



SAUTÓN

MTHFR KIT

INDICAZIONI PRELIMINARI

- **Se hai una mutazione eterozigote singola** (condizione considerata lieve), puoi seguire il protocollo con il kit mutazione in cicli di 1 mese, per 6 giorni alla settimana, da ripetere 4 volte l'anno a intervalli regolari. In presenza di sintomi marcati, può essere consigliato un primo ciclo di 3 mesi continuativi.
- **Se invece presenti mutazione MTHFR, in eterozigosi doppia** (cioè due mutazioni diverse) o in **omozigosi** (due copie della stessa mutazione), puoi seguire il protocollo per tutto l'anno, sempre 6 giorni a settimana, con una pausa di 20 giorni ogni 3 mesi.
- **ATTENZIONE:** *In ogni caso, dopo almeno 6 mesi di supplementazione è consigliabile sottoporsi ad analisi del sangue per verificare i valori di Folati, B6, B12 e Omocisteina.*
- Se i valori di B6, B12 e di folati dovessero essere alti (al di sopra del range di riferimento), la supplementazione può essere sospesa per uno o più mesi.
- Se invece i valori di Omocisteina sono ancora alti è importante proseguire con l'assunzione dei supplementi indicati.
- Accanto a questo protocollo di integratori, ti ricordo che il miglior stile di vita per supportare questa mutazione e renderla meno problematica possibile è avere delle **sane abitudini chetogeniche almeno 5 giorni su 7** per tenere basse infiammazione e tossine.



I PRODOTTI

TMG (TRIMETILGLICINA)



La Trimetilglicina è composta da tre gruppi metilici legati a ciascuna molecola di glicina.

Nel 1950 è stato scoperto che era benefica per il cuore e che sembrava funzionare in modo simile alla vitamina B12.

Quando un gruppo metilico di TMG viene donato a una molecola di omocisteina, diventa un amminoacido benefico, metionina.

La TMG lavora per promuovere sani livelli di omocisteina, da sola o in combinazione con altre sostanze nutritive, ed è un nutriente importante per la salute cardiovascolare.

La trovi qui

POSOLOGIA: 2 capsule al giorno dopo un pasto.





VITAMIN B COMPLEX

Combina le principali vitamine del gruppo B in una formula bilanciata:

- **Vitamina B9:** contiene, al posto dell'acido folico, la forma attiva già trasformata (B9, Metilfolato).
- **Vitamina B2 (Riboflavina):** Cofattore dell'enzima MTHFR, necessaria per l'attivazione del folato.
- **Vitamina B6:** Aiuta a convertire l'omocisteina in cisteina, riducendo il rischio di infiammazione.
- **Vitamina B3 (Niacina):** Supporta la sintesi di NAD/NADH, coenzimi chiave per la produzione di energia e il metabolismo dell'omocisteina.
- **Vitamina B1 e B5:** Supportano il sistema nervoso, la produzione energetica e la resistenza allo stress.

Lo trovi qui

POSOLOGIA: 1 capsula al giorno ad un pasto.

VITAMIN B12

(SOLO METIL-COBALAMINA,
NON CIANO-COBALAMINA)



La Vitamina B12, come le altre vitamine B, promuove la normale crescita cellulare e la formazione dei globuli rossi e aiuta a preservare la salute del sistema nervoso centrale.

È una vitamina idrosolubile, ed insieme alla Vitamina B6 e al Metilfolato, rigenera l'amminoacido metionina, necessario per tenere bassi i livelli di omocisteina e rinforzare la salute delle cellule e la produzione di globuli rossi.

La trovi qui

POSOLOGIA: 1 compressa al giorno preferibilmente dopo un pasto da sciogliere sotto la lingua.





SAUTÓN



ZINC & SELENIUM

Zinco e Selenio sono due minerali fondamentali per il corretto funzionamento del corpo.

Dopo il ferro, lo zinco è il minerale più comune ed è vitale per il lavoro di tutte le cellule.

Il selenio è un oligoelemento che è naturalmente presente in molti alimenti (le noci brasiliane ne sono ricchissime), ma anche nelle rocce terrestri.

Entrambi questi minerali preservano la salute di pelle, capelli, occhi e denti: sono così due alleati preziosi per la tua bellezza.

Zinc & Selenium ha forti proprietà antiossidanti contro i radicali liberi ed è alleato della tiroide e della fertilità.

È un supporto essenziale in caso di mutazione MTHFR.

Lo trovi qui

POSOLOGIA: 1 capsula al dì, preferibilmente ad un pasto.

ELENCO

RIASSUNTIVO DEGLI INTEGRATORI



TMG (TRIMETILGLICINA)

Posologia:
2 capsule al giorno
dopo un pasto.



VITAMIN B12 (SOLO METIL-COBALAMINA, NON CIANO-COBALAMINA)

Posologia:
1 capsula al giorno.



VITAMIN B COMPLEX

Posologia:
1 capsula al giorno
ad un pasto.



ZINC & SELENIUM

Posologia:
1 capsula al giorno,
preferibilmente
ad un pasto.



Puoi assumere i rimedi distribuendoli nei pasti della giornata o in un unico pasto, come preferisci.