză · 19 studii randomizate controlate · izoflavone extrase sau sintetizate

Reducere a frecvenței și intensității bufeurilor față de placebo, cu heterogenitate importantă între protocoale și doze.

EFSA Panel on Food Additives and Nutrient Sources. EFSA Journal. 2015;13(10):4246.

Aviz științific privind siguranța izoflavonelor la femeile în peri- și postmenopauză

Evaluare a datelor de siguranță pentru utilizarea în suplimente alimentare, cu recomandări privind durata administrării.

Deciziile din spatele formulei

Mențiunile pe care nu le putem folosi

Izoflavonele nu au o mențiune de sănătate autorizată în Uniunea Europeană. În absența autorizării, Regulamentul (CE) nr. 1924/2006 nu permite nicio afirmație de sănătate în legătură cu ele. Literatura publicată este prezentată mai sus, cu doza și populația studiată.

Contraindicații

Sunt cele mai serioase din toată gama: antecedente de cancer hormono-dependent, tratament hormonal în curs, tratament anticoagulant. În toate aceste situații, produsul se administrează exclusiv cu aviz medical scris.

ÎNTREBAREA PE CARE MI-O PUNEȚI CEL MAI DES

Cât timp îl pot lua fără pauză?

Recomandarea mea este trei luni, urmate de reevaluare, ceea ce înseamnă o discuție, nu o oprire automată. Avizul EFSA din 2015 a analizat tocmai chestiunea duratei. Administrarea acestui produs presupune supraveghere medicală pe toată durata curei.

NOTA FORMULATORULUI

Extract standardizat, nu pulbere de soia. Diferența e că știu, lot cu lot, câtă genisteină și câtă daidzeină intră în capsulă. La pulbere nu ai cum să știi.

Este produsul cu cele mai stricte contraindicații din gamă: antecedente de cancer hormono-dependent, tratament hormonal în curs, tratament anticoagulant. În toate aceste situații se eliberează numai cu aviz medical.

Farm. Dr. Marinescu Ioana Lavinia

SE ASOCIAZĂ CU

Se administrează decalat de ISOLATE CATALYST, la câteva ore distanță. Se poate lua în paralel cu linia MARINE și cu CELLULAR LONGEVITY.

N° 08

ISOLATE GLOW

L-Glutathione · Pure



60 capsule · 27 g
329 lei



30 capsule · 13 g
199 lei

Glutation. Simplu.

Un singur activ: 420 mg de L-glutation redus, de origine fermentativă. Fără matrice și fără adaosuri.

Se ia dimineața, pe stomacul gol, cu un pahar de apă. Cura are sens pe minimum trei luni.

Capsulă vegetală, vegan, fără alergeni. Flaconul de 60 acoperă două luni de administrare continuă.

Compoziție per porție (1 capsulă)	Cantitate	VNR
L-glutation redus, de origine fermentativă	420 mg	—
Zinc, din oxid de zinc (capsulă)	2,46 mg	24,6%

MENȚIUNI DE SĂNĂTATE AUTORIZATE

Zincul contribuie la protecția celulelor împotriva stresului oxidativ și la menținerea normală a pielii.

INFORMAȚII IMPORTANTE

Fără alergeni. Vegan.

MOD DE UTILIZARE

O capsulă pe zi, dimineața, pe stomacul gol, cu un pahar de apă.

Durata curei: minimum 3 luni. Flaconul de 60 acoperă două luni, cel de 30 o lună.

Știința din spate

O tripeptidă cu o particularitate care schimbă totul

Glutathionul este o tripeptidă, acid glutamic, cisteină, glicină, cu o particularitate structurală esențială: legătura dintre acidul glutamic și cisteină este de tip gama, nu alfa. Peptidazele obișnuite ale tractului digestiv recunosc legături alfa. Pe aceasta nu o recunosc, ceea ce conferă moleculei o rezistență pe care majoritatea peptidelor nu o au.

Gruparea tiol a cisteinei este centrul funcțional. Ea donează un electron, iar două molecule reduse se leagă între ele formând glutathion oxidat, cu punte disulfurică. Raportul dintre cele două forme este unul dintre indicatorii principali ai stării redox a celulei.

Absorbția orală

Literatura este eterogenă. Ce reiese din studiile recente este că durata administrării contează mai mult decât doza.

Richie și colaboratorii au publicat în 2015 un studiu randomizat, dublu-orb, controlat placebo, pe șase luni, la 250 mg și 1 000 mg pe zi. Au măsurat creșteri ale rezervelor în sânge total, eritrocite, plasmă și celule bucale, dependente de doză, dar apărute la luni de administrare, nu la săptămâni. Weschawalit și colaboratorii au raportat în 2017 rezultate dintr-un protocol clinic de trei luni.

Concluzia practică: administrarea susținută ridică rezervele tisulare, prizele izolate nu. Sub trei luni, cura nu are sens.

Patru sute douăzeci de miligrame

Doza este aleasă deliberat în partea superioară a intervalului din literatura clinică publicată, unde protocoalele merg de la 250 mg la 1 000 mg pe zi. Este de peste patru ori doza din CELLULAR LONGEVITY, unde glutathionul apare la 100 mg, dar acolo apare împreună cu precursorul și cu cofactorii enzimei.

STUDIILE, ÎN CIFRE

Richie JP Jr, Nichenametla S, Neidig W, et al. Eur J Nutr. 2015;54(2):251–63.

Randomizat, dublu-orb, controlat placebo · 250 și 1 000 mg/zi · 6 luni · 54 adulți sănătoși

Creșteri dependente de doză ale rezervelor de glutathion în sânge total, eritrocite, plasmă și celule bucale. Referința care a schimbat discuția despre glutathionul oral.

Weschawalit S, Thongthip S, Phutrakool P, Asawanonda P. Clin Cosmet Investig Dermatol. 2017;10:147–53.

Randomizat, controlat placebo · glutathion oral · 12 săptămâni · subiecți sănătoși

Protocol clinic dermatologic cu evaluări instrumentale cutanate; profil de tolerabilitate favorabil.

Allen J, Bradley RD. J Altern Complement Med. 2011;17(9):827–33.

Randomizat, controlat placebo · 500 mg/zi · 4 săptămâni

Studiu de scurtă durată care nu a găsit modificări semnificative ale markerilor. Îl citez pentru că susține exact argumentul duratei minime de trei luni.

Meister A, Anderson ME. Annu Rev Biochem. 1983;52:711–60.

Recenzie fundamentală privind metabolismul glutathionului

Describe ciclul gamma-glutamil și particularitatea legăturii gama care conferă rezistență la peptidazele uzuale.

Deciziile din spatele formulei

Când aleg GLOW și când aleg LONGEVITY

Întrebarea vine aproape zilnic, așa că răspund direct. ISOLATE GLOW este molecula, la doză mare, fără context. CELLULAR LONGEVITY este sistemul: glutatation la 100 mg, dar cu N-acetilcisteina care furnizează precursorul, cu seleniul fără de care enzima nu funcționează și cu vitamina C care regenerează forma redusă.

Dacă vrei doza, luați GLOW. Dacă vrei ciclul întreg, luați LONGEVITY. Nu se iau împreună: se suprapun pe aceeași moleculă.

ÎNTREBAREA PE CARE MI-O PUNEȚI CEL MAI DES

De ce pe stomacul gol?

Pentru a reduce timpul de contact cu conținutul gastric și cu enzimele proteolitice activate de masă. Nu este o regulă absolută, iar o abatere ocazională nu compromite cura. Un pahar de apă, înainte de cafea, este momentul potrivit.

NOTA FORMULATORULUI

Patru sute douăzeci de miligrame de L-glutathion redus și nimic altceva. Cine caută sistemul complet, cu precursor și cofactori, ia CELLULAR LONGEVITY. Cine caută molecula la doză mare, ia acest produs.

Durata minimă este de trei luni. Flaconul de 30 de capsule acoperă o lună dintr-o cură, nu o cură.

Farm. Dr. Marinescu Ioana Lavinia

SE ASOCIAZĂ CU

ISOLATE PRECURSOR, ca abordare complementară. Se administrează decalat de ISOLATE CATALYST. Nu se dublează cu CELLULAR LONGEVITY.

N° 09

ISOLATE PRECURSOR

N-Acetyl-L-Cysteine (NAC) · Pure



60 capsule · 28 g
149 lei



30 capsule · 14 g
89 lei

Precursorul.

Trei sute de miligrame de N-acetil-L-cisteină, forma acetilată și stabilă a cisteinei. Cisteina este aminoacidul limitant în sinteza glutationului, nu unul dintre cei trei, ci exact cel care se termină primul.

Abordare complementară față de ISOLATE GLOW: în loc să aducă molecula finită, care trebuie să supraviețuiască tractului digestiv, furnizează materia primă și lasă organismul să lucreze în ritm propriu, acolo unde glutathionul este oricum folosit.

O capsulă pe zi, pe stomacul gol. Capsulă vegetală, vegan, fără alergenii.

Compoziție per porție (1 capsulă)	Cantitate	VNR
N-acetil-L-cisteină	300 mg	—
Zinc, din oxid de zinc (capsulă)	2,46 mg	24,6%

MENȚIUNI DE SĂNĂTATE AUTORIZATE

Zincul contribuie la protecția celulelor împotriva stresului oxidativ.

INFORMAȚII IMPORTANTE

Fără alergenii. Vegan.

MOD DE UTILIZARE

O capsulă pe zi, pe stomacul gol, cu un pahar de apă.

Durata curei: 2–3 luni. Flaconul de 60 acoperă două luni, cel de 30 o lună.

Știința din spate

Două etape enzimaticе, dintre care una limitantă

Sinteza glutatіonului se face în două etape. Prima, catalizată de glutamat-cisteină-ligază, este cea limitantă a întregului proces. Substratul care se epuizează primul este cisteina, glutamatul și glicina sunt abundente în orice dietă rezonabilă.

Aceasta este logica produsului: în loc de molecula finită, care trebuie să traverseze un tract digestiv proiectat să descompună peptide, furnizez materia primă și las sinteza să se producă intracelular, acolo unde glutatіonul este consumat.

De ce acetilată

Cisteina liberă este instabilă: gruparea tiol se oxidează rapid la cistină, iar molecula are, în plus, o toleranță digestivă mediocră. Acetilarea grupării amino protejează molecula și îi crește substanțial stabilitatea. După absorbție, gruparea acetyl este îndepărtată enzimatic, eliberând cisteina utilizabilă.

N-acetylcisteina are unul dintre cele mai extinse dosare de siguranță din categoria reglementată prin Ord. MS 1228/2005.

Trei sute de miligrame

Doza este stabilită la 300 mg, în urma evaluării dosarului de notificare. Este valoarea care corespunde susținerii unui proces fiziologic într-un supliment alimentar, nu unei intervenții farmacologice.

STUDIILE, ÎN CIFRE

Dodd S, Dean O, Copolov DL, Malhi GS, Berk M. Expert Opin Biol Ther. 2008;8(12):1955–62.

Recenzie de farmacologie clinică · N-acetylcisteină ca terapie antioxidantă

Sinteza a mecanismului, farmacocineticii și utilității clinice; profil de siguranță favorabil pe intervale largi de doză.

Atkuri KR, Mantovani JJ, Herzenberg LA, Herzenberg LA. Curr Opin Pharmacol. 2007;7(4):355–9.

Recenzie · NAC în deficitul de cisteină și glutatіon

Argumentează rolul cisteinei ca substrat limitant și poziția NAC ca sursă sigură de cisteină biodisponibilă.

Lu SC. Biochim Biophys Acta. 2013;1830(5):3143–53.

Recenzie · reglarea sintezei de glutatіon

Describe glutamat-cisteină-ligaza ca enzimă limitantă și disponibilitatea cisteinei ca principal factor de control al ratei de sinteză.

Deciziile din spatele formulei

GLOW sau PRECURSOR? Două căi spre același rezultat

ISOLATE GLOW aduce molecula. ISOLATE PRECURSOR aduce materia primă. Niciuna nu este superioară celeilalte în absența unei analize individuale.

Alegeți una și duceți-o până la capăt, două-trei luni. Luate în paralel nu se anulează, dar nu au logică: aveți deja precursorul într-una și molecula în cealaltă.

ÎNTREBAREA PE CARE MI-O PUNEȚI CEL MAI DES

Are miros?

Da, ușor sulfuros. Gruparea tiol este chiar ceea ce face molecula să funcționeze, iar capsula reține mirosul aproape complet. Dacă îl simțiți la deschiderea flaconului, produsul este în regulă, nu alterat.

NOTA FORMULATORULUI

Trei sute de miligrame de N-acetil-L-cisteină, forma acetilată și stabilă a cisteinei. Cisteina este substratul limitant al sintezei de glutathion; produsul o furnizează și lasă sinteza să se producă intracelular. Face exact ce scrie pe etichetă.

Farm. Dr. Marinescu Ioana Lavinia

SE ASOCIAZĂ CU

ISOLATE GLOW, ca abordare complementară, dar nu simultan. Se administrează decalat de ISOLATE CATALYST. Nu se dublează cu CELLULAR LONGEVITY.

N° 10

ISOLATE CATALYST

Copper Bisglycinate · Chelated Form



60 capsule · 27 g
129 lei



30 capsule · 13 g
79 lei

Un miligram. Sută la sută.

Cupru bisglicinat, formă chelată: ionul de cupru legat de două molecule de glicină, ceea ce reduce competiția cu alți minerali la absorbția intestinală față de formele anorganice.

Un miligram acoperă exact 100% din valoarea nutrițională de referință. Nu mai mult, pentru că nu are rost, și pentru că nu ar fi conform.

Este produsul care completează firesc linia MARINE, și cel pe care îl recomand cel mai des ca a doua achiziție. Capsulă vegetală, vegan.

Compoziție per porție (1 capsulă)	Cantitate	VNR
Cupru, din cupru bisglicinat	1 mg	100%
Zinc, din oxid de zinc (capsulă)	2,46 mg	24,6%

MENȚIUNI DE SĂNĂTATE AUTORIZATE

Cuprul contribuie la menținerea normală a țesuturilor conjunctive, la pigmentarea normală a părului și a pielii și la protecția celulelor împotriva stresului oxidativ.

INFORMAȚII IMPORTANTE

Fără alergeni. Vegan. **Contraindicat în boala Wilson.**

MOD DE UTILIZARE

O capsulă pe zi, cu un pahar de apă. La câteva ore distanță de celelalte produse ISOLATE.

Durata curei: 2-3 luni. Flaconul de 60 acoperă două luni, cel de 30 o lună.

Știința din spate

Lizil-oxidaza: enzima care dă colagenului rezistență

Cuprul este cofactorul lizil-oxidazei, enzima care realizează legăturile încrucișate între fibrele de colagen și de elastină. Fără ea, colagenul nou sintetizat rămâne imatur din punct de vedere mecanic, fibrele există, dar nu sunt legate între ele, iar rezistența la tracțiune nu se dezvoltă.

Rucker și colaboratorii au sintetizat în 1998 dovezile care leagă statusul cuprului de funcționalitatea lizil-oxidazei și de calitatea matricei extracelulare. Este referința care stă la baza asocierii dintre acest produs și linia MARINE.

Cuprul este, în plus, cofactor al superoxid-dismutazei Cu/Zn, enzimă antioxidantă majoră, și al tirozinazei, enzima implicată în pigmentare. Toate trei mențiunile de sănătate autorizate pe care le găsiți mai sus derivă din aceste roluri.

De ce forma chelată

În bisglicinat, ionul de cupru este legat de două molecule de glicină prin legături coordinative, formând un complex neutru. Acest lucru schimbă modul în care mineralul traversează peretele intestinal: complexul chelat este mai puțin dependent de transportorii metalici pentru care concurează zincul, fierul și calciul.

Consecința practică este că un cupru chelat tolerează mai bine prezența altor minerali în lumenul intestinal. De aici și recomandarea de a lua CATALYST la câteva ore distanță de celelalte capsule din gamă, nu pentru că ar fi periculos, ci pentru că vreau ca miligramul acela să conteze.

De ce un miligram

Valoarea nutrițională de referință pentru cupru este de 1 mg, iar Autoritatea Europeană pentru Siguranța Alimentară a stabilit un nivel superior tolerabil de aport de 5 mg pe zi pentru adulți, din toate sursele. Echilibrul cupru-zinc este, în plus, unul strâns: aporturile dezechilibrate ale unuia interferează cu absorbția celuilalt.

Un miligram acoperă exact valoarea de referință. Peste acest prag, aportul nu mai are rol nutrițional.

STUDIILE, ÎN CIFRE

Rucker RB, Kosonen T, Clegg MS, et al. Am J Clin Nutr. 1998;67(5 Suppl):996S–1002S.

Recenzie · cuprul, lizil-oxidaza și legăturile încrucișate ale proteinelor matriceale

Stabilește dependența activității lizil-oxidazei de statusul cuprului și consecințele asupra maturării colagenului și elastinei.

EFSA Panel on Dietetic Products, Nutrition and Allergies. EFSA Journal. 2015;13(10):4253.

Aviz științific · valori dietetice de referință pentru cupru

Fundamentul valorii nutriționale de referință și al nivelului superior tolerabil de aport. Baza deciziei de a nu depăși 1 mg.

DiSilvestro RA, Joseph EL, Zhang W, et al. Nutr Res. 2012;32(8):604–8.

Studiu clinic de biodisponibilitate · forme de cupru la adulți

Comparație între forme de cupru privind markerii funcționali ai statusului. Context pentru alegerea formei chelate.

Regulamentul (UE) nr. 432/2012

Lista mențiunilor de sănătate autorizate în Uniunea Europeană

Mențiunile privind țesuturile conjunctive, pigmentarea și protecția celulelor sunt condiționate de un aport de cel puțin 15% din VNR. La 100% sunt integral utilizabile.

Deciziile din spatele formulei

Produsul pe care îl recomand ca a doua achiziție

Dacă ați cumpărat un MARINE și mă întrebați ce urmează, răspunsul meu este aproape întotdeauna acesta. Este veriga care lipsește cel mai des.

Aportul de collagen fără cofactorul enzimei care leagă fibrele între ele lasă procesul incomplet: fibrele se sintetizează, dar nu se leagă.

ÎNTREBAREA PE CARE MI-O PUNEȚI CEL MAI DES

Am și un multivitamin. Mai am nevoie?

Verificați eticheta. Dacă multivitaminul declară cupru la 100% din valoarea nutrițională de referință, aportul este acoperit. Dacă declară 15% sau nu îl declară deloc, situație foarte frecventă, produsul își are rostul.

NOTA FORMULATORULUI

Un miligram de cupru bisglicinat acoperă exact valoarea nutrițională de referință. Cuprul este cofactorul lizil-oxidazei, enzima care leagă între ele fibrele de collagen și de elastină.

Completează firesc linia MARINE.

Farm. Dr. Marinescu Ioana Lavinia

SE ASOCIAZĂ CU

Oricare dintre produsele MARINE, completarea firească a liniei. HYELASTIN. Se ia la câteva ore distanță de celelalte capsule ISOLATE.

ISOLATE ADAPT

Ashwagandha KSM-66® · Full-Spectrum Root Extract



60 capsule · 28 g
179 lei



30 capsule · 14 g
109 lei

KSM-66®. Rădăcină, spectru complet.

Extractul de ashwagandha cel mai documentat de pe piață, obținut exclusiv din rădăcină, nu din frunză, și standardizat la 5% withanolide prin cromatografie de lichide de înaltă performanță.

Trei sute cincizeci de miligrame pe capsulă: doza cea mai studiată și, în același timp, cea mai conservatoare. Spectru complet, adică profilul natural al rădăcinii, nu o fracție izolată și reconcentrată.

O capsulă pe zi, la o masă. Capsulă vegetală, vegan.

Compoziție per porție (1 capsulă)	Cantitate	VNR
Extract de rădăcină KSM-66®, standardizat 5% withanolide	350 mg	—
din care withanolide totale	17,5 mg	—
Zinc, din oxid de zinc (capsulă)	2,46 mg	24,6%

MENȚIUNI DE SĂNĂTATE AUTORIZATE

Zincul contribuie la protecția celulelor împotriva stresului oxidativ.

INFORMAȚII IMPORTANTE

Fără alergeni. Vegan. Contraindicat persoanelor cu afecțiuni tiroidiene sau hepatice și celor aflate sub tratament sedativ, antidepresiv sau imunosupresor, fără aviz medical.

MOD DE UTILIZARE

O capsulă pe zi, cu apă, la o masă.

Durata curei: 2–3 luni, urmate de pauză. Flaconul de 60 acoperă două luni, cel de 30 o lună.

Știința din spate

Withanolidele și ce înseamnă standardizarea la 5%

Withanolidele sunt lactone steroidice, considerate componentele active principale ale plantei și folosite ca marker de standardizare. La 5%, cele 350 mg de extract aduc 17,5 mg de withanolide totale, cifră pe care o găsiți declarată explicit în tabel, nu ascunsă într-un procent.

Standardizarea se determină prin HPLC, lot cu lot. Diferența față de o pulbere de rădăcină măcinată este de ordinul unei ordini de mărime în conținut de marcator. Reproducibilitatea de la lot la lot nu mai poate fi verificată.

Rădăcină, nu frunză. Distincția ține de siguranță.

Extracatele de frunză de *Withania somnifera* au un profil chimic diferit, cu concentrații mult mai mari de withaferină A. Aproape toate semnalele de siguranță hepatică raportate în literatura recentă și în alertele autorităților europene provin din produse cu conținut de frunză sau cu compoziție nedeclarată.

KSM-66® este obținut exclusiv din rădăcină, printr-un procedeu de extracție care nu folosește solvenți organici.

Doza: de ce 350 și nu 600

Studiile clinice cele mai citate lucrează la 300 mg de două ori pe zi (Chandrasekhar, 2012) sau la 240–600 mg pe zi în priză unică (Lopresti, 2019; Salve, 2019). Trei sute cincizeci de miligrame în priză unică se situează în partea inferioară a acestui interval.

Doza este stabilă în partea inferioară a intervalului studiat. Creșterea ei se face sub îndrumare, nu ca punct de plecare.

Mențiunile pe care nu le putem folosi

Literatura despre cortizol și despre scorurile de stres percepute este consistentă și este prezentată integral mai jos, cu design, doză și durată. Nu există însă, la nivel european, o mențiune autorizată care să permită revendicarea acestor rezultate.

STUDIILE, ÎN CIFRE

Chandrasekhar K, Kapoor J, Anishetty S. Indian J Psychol Med. 2012;34(3):255–62.

Randomizat, dublu-orb, controlat placebo · KSM-66® 300 mg × 2/zi · 60 zile · 64 adulți

Reducere semnificativă a scorurilor la scalele de stres percepute și a cortizolului seric față de placebo. Studiul de referință pentru acest extract.

Salve J, Pate S, Debnath K, Langade D. Cureus. 2019;11(12):e6466.

Randomizat, dublu-orb, controlat placebo · 250 și 600 mg/zi · 8 săptămâni · 58 adulți

Răspuns dependent de doză la scorurile de stres și la cortizolul matinal; tolerabilitate bună la ambele doze.

Lopresti AL, Smith SJ, Malvi H, Kodgule R. Medicine (Baltimore). 2019;98(37):e17186.

Randomizat, dublu-orb, controlat placebo · 240 mg/zi · 60 zile

Modificări ale markerilor hormonal și ale scorurilor de anxietate raportate de subiecți.

Tandon N, Yadav SS. J Ethnopharmacol. 2020;255:112768.

Recenzie sistematică de siguranță · Withania somnifera

Analizează raportările de siguranță și evidențiază importanța părții de plantă utilizate și a standardizării. Argumentul pentru rădăcină, nu frunză.

Deciziile din spatele formulei

De ce nu se combină cu CORTISOL DEFENSE sau NEUROARCHITECT

Nu pentru că ar exista o interacțiune periculoasă documentată, ci pentru că ar fi o suprapunere fără sens. Toate trei se adresează aceleiași zone, prin mecanisme diferite. Luându-le împreună, nu veți ști niciodată care dintre ele face ceva pentru dumneavoastră.

Alegeți una, duceți-o două-trei luni, apoi evaluați.

ÎNTREBAREA PE CARE MI-O PUNEȚI CEL MAI DES

Pot să îl iau seara, dacă mă ajută să dorm?

Recomandarea de pe cutie este la o masă, iar dacă masa aceea este cina, este perfect acceptabil. Ce vă rog să nu faceți este să îl folosiți ca inductor al somnului și să creșteți doza când nu funcționează. Nu este un hipnotic, iar dacă problema este insomnia, discuția pe care trebuie să o purtăm este alta.

NOTA FORMULATORULUI

Rădăcină, nu frunză. Standardizat prin HPLC, la 5% withanolide. Trei sute cincizeci de miligrame, în partea inferioară a intervalului studiat.

Cele trei decizii merg în aceeași direcție: dosarul de siguranță.

Farm. Dr. Marinescu Ioana Lavinia

SE ASOCIAZĂ CU

Se administrează decalat de ISOLATE CATALYST. Se poate lua în paralel cu linia MARINE și cu FLORA BIOME. Nu se combină cu CORTISOL DEFENSE sau NEUROARCHITECT.

CATALOG DE PRODUSE SKINOPHARM · 2026

Extensii

2 produse · 4 coduri

Ce am adăugat după ce gama era deja completă.

skin•pharm

Nº 11

HYELASTIN

Eggshell Membrane + Hyaluronic Acid



60 capsule · 28 g
229 lei



30 capsule · 14 g
139 lei

Membrana și hialuronicul.

Membrana de coajă de ou este una dintre puținele matrici naturale care aduc simultan collagen nativ, elastină, condroitină și glicozaminoglicani, nu o moleculă, ci un fragment de matrice extracelulară, aproape intact. Peste ea, o sută de miligrame de acid hialuronic izolat.

Este singurul produs din gamă care conține elastină. Nu înlocuiește collagenul din linia MARINE și nu concurează cu el; lucrează pe altă cale, matrice completă în cantitate mică, în loc de peptide în cantitate mare.

O capsulă pe zi, la o masă. Se adaugă după o cură completă de collagen, ca abordare complementară.

Compoziție per porție (1 capsulă)	Cantitate	VNR
Membrană de coajă de ou	250 mg	—
Acid hialuronic (ActiHyal®)	100 mg	—
Zinc, din oxid de zinc (capsulă)	2,46 mg	24,6%

MENȚIUNI DE SĂNĂTATE AUTORIZATE

Zincul contribuie la menținerea normală a pielii, a părului și a unghiilor.

ALERGEN

CONȚINE OU · nu este vegan.

MOD DE UTILIZARE

O capsulă pe zi, cu apă, la o masă.

Durata curei: 2–3 luni. Flaconul de 60 acoperă două luni, cel de 30 o lună.

Știința din spate

O matrice, nu o moleculă

Membrana de coajă de ou este stratul fibros dintre albuș și coajă, o rețea de fibre proteice împletite, cu o compoziție remarcabil de apropiată de cea a matricei extracelulare umane. Analizele publicate descriu collagen de tip I, V și X, elastină, desmozină și izodesmozină (aminoacizii de legătură specifici elastinei), sulfat de condroitină, acid hialuronic și glicozaminoglicani sulfatați.

Ruff și colaboratorii au publicat în 2009 primele caracterizări clinice ale materiei prime standardizate. Profilul acesta nu se poate obține amestecând ingredientele separat: proporțiile și asocierea lor sunt cele din țesutul viu.

Elastina: singura din gamă

Elastina este proteina care conferă țesutului capacitatea de a reveni la forma inițială după deformare. Spre deosebire de collagen, care se reînnoiește constant, elastina matură are un turnover extrem de lent, timpul de înjumătățire estimat în literatură depășește cu mult o viață de om.

Din acest motiv, pagina nu conține nicio afirmație despre elasticitate. Produsul aduce o matrice care conține elastină, declarată ca atare.

Acidul hialuronic oral: ce se știe și ce nu

Acidul hialuronic este un glicozaminoglican major al matricei extracelulare, cu masă moleculară care poate depăși un milion de daltoni. Administrat oral, este depolimerizat de flora intestinală în oligozaharide, iar fragmentele rezultate se absorb parțial, mecanismul a fost documentat prin studii cu molecule marcate.

Oe și colaboratorii au publicat în 2017 un studiu randomizat, dublu-orb, controlat placebo, pe douăsprezece săptămâni; Kawada și colaboratorii au publicat în 2014 un protocol pe piele uscată. Literatura există, dar acidul hialuronic oral nu are o mențiune de sănătate autorizată la nivel european. Referințele sunt mai jos.

Două surse de hialuronic, într-o singură capsulă

Produsul conține acid hialuronic din două direcții: cel izolat, 100 mg, cu masă moleculară controlată, și fracția naturală prezentă în membrana de ou. Cele două nu se însumează pe etichetă: fracția din membrană nu este cuantificată separat pe buletinul de analiză.

STUDIILE, ÎN CIFRE

Ruff KJ, DeVore DP, Leu MD, Robinson MA. Clin Interv Aging. 2009;4:235–40.

Studiu clinic deschis · membrană de coajă de ou standardizată · 500 mg/zi · 30 zile

Caracterizarea materiei prime și primele evaluări clinice ale toleranței și ale parametrilor țesuturilor conjunctive.

Oe M, Sakai S, Yoshida H, et al. Clin Cosmet Investig Dermatol. 2017;10:267–73.

Randomizat, dublu-orb, controlat placebo · acid hialuronic oral 120 mg/zi · 12 săptămâni · 60 subiecți

Evaluări instrumentale ale suprafeței cutanate cu diferențe față de placebo la finalul protocolului.

Kawada C, Yoshida T, Yoshida H, et al. Nutr J. 2014;13:70.

Randomizat, dublu-orb, controlat placebo · acid hialuronic oral · 6 săptămâni · piele uscată

Ameliorarea parametrilor de hidratare cutanată măsurați instrumental față de grupul placebo.

Balogh L, Polyak A, Mathe D, et al. J Agric Food Chem. 2008;56(22):10582–93.

Studiu de biodistribuție cu acid hialuronic marcat radioactiv la animal

Demonstrează absorbția fragmentelor rezultate din depolimerizare și distribuția lor tisulară, inclusiv în piele și articulații.

Deciziile din spatele formulei

Cui îi recomand HYELASTIN

Nu este un produs de start. Îl propun celor care au terminat deja o cură completă de collagen și vor să adauge o cale complementară, nu o dublare. Peptidele din linia MARINE aduc semnal la cantitate mare; membrana aduce matrice completă la cantitate mică. Sunt două logici diferite, și se pot suprapune fără să se anuleze.

Alături de cele trei produse MARINE, este unul dintre cele patru produse nevegane din gamă. Alergenul este declarat pe fața ambalajului.

ÎNTREBAREA PE CARE MI-O PUNEȚI CEL MAI DES

Am alergie la ou. Pot să îl iau?

Nu. Fără nuanțe și fără excepții. Membrana de coajă de ou conține proteine de ou, iar alergenul este declarat explicit tocmai pentru că este real. Dacă aveți alergii la ou și căutați ceva pentru aceeași zonă, discutăm despre linia MARINE plus ISOLATE CATALYST, care nu conține ou.

NOTA FORMULATORULUI

Membrana de coajă de ou e una dintre puținele materii prime care aduc elastină. Peste ea am pus o sută de miligrame de acid hialuronic izolat. Nu concurează cu collagenul din MARINE, lucrează pe altă cale.

Este singura sursă de elastină din gamă.

Farm. Dr. Marinescu Ioana Lavinia

SE ASOCIAZĂ CU

Oricare dintre produsele MARINE, acționează pe altă cale, nu se suprapun. ISOLATE CATALYST, pentru cofactorul lizil-oxidazei.

FLORA BIOME

Synbiotic Complex



100 g
329 lei



150 g
419 lei

Douăsprezece tulpini. Două fibre.

Un sinbiotic adevărat, nu o pulbere cu culturi. Douăsprezece tulpini vii, circa șaiszeci de miliarde de unități formatoare de colonii pe porție, plus două fibre fermentescibile care le servesc drept substrat: inulină din rădăcină de cicoare, standardizată la 90% fructani, și gumă arabică.

Peste ele, șapte vitamine, toate peste pragul de referință, nu urme simbolice, ci cantități care se declară cu procent pe etichetă.

Aromă naturală de vanilie, blândă. Se dizolvă într-un pahar cu apă, dimineața. Niciodată în lichide fierbinți: culturile sunt vii, iar căldura le omoară.

Compoziție per porție (5 g)	Cantitate	VNR
12 tulpini vii	circa 60 miliarde UFC	—
Inulină din rădăcină de cicoare, 90% fructani	275 mg	—
Gumă arabică	205 mg	—
Vitamina C	120 mg	150%
Vitamina B3 · Vitamina B5	16 mg · 6 mg	100% · 100%
Vitamina A · Vitamina D3	780 µg · 6,25 µg	98% · 125%
Vitamina B2 · Vitamina B6	1,5 mg · 1,23 mg	107% · 88%

MENȚIUNI DE SĂNĂTATE AUTORIZATE

Vitaminele A, C, D și B6 contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar. Vitaminele C, B2, B3, B5 și B6 contribuie la reducerea oboselei și extenuării.

INFORMAȚII IMPORTANTE

Fără alergeni. Vegan. Conține vitamina A. Nu se recomandă femeilor însărcinate.

MOD DE UTILIZARE

O măsură, 5 g, o dată pe zi, dizolvată într-un pahar cu apă. Dimineața. Nu în lichide fierbinți.

Durata curei: 1–2 luni. Borcanul de 100 g acoperă 20 de zile, flaconul de 150 g 30 de zile.

Știința din spate

Culturi plus substrat: ce înseamnă, de fapt, sinbiotic

Asociația Științifică Internațională pentru Probiotice și Prebiotice a publicat în 2020 un document de consens care definește riguros termenul: un sinbiotic este un amestec de microorganisme vii și de substrat utilizat selectiv de acestea, care conferă împreună un beneficiu sănătății gazdei.

Cuvântul-cheie este substrat. Fără fibrele care le hrănesc, culturile ajung în colon și nu au ce fermenta. Inulina din rădăcină de cicoare, standardizată la 90% fructani, și guma arabică joacă exact acest rol, sunt fibre nedigerate în intestinul subțire, care ajung intacte acolo unde trebuie.

Douăsprezece tulpini, dintre care una nu e bacterie

Unsprezece dintre cele douăsprezece tulpini sunt bacterii. A douăsprezecea, *Saccharomyces boulardii*, este o drojdie, iar tocmai de aceea este acolo. Fiind eucariotă, are un profil complet diferit de al bacteriilor lactice și o rezistență proprie la mediul gastric.

Numele de pe etichetă s-au schimbat, bacteriile nu

Veți citi pe etichetă denumiri care s-ar putea să vă pară necunoscute: *Limosilactobacillus*, *Lacticaseibacillus*, *Lactiplantibacillus*. Nu sunt tulpini exotice. Sunt exact aceleași bacterii pe care le știați ca *Lactobacillus*.

În 2020, Zheng și colaboratorii au publicat revizuirea taxonomică a genului *Lactobacillus*, care s-a dovedit a fi mult prea eterogen genetic pentru a rămâne un singur gen; a fost împărțit în douăzeci și cinci. Pe eticheta noastră apare nomenclatura actuală.

O precizare despre inulină, pe care trebuie să o știți

Există o mențiune de sănătate autorizată la nivel european pentru inulina din cicoare și funcția intestinală normală, dar ea este condiționată de un aport de 12 g pe zi. Formula noastră aduce 275 mg, adică de aproape cincizeci de ori mai puțin. La această doză mențiunea nu se aplică, iar noi nu o revendicăm.

Inulina este aici în rol de substrat pentru culturile din formulă, nu ca fibră alimentară în sine. Dacă ceea ce căutați este aportul de fibre, un supliment nu este răspunsul corect, masa este.

STUDIILE, ÎN CIFRE

Swanson KS, Gibson GR, Hutkins R, et al. Nat Rev Gastroenterol Hepatol. 2020;17(11):687–701.

Document de consens ISAPP · definiția și domeniul sinbioticelor

Stabilește cadrul actual: microorganisme vii plus substrat utilizat selectiv de acestea. Baza conceptuală a formulei.

Zheng J, Wittouck S, Salvetti E, et al. Int J Syst Evol Microbiol. 2020;70(4):2782–858.

Revizuire taxonomică · genul Lactobacillus

Împărțirea genului istoric *Lactobacillus* în 25 de genuri distincte. Explicația denumirilor de pe eticheta noastră.

Gibson GR, Hutkins R, Sanders ME, et al. Nat Rev Gastroenterol Hepatol. 2017;14(8):491–502.

Document de consens ISAPP · definiția substraturilor fermentescibile selective

Criteriile pe baza cărora inulina și guma arabică au fost selectate ca substrat în această formulă.

McFarland LV. World J Gastroenterol. 2010;16(18):2202–22.

Recenzie sistematică și meta-analiză · Saccharomyces boulardii

Sinteză a datelor clinice pentru drojdia inclusă în formulă, cu profil distinct față de tulpinile bacteriene.

Deciziile din spatele formulei

De ce nu scriem cuvintele pe care le așteptați

Pe această pagină nu veți găsi termenii de categorie folosiți curent în piață. Regulamentul (CE) nr. 1924/2006 îi tratează ca mențiuni de sănătate implicite, iar mențiunile de sănătate cer autorizare.

Descriem, în locul lor, compoziția exactă: culturi vii, în număr declarat, plus fibrele fermentescibile care le servesc drept substrat.

De ce cifra de pe etichetă nu este cifra din formulă

Vitaminele se dozează sub formă de săruri stabile: B6 ca piridoxină clorhidrat, B5 ca D-pantotenat de calciu. Sarea cântărește mai mult decât vitamina pe care o poartă, iar pe etichetă se declară vitamina, nu sarea.

Din 1,5 mg de piridoxină clorhidrat rezultă 1,23 mg de vitamina B6 declarabilă, adică 88% din valoarea de referință; din 6,5 mg de D-pantotenat de calciu, aproximativ 6 mg de acid pantotenic, adică 100%. Cifrele din tabel sunt cele declarabile.

Șapte vitamine, și de ce sunt acolo

Toate șapte sunt dozate peste pragul de 15% din valoarea nutrițională de referință. La acest nivel aportul este semnificativ nutrițional și susține mențiunile autorizate de pe etichetă.

ÎNTREBAREA PE CARE MI-O PUNEȚI CEL MAI DES

Trebuie ținut la frigider?

Nu. Culturile din formulă sunt liofilizate și stabilizate pentru păstrare la temperatura camerei, sub 25 °C, iar sticla violet le protejează suplimentar de lumină. Ce contează cu adevărat este să închideți bine borcanul după fiecare utilizare, umiditatea este dușmanul real, nu căldura moderată.

NOTA FORMULATORULUI

Douăsprezece tulpini vii, plus inulină și gumă arabică. Fără substrat fermentescibil, culturile ajung în colon și nu au ce fermenta. Aceasta este diferența dintre un sinbiotic și o pulbere cu culturi.

Culturile fiind vii, produsul nu se dizolvă niciodată în lichide fierbinți.

Farm. Dr. Marinescu Ioana Lavinia

SE ASOCIAZĂ CU

Se poate lua în paralel cu orice produs din gamă. Este singurul din catalog fără nicio restricție de asociere.

Ritualuri

Suplimentul pe care îl luați e cel pe care nu îl uitați.

Cel mai frecvent motiv pentru care o cură nu dă rezultate este întreruperea. Un produs luat trei săptămâni din douăsprezece nu a fost testat, a fost doar cumpărat.

De aceea contează unde îl așezați în zi. Un gest legat de un alt gest pe care îl faceți deja, cafeaua de dimineață, închiderea laptopului seara, are șanse mult mai mari să reziste decât o intenție bună fără ancoră.

Dimineața

Produs	Cum
CELLULAR LONGEVITY	Într-un pahar cu apă, pe stomacul gol, înainte de cafea.
NEUROARCHITECT	Într-un pahar cu apă, la începutul zilei de lucru.
FLORA BIOME	Într-un pahar cu apă, niciodată fierbinte.
ISOLATE GLOW · ISOLATE PRECURSOR	O capsulă, pe stomacul gol. Una sau alta, nu ambele.

Seara

Produs	Cum
MARINE NOIR	În lapte cald sau băutură vegetală. Se bea încet.
CORTISOL DEFENSE	Într-un pahar cu apă, după ce se închide ziua de lucru.
ISOLATE CATALYST	O capsulă, la câteva ore distanță de celelalte.
ISOLATE ADAPT	O capsulă, la cină.

Oricând

MARINE PURE și MARINE BLANC nu depind de moment. Se adaugă în ce beți oricum: apă, cafea, ceai, suc, iaurt. Pentru multe persoane, exact acesta este motivul pentru care reușesc să le ia constant, nu adaugă un gest nou în zi, ci îl modifică pe unul existent.

REGULA CELOR TREI LUNI

Alegeți momentul o singură dată și nu îl mai schimbați. Dacă la sfârșitul primei săptămâni ați uitat de două ori, momentul e greșit, nu produsul. Mutați-l, apoi lăsați-l acolo trei luni.

Protocoloale recomandate

Ce se ia împreună și în ce ordine.

Protocolul de bază · collagen și țesut conjunctiv

Moment	Produs	De ce împreună
Dimineața	CELLULAR LONGEVITY	Vitamina C contribuie la formarea normală a collagenului pentru funcționarea normală a pielii.
Oricând	MARINE (la alegere)	Aportul de peptide de collagen marin.
Seara	ISOLATE CATALYST	Cuprul contribuie la menținerea normală a țesuturilor conjunctive.

Trei produse, trei momente ale zilei. Cea mai completă asociere din gamă pentru această zonă. Dacă vrei să adăuți o a patra piesă, HYELASTIN lucrează pe cale complementară, prin matrice, nu prin peptide.

Protocolul antioxidant

Moment	Produs	Observație
Dimineața, pe gol	ISOLATE GLOW sau ISOLATE PRECURSOR	Nu ambele. Sunt două căi spre același rezultat: molecula finită sau precursorul ei.
Dimineața	CELLULAR LONGEVITY	Conține deja glutatation și NAC, plus cofactorii. Se alege una dintre variante, nu se cumulează.

Protocolul zi și noapte

Moment	Produs	Observație
Dimineața	NEUROARCHITECT	Aromă de portocală. La începutul zilei de lucru.
Seara	CORTISOL DEFENSE	Aromă de lămâie. După ce se închide ziua.

Ambele conțin magneziu, în cantități care se cumulează: 150 mg dimineața și 100 mg seara, adică 250 mg pe zi din suplimente. Rămâne sub nivelul superior tolerabil de aport stabilit pentru magneziul din surse suplimentare, dar merită știut. Ambele se iau la distanță de ISOLATE ADAPT.

Protocoloale recomandate · continuare

Protocolul piele, păr și unghii

Moment	Produs	Observație
Oricând	MARINE (la alegere)	Peptide de collagen marin Peptan® F, 7 g pe porție.
La masă	HYELASTIN	Zincul contribuie la menținerea normală a pielii, a părului și a unghiilor.
Seara	ISOLATE CATALYST	Cuprul contribuie la pigmentarea normală a părului și a pielii.

Se adaugă după o primă cură de collagen. Membrana de ou aduce matrice completă, peptidele aduc semnal: două căi diferite care nu se anulează.

Protocolul echilibru intestinal și imunitar

Moment	Produs	Observație
Dimineața	FLORA BIOME	Vitaminele A, C, D și B6 contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar.
Dimineața	CELLULAR LONGEVITY	Seleniul contribuie la protecția celulelor împotriva stresului oxidativ.

Se iau la câteva minute distanță, amândouă în apă rece. FLORA BIOME nu se dizolvă niciodată în lichid fierbinte.

Protocolul cognitiv

Moment	Produs	Observație
Dimineața, pe gol	CELLULAR LONGEVITY	Într-un pahar cu apă, înainte de cafea.
La începutul zilei	NEUROARCHITECT	Zincul contribuie la funcția cognitivă normală. Vitamina B5 contribuie la performanța mentală normală.

Nu se asociază cu ISOLATE ADAPT și se ia la distanță de CORTISOL DEFENSE, pentru că ambele formule conțin magneziu.

Protocolul de început

Moment	Produs	Observație
Oricând	MARINE BLANC	Cel mai ușor de transformat în obicei din linia MARINE.
Seara	ISOLATE CATALYST	Cuprul contribuie la menținerea normală a țesuturilor conjunctive.

Două produse, două momente. Este asocierea pe care o recomand cui începe astăzi și nu are încă o preferință.

CE NU SE COMBINĂ · TREI REGULI SIMPLE

- 1. Cele trei produse MARINE nu se combină între ele, sunt același ingredient în trei arome.
- 2. ISOLATE CATALYST se ia la câteva ore distanță de celelalte capsule, pentru a evita competiția minerală la absorbție.
- 3. ISOLATE ADAPT nu se asociază cu CORTISOL DEFENSE sau NEUROARCHITECT, nu din motive de siguranță, ci pentru că suprapunerea vă împiedică să știți ce funcționează.

Ce mă întrebați cel mai des

Răspunsurile pe care le dau zilnic, scrise o singură dată.

Cât durează până se vede ceva?

Depinde de produs, și răspunsul este că nu promitem un termen. La collagen, studiile măsoară primele modificări instrumentale la patru săptămâni și amplitudinea maximă la opt până la douăsprezece. La glutation, literatura arată modificări ale rezervelor tisulare la trei până la șase luni, nu la câteva săptămâni.

Se pot lua mai multe produse odată?

Da, cu trei excepții, pe care le găsiți detaliate la pagina de protocoale. Cele trei produse MARINE nu se combină între ele. ISOLATE CATALYST se ia la câteva ore distanță de celelalte capsule. ISOLATE ADAPT nu se asociază cu CORTISOL DEFENSE sau NEUROARCHITECT.

De ce unele produse au 100 g și altele 150 g?

Pentru că sunt două formate ale aceluiași produs, nu două produse. Borcanul acoperă în general două-trei săptămâni, flaconul trei-patru. Alegeți în funcție de durata curei, nu de dimensiunea ambalajului, și faceți calculul înainte de prima achiziție, nu în a treia săptămână.

Produsele conțin zahăr?

Niciunul. Unde e nevoie de gust, folosim eritritol și glicozide steviolice. Valoarea declarată pentru zaharuri este zero la toată gama, fără excepție.

Sunt vegane?

Majoritatea, da. Excepțiile sunt cele trei produse MARINE, care conțin collagen din pește, și HYELASTIN, care conține membrană de ou. Ambele situații sunt declarate explicit pe etichetă, ca alergen.

Ce înseamnă capsulă vegetală?

Capsula este din hidroxipropil-metilceluloză, un derivat de celuloză, nu din gelatină. Conține și oxid de zinc, care aduce 2,46 mg de zinc pe capsulă, declarat ca ingredient activ, nu ca excipient.

Pot să le iau împreună cu medicamentele mele?

Întrebați medicul sau farmacistul, și aduceți lista completă. Câteva produse din gamă conțin ingrediente cu potențial real de interacțiune. CORTISOL DEFENSE și NEUROARCHITECT în primul rând, prin fracțiile de polifenoli și de extracte vegetale. Dacă urmați un tratament cronic, cereți avizul medicului înainte de a începe cura.

De ce nu scrieți la ce sunt bune?

Pentru că o afirmație despre sănătate are valoare doar dacă a trecut printr-o evaluare științifică independentă. Autoritatea Europeană pentru Siguranța Alimentară a validat un număr limitat de astfel de mențiuni, iar noi le folosim exact pe acelea, cuvânt cu cuvânt. Pentru ingredientele aflate încă în cercetare, vă prezentăm mecanismul și studiile publicate, cu dozele și populațiile testate.

Le pot lua în timpul sarcinii sau al alăptării?

Nu. Gama nu se recomandă femeilor însărcinate sau care alăptează. Dozele și evaluările de siguranță sunt construite pentru adultul sănătos, iar câteva formule conțin ingrediente pentru care datele în sarcină lipsesc sau sunt insuficiente.

Ce mă întrebați cel mai des · continuare

Ce fac dacă uit o zi?

Nimic. Continuați a doua zi cu doza normală, fără să o dublați. Suplimentele din această gamă lucrează pe acumulare, nu pe priză, o zi pierdută din nouăzeci nu schimbă nimic. Trei săptămâni pierdute, da.

Se pot deschide capsulele și dizolva conținutul?

Tehnic, da, dar pierdeți exact aportul de zinc, care vine din capsula însăși. La ISOLATE PRECURSOR, care are miros ușor sulfuros, veți pierde și confortul administrării. Dacă înghițirea capsulelor este o problemă, orientați-vă spre pulberi; gama acoperă aceleași zone în ambele forme.

Există pachete de produse?

Da. Protocoalele din acest catalog sunt disponibile și ca seturi, cu produsele deja asociate și cu ordinea de administrare inclusă. Fiecare produs funcționează însă și singur, la doza scrisă pe etichetă.

Glosar

Termenii de pe etichetă, explicați o singură dată.

VNR	Valoare Nutrițională de Referință. Cantitatea zilnică folosită ca reper pentru vitamine și minerale. Procentul de pe etichetă arată cât acoperă o porție. Pragul de 15% este cel de la care o mențiune de sănătate devine utilizabilă legal.
Standardizat	Extract la care conținutul unui compus marcator este garantat și verificat analitic, lot cu lot. Opusul unei pulberi cu conținut variabil de la un an agricol la altul.
HPLC	Cromatografie de lichide de înaltă performanță. Metoda prin care se determină cantitativ compușii dintr-un extract. Metoda dă o valoare măsurată pentru fiecare lot.
Hidrolizat	Proteină descompusă enzimatic în fragmente mai mici, pentru a fi absorbită. La collagen, la materia primă din linia MARINE, grad de hidroliză sub 3 000 Da (plafonul distribuției) și masă moleculară medie de 2 000 Da (unde se așază majoritatea peptidelor), confirmată pe buletinul de analiză al fiecărui lot.
Chelat	Mineral legat de o moleculă organică, de obicei un aminoacid. Reduce competiția cu alți minerali la absorbția intestinală față de formele anorganice.
Lipozomal	Ingredient încapsulat într-un înveliș lipidic, pentru a-l proteja în tractul digestiv și a-i crește expunerea plasmatică.
Sinbiotic	Combinație de culturi vii și de substrat fermentescibil utilizat selectiv de acestea, conform definiției de consens ISAPP din 2020.
UFC	Unități formatoare de colonii. Măsura cantității de culturi vii dintr-o porție, determinată prin însămânțare pe mediu de cultură.
Poliol Alcool de zahăr, precum eritritolul. Aport caloric nesemnificativ.	
Biofotonic	Sticlă violet care blochează spectrul vizibil și protejează conținutul de fotodegradare.
Cofactor	Substanță fără de care o enzimă nu funcționează. Nu este un adjuvant și nu este opțional: enzima pur și simplu nu se assemblează activ în absența lui.
Metabotip	Profil individual de metabolizare, determinat de compoziția florei intestinale. Explică de ce același produs poate da rezultate diferite la două persoane sănătoase.
Spectru complet	Extract în care profilul compușilor reflectă compoziția naturală a plantei, nu o fracție izolată și reconcentrată.
Facon	Fabricație la terț, sub specificația, formula și controlul deținătorului mărcii.

Referințe bibliografice

Studiile și textele normative citate în acest catalog.

Referințele sunt grupate pe teme, în ordinea în care apar în catalog. Textele normative europene sunt accesibile public pe EUR-Lex; articolele științifice, prin PubMed sau prin editorii respectivi.

Colagen, peptide și matrice extracelulară

- Asserin J, Lati E, Shioya T, Prawitt J. The effect of oral collagen peptide supplementation on skin moisture and the dermal collagen network. *J Cosmet Dermatol*. 2015;14(4):291–301.
- Iwai K, Hasegawa T, Taguchi Y, et al. Identification of food-derived collagen peptides in human blood after oral ingestion of gelatin hydrolysates. *J Agric Food Chem*. 2005;53(16):6531–6.
- Proksch E, Segger D, Degwert J, et al. Oral supplementation of specific collagen peptides has beneficial effects on human skin physiology. *Skin Pharmacol Physiol*. 2014;27(1):47–55.
- de Miranda RB, Weimer P, Rossi RC. Effects of hydrolyzed collagen supplementation on skin aging: a systematic review and meta-analysis. *Int J Dermatol*. 2021;60(12):1449–61.
- Ruff KJ, DeVore DP, Leu MD, Robinson MA. Eggshell membrane: a possible new natural therapeutic for joint and connective tissue disorders. *Clin Interv Aging*. 2009;4:235–40.
- Oe M, Sakai S, Yoshida H, et al. Oral hyaluronan relieves wrinkles: a double-blinded, placebo-controlled study over a 12-week period. *Clin Cosmet Investig Dermatol*. 2017;10:267–73.
- Kawada C, Yoshida T, Yoshida H, et al. Ingested hyaluronan moisturizes dry skin. *Nutr J*. 2014;13:70.
- Balogh L, Polyak A, Mathe D, et al. Absorption, uptake and tissue affinity of high-molecular-weight hyaluronan. *J Agric Food Chem*. 2008;56(22):10582–93.

Glutation, cisteină, seleniu, vitamina C

- Richie JP Jr, Nichenametla S, Neidig W, et al. Randomized controlled trial of oral glutathione supplementation on body stores of glutathione. *Eur J Nutr*. 2015;54(2):251–63.
- Weschawalit S, Thongthip S, Phutrakool P, Asawanonda P. Glutathione and its antiaging and antimelanogenic effects. *Clin Cosmet Investig Dermatol*. 2017;10:147–53.
- Allen J, Bradley RD. Effects of oral glutathione supplementation on systemic oxidative stress biomarkers in human volunteers. *J Altern Complement Med*. 2011;17(9):827–33.
- Meister A, Anderson ME. Glutathione. *Annu Rev Biochem*. 1983;52:711–60.
- Meister A. Glutathione–ascorbic acid antioxidant system in animals. *J Biol Chem*. 1994;269(13):9397–400.
- Dodd S, Dean O, Copolov DL, Malhi GS, Berk M. N-acetylcysteine for antioxidant therapy: pharmacology and clinical utility. *Expert Opin Biol Ther*. 2008;8(12):1955–62.
- Atkuri KR, Mantovani JJ, Herzenberg LA, Herzenberg LA. N-acetylcysteine, a safe antidote for cysteine/glutathione deficiency. *Curr Opin Pharmacol*. 2007;7(4):355–9.
- Lu SC. Glutathione synthesis. *Biochim Biophys Acta*. 2013;1830(5):3143–53.
- Rayman MP. Selenium and human health. *Lancet*. 2012;379(9822):1256–68.
- Levine M, Conry-Cantilena C, Wang Y, et al. Vitamin C pharmacokinetics in healthy volunteers. *Proc Natl Acad Sci USA*. 1996;93(8):3704–9.
- Pullar JM, Carr AC, Vissers MCM. The roles of vitamin C in skin health. *Nutrients*. 2017;9(8):866.

Cupru, zinc și minerale

- Rucker RB, Kosonen T, Clegg MS, et al. Copper, lysyl oxidase, and extracellular matrix protein cross-linking. *Am J Clin Nutr*. 1998;67(5 Suppl):996S–1002S.
- DiSilvestro RA, Joseph EL, Zhang W, et al. A randomized trial of copper supplementation effects on biochemical indices of copper status. *Nutr Res*. 2012;32(8):604–8.
- EFSA Panel on Dietetic Products, Nutrition and Allergies. Scientific opinion on dietary reference values for copper. *EFSA Journal*. 2015;13(10):4253.

Funcție cognitivă și adaptogeni

- McGlade E, Locatelli A, Hardy J, et al. Improved attentional performance following citicoline administration in healthy adult women. *Food Nutr Sci*. 2012;3(6):769–73.
- Silveri MM, Dikan J, Ross AJ, et al. Citicoline enhances frontal lobe bioenergetics as measured by phosphorus magnetic resonance spectroscopy. *NMR Biomed*. 2008;21(10):1066–75.
- Kimura K, Ozeki M, Juneja LR, Ohira H. L-theanine reduces psychological and physiological stress responses. *Biol Psychol*. 2007;74(1):39–45.
- Nobre AC, Rao A, Owen GN. L-theanine, a natural constituent in tea, and its effect on mental state. *Asia Pac J Clin Nutr*. 2008;17(Suppl 1):167–8.
- Olsson EMG, von Schéele B, Panossian AG. A randomised, double-blind, placebo-controlled, parallel-group study of the standardised extract SHR-5 of *Rhodiola rosea*. *Planta Med*. 2009;75(2):105–12.
- Panossian A, Wikman G. Pharmacology of *Schisandra chinensis* Bail.: an overview. *J Ethnopharmacol*. 2008;118(2):183–212.
- Chandrasekhar K, Kapoor J, Anishetty S. A prospective, randomized double-blind, placebo-controlled study of a high-concentration full-spectrum extract of ashwagandha root. *Indian J Psychol Med*. 2012;34(3):255–62.
- Salve J, Pate S, Debnath K, Langade D. Adaptogenic and anxiolytic effects of ashwagandha root extract in healthy adults. *Cureus*. 2019;11(12):e6466.
- Lopresti AL, Smith SJ, Malvi H, Kodgule R. An investigation into the stress-relieving and pharmacological actions of an ashwagandha extract. *Medicine (Baltimore)*. 2019;98(37):e17186.
- Tandon N, Yadav SS. Safety and clinical effectiveness of *Withania somnifera* (L.) Dunal root in human ailments. *J Ethnopharmacol*. 2020;255:112768.

Polifenoli și biodisponibilitate

- Tomás-Barberán FA, González-Sarrías A, García-Villalba R, et al. Urolithins, the rescue of «old» metabolites to understand a «new» concept: metabotypes. *Mol Nutr Food Res*. 2017;61(1):1500901.
- Andreux PA, Blanco-Bose W, Ryu D, et al. The mitophagy activator urolithin A is safe and induces a molecular signature of improved mitochondrial and cellular health in humans. *Nat Metab*. 2019;1:595–603.
- Walle T, Hsieh F, DeLegge MH, et al. High absorption but very low bioavailability of oral resveratrol in humans. *Drug Metab Dispos*. 2004;32(12):1377–82.
- Riva A, Ronchi M, Petrangolini G, et al. Improved oral absorption of quercetin from quercetin Phytosome®. *Eur J Drug Metab Pharmacokinet*. 2019;44(2):169–77.
- Miller KB, Hurst WJ, Payne MJ, et al. Impact of alkalinization on the antioxidant and flavanol content of commercial cocoa powders. *J Agric Food Chem*. 2008;56(18):8527–33.

Fitoestrogeni

- Kuiper GGJM, Lemmen JG, Carlsson B, et al. Interaction of estrogenic chemicals and phytoestrogens with estrogen receptor β . *Endocrinology*. 1998;139(10):4252–63.
- Setchell KDR, Brown NM, Lydeking-Olsen E. The clinical importance of the metabolite equol. *J Nutr*. 2002;132(12):3577–84.
- Taku K, Melby MK, Kronenberg F, et al. Extracted or synthesized soybean isoflavones reduce menopausal hot flash frequency and severity. *Menopause*. 2012;19(7):776–90.
- EFSA Panel on Food Additives and Nutrient Sources added to Food. Risk assessment for peri- and post-menopausal women taking food supplements containing isolated isoflavones. *EFSA Journal*. 2015;13(10):4246.

Microbiotă și substraturi fermentescibile

- Swanson KS, Gibson GR, Hutkins R, et al. The ISAPP consensus statement on the definition and scope of synbiotics. *Nat Rev Gastroenterol Hepatol*. 2020;17(11):687–701.
- Gibson GR, Hutkins R, Sanders ME, et al. The ISAPP consensus statement on the definition and scope of prebiotics. *Nat Rev Gastroenterol Hepatol*. 2017;14(8):491–502.
- Zheng J, Wittouck S, Salvetti E, et al. A taxonomic note on the genus *Lactobacillus*. *Int J Syst Evol Microbiol*. 2020;70(4):2782–858.
- McFarland LV. Systematic review and meta-analysis of *Saccharomyces boulardii* in adult patients. *World J Gastroenterol*. 2010;16(18):2202–22.

Cadru normativ

- Regulamentul (CE) nr. 1924/2006 privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare.
- Regulamentul (UE) nr. 432/2012 de stabilire a unei liste de mențiuni de sănătate permise, altele decât cele care se referă la reducerea riscului de îmbolnăvire.

- Regulamentul (CE) nr. 1334/2008 privind aromele și anumite ingrediente alimentare cu proprietăți aromatizante.
- Regulamentul (UE) nr. 1169/2011 privind informarea consumatorilor cu privire la produsele alimentare.
- Directiva 2002/46/CE privind apropierea legislațiilor statelor membre referitoare la suplimentele alimentare.
- Ordinul Ministerului Sănătății nr. 1228/2005, cu modificările și completările ulterioare.

PRECIZARE

Citarea unui studiu nu este o mențiune de sănătate și nu trebuie citită ca atare. Referințele de mai sus descriu ce au măsurat cercetătorii pe materiile prime și la dozele indicate, în populațiile studiate. Ele nu constituie o promisiune privind un rezultat individual și nu înlocuiesc consultul medical.

Lista completă a codurilor

Formate, coduri, prețuri.

N°	Produs	Format	Cod	Preț
01	MARINE PURE	100 g	SP-01-100	269 lei
		150 g	SP-01-150	359 lei
02	MARINE NOIR	100 g	SP-02-100	269 lei
		150 g	SP-02-150	359 lei
03	MARINE BLANC	100 g	SP-03-100	269 lei
		150 g	SP-03-150	359 lei
05	CELLULAR LONGEVITY	100 g	SP-05-100	239 lei
		150 g	SP-05-150	279 lei
06	CORTISOL DEFENSE	100 g	SP-06-100	239 lei
		150 g	SP-06-150	279 lei
07	NEUROARCHITECT	100 g	SP-07-100	389 lei
		150 g	SP-07-150	499 lei
04	ISOLATE ESTRO	60 capsule · 35 g	SP-04-060	199 lei
		30 capsule · 18 g	SP-04-030	119 lei
08	ISOLATE GLOW	60 capsule · 27 g	SP-08-060	329 lei
		30 capsule · 13 g	SP-08-030	199 lei
09	ISOLATE PRECURSOR	60 capsule · 28 g	SP-09-060	149 lei
		30 capsule · 14 g	SP-09-030	89 lei
10	ISOLATE CATALYST	60 capsule · 27 g	SP-10-060	129 lei
		30 capsule · 13 g	SP-10-030	79 lei
13	ISOLATE ADAPT	60 capsule · 28 g	SP-13-060	179 lei
		30 capsule · 14 g	SP-13-030	109 lei
11	HYELASTIN	60 capsule · 28 g	SP-11-060	229 lei
		30 capsule · 14 g	SP-11-030	139 lei
12	FLORA BIOME	100 g	SP-12-100	329 lei
		150 g	SP-12-150	419 lei

Prețuri de vânzare cu amănuntul recomandate, cu TVA 21% inclus, valabile de la 29 iulie 2026.

PENTRU FARMACII, CABINETE ȘI DISTRIBUITORI

Condițiile comerciale, disponibilitatea pe format, termenele de livrare și materialele de prezentare pentru punctul de vânzare se comunică la cerere. Pentru colaborări, scrieți la hello@skinopharm.ro sau sunați la +40 770 828 288.

skinopharm

FARMACIE · LABORATOR

KITURI 2026

Catalogul kiturilor 2026

Nouă kituri · treisprezece produse

compoziție · administrare · cantități pe zi · alergeni

SKINO PHARM S.R.L.

Laborator de preparate magistrale · Autorizație MS nr. 13856/2026

+40 770 828 288 · hello@skinopharm.ro · skinopharm.ro

Cele nouă kituri

KIT	PRODUSE	ALERGENI
1 Suport Esențial Colagen	MARINE BLANC · ISOLATE CATALYST	pește
2 Colagen și Cofactori	MARINE BLANC · CELLULAR LONGEVITY · ISOLATE CATALYST	pește
3 Suport Frumusețe	MARINE BLANC · ISOLATE CATALYST · HYELASTIN	pește, ou
4 Esențial Dimineață și Seară	CORTISOL DEFENSE · NEUROARCHITECT	—
5 Performanță Mentală	CELLULAR LONGEVITY · NEUROARCHITECT · FLORA BIOME	—
6 Echilibru Psihic	MARINE NOIR · CELLULAR LONGEVITY · CORTISOL DEFENSE	pește
7 Esențial Femei 45+	MARINE BLANC · CORTISOL DEFENSE · FLORA BIOME	pește
8 Suport Esențial Hormonal	ISOLATE ESTRO · CORTISOL DEFENSE · HYELASTIN · FLORA BIOME	soia, ou
9 Esențial 60+	MARINE PURE · CELLULAR LONGEVITY · ISOLATE CATALYST · FLORA BIOME	pește

Cele treisprezece produse



N° 01

MARINE PURE

pulbere pentru soluție orală,
neutră



N° 02

MARINE NOIR

pulbere pentru soluție orală,
cacao



N° 03

MARINE BLANC

pulbere pentru soluție orală,
vanilie



N° 04

ISOLATE ESTRO

30 capsule vegetale HPMC



N° 05

CELLULAR LONGEVITY

pulbere pentru soluție orală



N° 06

CORTISOL DEFENSE

pulbere, lămâie



N° 07

NEUROARCHITECT

pulbere, portocală



N° 08

ISOLATE GLOW

30 capsule vegetale HPMC



N° 09

ISOLATE PRECURSOR

30 capsule vegetale HPMC



N° 10

ISOLATE CATALYST

30 capsule vegetale HPMC



N° 11

HYELASTIN

30 capsule vegetale HPMC



N° 12

FLORA BIOME

pulbere, sinbiotic



N° 13

ISOLATE ADAPT

30 capsule vegetale HPMC

Suport Esențial Collagen

Kitul de intrare în gamă. Se adresează celor care încep un aport de collagen și preferă o schemă simplă: o pulbere care se dizolvă în orice băutură și o capsulă seara. Cuprul din N° 10 este nutrientul care poartă mențiunea autorizată de mai jos, iar peptidele de collagen marin din N° 03 asigură aportul zilnic.

MENȚIUNEA DE SĂNĂTATE AUTORIZATĂ

Cuprul contribuie la menținerea normală a țesuturilor conjunctive.

Sursa: Cupru · 100% din VNR · N° 10 ISOLATE CATALYST

PRODUSELE DIN KIT



N° 03

MARINE BLANC

pulbere pentru soluție orală, vanilie



N° 10

ISOLATE CATALYST

30 capsule vegetale HPMC

CUM SE ADMINISTREAZĂ

PRODUS	CÂND	CUM SE IA
N° 03 MARINE BLANC	Oricând	O măsură rasă în apă, cafea, ceai, iaurt sau supă. Se dizolvă rece și cald.
N° 10 ISOLATE CATALYST	Seara	O capsulă cu un pahar de apă, la distanță de două-trei ore de alte capsule.

CE ADUCE CUTIA, PE ZI

NUTRIENT SAU INGREDIENT	PE ZI	% VNR	DIN CARE PRODUS
Colagen marin hidrolizat	7 g	—	N° 03
Cupru	1 mg	100%	N° 10
Zinc	2,46 mg	24,6%	N° 10

Cantitățile derivă din valorile nutritive de referință ale Reg. (UE) 1169/2011 și se confirmă pe fișa tehnică a fiecărui produs înainte de tipar.

ALERGENI ȘI DURATĂ

Alergeni declarați: pește (colagen marin)

Cât ține cutia: Toate, o lună.

Colagen și Cofactori

Pentru cine administrează deja colagen și caută schema completă. Față de kitul 1 se adaugă un singur produs, N° 05, care aduce vitamina C la 625% din valoarea de referință, seleniul și sistemul glutationic. Mențiunea autorizată vine din vitamina C.

MENȚIUNEA DE SĂNĂTATE AUTORIZATĂ

Vitamina C contribuie la formarea normală a colagenului pentru funcționarea normală a pielii.

Sursa: Vitamina C • 625% din VNR • N° 05 CELLULAR LONGEVITY

PRODUSELE DIN KIT



N° 05

CELLULAR LONGEVITY

pulbere pentru soluție orală



N° 03

MARINE BLANC

pulbere pentru soluție orală, vanilie



N° 10

ISOLATE CATALYST

30 capsule vegetale HPMC

CUM SE ADMINISTREAZĂ

PRODUS	CÂND	CUM SE IA
N° 05 CELLULAR LONGEVITY	Dimineața	O măsură în apă rece, pe stomacul gol, cu cel puțin 15 minute înainte de micul dejun.
N° 03 MARINE BLANC	Oricând	O măsură rasă în orice băutură sau mâncare, rece sau caldă.
N° 10 ISOLATE CATALYST	Seara	O capsulă cu apă, la distanță de alte capsule.

CE ADUCE CUTIA, PE ZI

NUTRIENT SAU INGREDIENT	PE ZI	% VNR	DIN CARE PRODUS
Colagen marin hidrolizat	7 g	—	N° 03
Vitamina C	500 mg	625%	N° 05
Seleniu	55 µg	100%	N° 05
Glutation redus și precursorul lui	cf. etichetă	—	N° 05
Cupru	1 mg	100%	N° 10
Zinc	2,46 mg	24,6%	N° 10

Cantitățile derivă din valorile nutritive de referință ale Reg. (UE) 1169/2011 și se confirmă pe fișa tehnică a fiecărui produs înainte de tipar.

ALERGENI ȘI DURATĂ

Alergeni declarați: pește (colagen marin)

Cât ține cutia: Toate, o lună.

Suport Frumusețe

Se adresează celor interesați deopotrivă de piele, păr și unghii, singura zonă în care o mențiune autorizată le acoperă pe toate trei. O poartă zincul din capsulele kitului. Alături de peptidele din N° 03, cutia aduce matricea din N° 11: membrană de coajă de ou și acid hialuronic.

MENȚIUNEA DE SĂNĂTATE AUTORIZATĂ

Zincul contribuie la menținerea normală a pielii, a părului și a unghiilor.

Sursa: Zinc · 24,6% din VNR · capsulele din kit (N° 10 și N° 11)

PRODUSELE DIN KIT



N° 11

HYELASTIN

30 capsule vegetale HPMC



N° 03

MARINE BLANC

pulbere pentru soluție orală, vanilie



N° 10

ISOLATE CATALYST

30 capsule vegetale HPMC

CUM SE ADMINISTREAZĂ

PRODUS	CÂND	CUM SE IA
N° 11 HYELASTIN	Dimineața	O capsulă cu apă.
N° 03 MARINE BLANC	Oricând	O măsură rasă în orice băutură sau mâncare, rece sau caldă.
N° 10 ISOLATE CATALYST	Seara	O capsulă cu apă, la două-trei ore după N° 11.

CE ADUCE CUTIA, PE ZI

NUTRIENT SAU INGREDIENT	PE ZI	% VNR	DIN CARE PRODUS
Colagen marin hidrolizat	7 g	—	N° 03
Membrană de coajă de ou	250 mg	—	N° 11
Acid hialuronic (ActiHyal)	100 mg	—	N° 11
Cupru	1 mg	100%	N° 10
Zinc, cumulat din două capsule	4,92 mg	49,2%	N° 10 · N° 11

Cantitățile derivă din valorile nutritive de referință ale Reg. (UE) 1169/2011 și se confirmă pe fișa tehnică a fiecărui produs înainte de tipar.

ALERGENI ȘI DURATĂ

Alergeni declarați: pește (colagen marin), ou (membrană de coajă de ou)

Cât ține cutia: Toate, o lună.

Esențial Dimineață și Seară

Construit pe un ritm, nu pe o zonă a organismului: o pulbere dimineața, o pulbere seara, la aceeași oră. Se adresează celor cu program lung și cu obiceiuri fixe. Magneziul, care poartă mențiunea autorizată, este distribuit între cele două prize.

MENȚIUNEA DE SĂNĂTATE AUTORIZATĂ

Magneziul contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos.

Sursa: Magneziu · 40% din VNR · N° 07 NEUROARCHITECT

PRODUSELE DIN KIT



N° 07
NEUROARCHITECT
pulbere, portocală



N° 06
CORTISOL DEFENSE
pulbere, lămâie

CUM SE ADMINISTREAZĂ

PRODUS	CÂND	CUM SE IA
N° 07 NEUROARCHITECT	Dimineața	O măsură (5 g) în 200–250 ml apă rece, cu sau fără micul dejun.
N° 06 CORTISOL DEFENSE	Seara	O măsură (5 g) într-un pahar de apă. Nu se administrează cu cafea sau ceai negru.

CE ADUCE CUTIA, PE ZI

NUTRIENT SAU INGREDIENT	PE ZI	% VNR	DIN CARE PRODUS
Magneziu, cumulat pe zi	250 mg	67%	N° 07 · N° 06
Citicolină	250 mg	—	N° 07
Zinc	4,96 mg	49,6%	N° 07
Vitamina B6	0,83 mg	59%	N° 07
Acid pantotenic (B5)	3,24 mg	54%	N° 07
Vitamina B12	500 µg	20 000%	N° 06

Cantitățile derivă din valorile nutritive de referință ale Reg. (UE) 1169/2011 și se confirmă pe fișa tehnică a fiecărui produs înainte de tipar.

DE REȚINUT

- Magneziu cumulat 250 mg pe zi din acest kit, sub nivelul superior tolerabil pentru magneziul din surse suplimentare. Se însumează cu alte surse de magneziu.
- N° 07 conține citicolină, 250 mg pe porție, ingredient autorizat ca aliment nou. Produsul nu este destinat consumului de către copii.

ALERGENI ȘI DURATĂ

Alergeni declarați: niciunul declarat

Cât ține cutia: La formatul de 150 g, ambele cutii ajung o lună.

Performanță Mentală

Pentru cine lucrează intelectual și preferă să își strângă administrarea într-o singură dimineață. Mențiunea autorizată vine din acidul pantotenic din N° 07. Cele trei pulberi se iau consecutiv, în ordinea din tabelul de administrare.

MENȚIUNEA DE SĂNĂTATE AUTORIZATĂ

Acidul pantotenic contribuie la performanța mentală normală.

Sursa: Vitamina B5 • 54% din VNR • N° 07 NEUROARCHITECT

PRODUSELE DIN KIT



N° 05

CELLULAR LONGEVITY
pulbere pentru soluție orală



N° 07

NEUROARCHITECT
pulbere, portocală



N° 12

FLORA BIOME
pulbere, sinbiotic

CUM SE ADMINISTREAZĂ

PRODUS	CÂND	CUM SE IA
N° 05 CELLULAR LONGEVITY	Dimineața, primul	O măsură în apă rece, pe stomacul gol, cu 15 minute înainte de orice altceva.
N° 07 NEUROARCHITECT	Dimineața, al doilea	O măsură (5 g) în 200–250 ml apă, la un sfert de oră după N° 05.
N° 12 FLORA BIOME	Dimineața, al treilea	O măsură în apă la temperatura camerei sau în iaurt, la masa de dimineață. Nu se pune în lichide fierbinți.

CE ADUCE CUTIA, PE ZI

NUTRIENT SAU INGREDIENT	PE ZI	% VNR	DIN CARE PRODUS
Vitamina C	500 mg	625%	N° 05
Seleniu	55 µg	100%	N° 05
Magneziu	150 mg	40%	N° 07
Acid pantotenic (B5)	3,24 mg	54%	N° 07
Zinc	4,96 mg	49,6%	N° 07
Citicolină	250 mg	—	N° 07
Vitamina B6, cumulat	2,06 mg	147%	N° 07 • N° 12
Vitamina D3 • A • B2 • B12	cf. etichetă	88–125%	N° 12
Sinbiotic, 12 tulpini	cf. etichetă	—	N° 12

Cantitățile derivă din valorile nutritive de referință ale Reg. (UE) 1169/2011 și se confirmă pe fișa tehnică a fiecărui produs înainte de tipar.

DE REȚINUT

- N° 12 se poate muta la masa de prânz. N° 05 rămâne primul, pe stomacul gol.
- N° 07 conține citicolină, 250 mg pe porție. Produsul nu este destinat consumului de către copii.

ALERGENI ȘI DURATĂ

Alergeni declarați: niciunul declarat

Cât ține cutia: Toate trei pulberile, o lună la formatul standard.

Echilibru Psihic

Se adresează celor care își încheie ziua târziu și preferă un ritual de seară. N° 02 se prepară cu lapte cald, N° 06 se administrează ultimul, în apă rece. Magneziul din N° 06 poartă mențiunea autorizată, iar N° 05 rămâne la celălalt capăt al zilei.

MENȚIUNEA DE SĂNĂTATE AUTORIZATĂ

Magneziul contribuie la funcții psihologice normale.

Sursa: Magneziu • 27% din VNR • N° 06 CORTISOL DEFENSE

PRODUSELE DIN KIT



N° 05

CELLULAR LONGEVITY

pulbere pentru soluție orală



N° 02

MARINE NOIR

pulbere pentru soluție orală, cacao



N° 06

CORTISOL DEFENSE

pulbere, lămâie

CUM SE ADMINISTREAZĂ

PRODUS	CÂND	CUM SE IA
N° 05 CELLULAR LONGEVITY	Dimineața	O măsură în apă rece, pe stomacul gol.
N° 02 MARINE NOIR	Seara, întâi	O măsură în 200 ml lapte cald sau băutură vegetală caldă.
N° 06 CORTISOL DEFENSE	Seara, la final	O măsură (5 g) într-un pahar de apă, la cel puțin 30 de minute după N° 02.

CE ADUCE CUTIA, PE ZI

NUTRIENT SAU INGREDIENT	PE ZI	% VNR	DIN CARE PRODUS
Colagen marin hidrolizat	7 g	—	N° 02
Cacao	cf. etichetă	—	N° 02
Vitamina C	500 mg	625%	N° 05
Seleniu	55 µg	100%	N° 05
Magneziu	100 mg	27%	N° 06
Vitamina B12	500 µg	20 000%	N° 06

Cantitățile derivă din valorile nutritive de referință ale Reg. (UE) 1169/2011 și se confirmă pe fișa tehnică a fiecărui produs înainte de tipar.

DE REȚINUT

• N° 02 se administrează cald, în lapte; N° 06 rece, în apă. Nu se amestecă în același pahar.

ALERGENI ȘI DURATĂ

Alergeni declarați: pește (colagen marin)

Cât ține cutia: Toate trei, o lună.

Esențial Femei 45+

Se adresează femeilor după 45 de ani, în perioada în care necesarul de micronutrienți se modifică. Vitamina B6 din N° 12 poartă mențiunea autorizată privind reglarea activității hormonale. Kitul se eliberează liber și nu conține izoflavone.

MENȚIUNEA DE SĂNĂTATE AUTORIZATĂ

Vitamina B6 contribuie la reglarea activității hormonale.

Sursa: Vitamina B6 · 88% din VNR · N° 12 FLORA BIOME

PRODUSELE DIN KIT



**N° 12
FLORA BIOME**
pulbere, sinbiotic



**N° 03
MARINE BLANC**
pulbere pentru soluție orală, vanilie



**N° 06
CORTISOL DEFENSE**
pulbere, lămâie

CUM SE ADMINISTREAZĂ

PRODUS	CÂND	CUM SE IA
N° 12 FLORA BIOME	Dimineața	O măsură în apă la temperatura camerei sau în iaurt, la masa de dimineață. Nu se pune în lichide fierbinți.
N° 03 MARINE BLANC	Oricând	O măsură rasă în orice băutură sau mâncare, rece sau caldă.
N° 06 CORTISOL DEFENSE	Seara	O măsură (5 g) într-un pahar de apă.

CE ADUCE CUTIA, PE ZI

NUTRIENT SAU INGREDIENT	PE ZI	% VNR	DIN CARE PRODUS
Colagen marin hidrolizat	7 g	—	N° 03
Vitamina B6	1,23 mg	88%	N° 12
Vitamina D3	6,25 µg	125%	N° 12
Vitamina A	784 µg	98%	N° 12
Vitamina B2 (riboflavină)	1,5 mg	107%	N° 12
Vitamina C	120 mg	150%	N° 12
Sinbiotic, 12 tulpini	cf. etichetă	—	N° 12
Magneziu	100 mg	27%	N° 06
Vitamina B12	500 µg	20 000%	N° 06

Cantitățile derivă din valorile nutritive de referință ale Reg. (UE) 1169/2011 și se confirmă pe fișa tehnică a fiecărui produs înainte de tipar.

DE REȚINUT

- Kitul se eliberează fără consiliere obligatorie. Nu conține izoflavone.

ALERGENI ȘI DURATĂ

Alergeni declarați: pește (colagen marin)

Cât ține cutia: Toate trei, o lună.

Suport Esențial Hormonal

Pasul următor față de kitul 7, pentru cine dorește și izoflavone standardizate. Prezența extractului de soia din N° 04 schimbă statutul cutiei: se eliberează după consiliere sau la indicația medicului. Mențiunea autorizată rămâne cea a vitaminei B6 din N° 12.

MENȚIUNEA DE SĂNĂTATE AUTORIZATĂ

Vitamina B6 contribuie la reglarea activității hormonale.

Sursa: Vitamina B6 · 88% din VNR · N° 12 FLORA BIOME

PRODUSELE DIN KIT



N° 04
ISOLATE ESTRO
30 capsule vegetale HPMC



N° 12
FLORA BIOME
pulbere, sinbiotic



N° 06
CORTISOL DEFENSE
pulbere, lămâie



N° 11
HYELASTIN
30 capsule vegetale HPMC

CUM SE ADMINISTREAZĂ

PRODUS	CÂND	CUM SE IA
N° 04 ISOLATE ESTRO	Dimineața	O capsulă, cu masa de dimineață. Nu se administrează pe stomacul gol.
N° 12 FLORA BIOME	Dimineața	O măsură în apă la temperatura camerei sau în iaurt, la aceeași masă.
N° 06 CORTISOL DEFENSE	Seara	O măsură (5 g) într-un pahar de apă.
N° 11 HYELASTIN	Seara	O capsulă cu apă, la distanță de capsula de dimineață.

CE ADUCE CUTIA, PE ZI

NUTRIENT SAU INGREDIENT	PE ZI	% VNR	DIN CARE PRODUS
Extract de soia standardizat (Neufem®)	500 mg	—	N° 04
din care izoflavone aglicone (HPLC)	200 mg	—	N° 04
Membrană de coajă de ou	250 mg	—	N° 11
Acid hialuronic (ActiHyal)	100 mg	—	N° 11
Zinc, cumulat din două capsule	4,92 mg	49,2%	N° 04 · N° 11
Vitamina B6	1,23 mg	88%	N° 12
Vitamina D3 · A · B2 · C	cf. etichetă	98–150%	N° 12
Magneziu	100 mg	27%	N° 06
Vitamina B12	500 µg	20 000%	N° 06

Cantitățile derivă din valorile nutritive de referință ale Reg. (UE) 1169/2011 și se confirmă pe fișa tehnică a fiecărui produs înainte de tipar.

DE REȚINUT

- Contraindicații N° 04: nu se administrează în sarcină, în alăptare și sub 18 ani. În antecedente de afecțiuni hormono-dependente, în tratament hormonal de orice fel, cu anticoagulante sau cu hormoni tiroidieni, numai la indicația medicului.
- Kitul se eliberează după consiliere sau după discuție cu medicul, nu din raft.

ALERGENI ȘI DURATĂ

Alergeni declarați: soia (N° 04), ou (N° 11)

Cât ține cutia: Toate, o lună.

Esențial 60+

Se adresează persoanelor peste 60 de ani, adesea cu tratament cronic în derulare. Kitul este construit prin reducere: patru produse fără extracte vegetale, alese astfel încât să nu se suprapună între ele. Seleniul și zincul poartă mențiunea autorizată.

MENȚIUNEA DE SĂNĂTATE AUTORIZATĂ

Seleniul și zincul contribuie la protecția celulelor împotriva stresului oxidativ.

Sursa: Seleniu · 100% din VNR · N° 05 | Zinc · 24,6% din VNR · N° 10

PRODUSELE DIN KIT



N° 05
CELLULAR LONGEVITY
pulbere pentru soluție orală



N° 12
FLORA BIOME
pulbere, sinbiotic



N° 01
MARINE PURE
pulbere pentru soluție orală, neutră



N° 10
ISOLATE CATALYST
30 capsule vegetale HPMC

CUM SE ADMINISTREAZĂ

PRODUS	CÂND	CUM SE IA
N° 05 CELLULAR LONGEVITY	Dimineața	O măsură în apă rece, pe stomacul gol.
N° 12 FLORA BIOME	Dimineața	O măsură în apă la temperatura camerei sau în iaurt. Nu se pune în lichide fierbinți.
N° 01 MARINE PURE	Oricând	O măsură rasă în cafea, ceai, apă sau supă.
N° 10 ISOLATE CATALYST	Seara	O capsulă cu apă, la distanță de alte capsule sau de medicația de seară.

CE ADUCE CUTIA, PE ZI

NUTRIENT SAU INGREDIENT	PE ZI	% VNR	DIN CARE PRODUS
Colagen marin hidrolizat	7 g	—	N° 01
Vitamina C, cumulat	620 mg	775%	N° 05 · N° 12
Seleniu	55 µg	100%	N° 05
Glutation redus și precursorul lui	cf. etichetă	—	N° 05
Vitamina D3	6,25 µg	125%	N° 12
Vitamina B6	1,23 mg	88%	N° 12
Sinbiotic, 12 tulpini	cf. etichetă	—	N° 12
Cupru	1 mg	100%	N° 10
Zinc	2,46 mg	24,6%	N° 10

Cantitățile derivă din valorile nutritive de referință ale Reg. (UE) 1169/2011 și se confirmă pe fișa tehnică a fiecărui produs înainte de tipar.

DE REȚINUT

- Kitul nu conține extracte vegetale.
- În caz de medicație cronică seara, N° 10 se mută la prânz.

ALERGENI ȘI DURATĂ

Alergeni declarați: pește (colagen marin)

Cât ține cutia: Toate, o lună.

Reguli de administrare

REGULA	DETALIU
Un singur collagen pe zi	Nº 01, Nº 02 și Nº 03 sunt același ingredient în trei variante de gust. Nu se administrează două deodată.
Magneziul se însumează	Nº 07 aduce 150 mg, Nº 06 aduce 100 mg. Se calculează împreună cu alte surse de magneziu.
Capsulele se distanțează	Toate capsulele din gamă conțin zinc, iar Nº 10 conține și cupru. Două-trei ore între capsule.
Pulberea de dimineață, pe stomacul gol	Se aplică la Nº 05. Celelalte pulberi nu au această cerință.
Culturile vii nu suportă lichide fierbinți	Nº 12 se pune în apă la temperatura camerei, în iaurt sau în lapte rece.
Interval de evaluare: trei luni	Pentru collagen, păr și unghii, sub trei luni nu există interval de evaluare.
Sarcină, alăptare, tratament cronic	Se administrează numai după consultarea medicului sau a farmacistului, cu lista de tratament la vedere.

Fiecare produs și kiturile din care face parte

Nº	PRODUS	KITURI	MOMENTUL
Nº 01	MARINE PURE	9	oricând
Nº 02	MARINE NOIR	6	seara, în lapte cald
Nº 03	MARINE BLANC	1, 2, 3, 7	oricând
Nº 04	ISOLATE ESTRO	8	dimineața, cu masa
Nº 05	CELLULAR LONGEVITY	2, 5, 6, 9	dimineața, pe stomacul gol
Nº 06	CORTISOL DEFENSE	4, 6, 7, 8	seara, în apă
Nº 07	NEUROARCHITECT	4, 5	dimineața
Nº 08	ISOLATE GLOW	—	—
Nº 09	ISOLATE PRECURSOR	—	—
Nº 10	ISOLATE CATALYST	1, 2, 3, 9	seara, decalat de alte capsule
Nº 11	HYELASTIN	3, 8	dimineața la kitul 3, seara la kitul 8
Nº 12	FLORA BIOME	5, 7, 8, 9	dimineața, la masă
Nº 13	ISOLATE ADAPT	—	—

CONTACT ȘI COMENZI

Vă răspundem personal.

Telefon	+40 770 828 288
E-mail	hello@skinopharm.ro
Online	skinopharm.ro
Titular	SKINO PHARM S.R.L. · CUI 44219054
Sediu	Sat Tătărani, Com. Bărcănești, jud. Prahova
Autorizație	Ministerul Sănătății nr. 13856 / 2026

Dacă nu găsiți un răspuns în acest catalog, întrebați-ne.

*Nu există întrebare prea mică despre ce urmează să luați zilnic,
timp de trei luni.*

Farm. Dr. Marinescu Ioana Lavinia, PhD

Administrator · Farmacist-formulator

skin•pharm® · marcă înregistrată OSIM nr. 181747

© 2026 SKINO PHARM S.R.L. Toate drepturile rezervate.

SKINO PHARM S.R.L. · CUI 44219054 · Sat Tătărani, Com. Bărcănești, jud. Prahova