

Bioespirulina Hepatometabólica

Nutrición funcional para esteatosis hepática y dislipidemia simultáneas en el contexto del síndrome metabólico.

Introducción

La esteatosis hepática y la dislipidemia comparten una fisiopatología común en el síndrome metabólico: resistencia a la insulina, lipogénesis hepática de novo aumentada, disfunción mitocondrial y estrés oxidativo crónico. En este perfil el hígado graso deteriora directamente el metabolismo lipídico — generando un ciclo que se retroalimenta entre ambas condiciones.

Bioespirulina Hepatometabólica fue formulada para actuar sobre ambas condiciones simultáneamente, integrando ingredientes con evidencia clínica documentada tanto para la recuperación de la función hepática como para la normalización del perfil lipídico.



¿Cómo funciona esta formulación?

- Espirulina Neka fresca — núcleo de la fórmula con evidencia directa para las dos condiciones simultáneamente: ensayo doble ciego en esteatosis hepática demostró reducción significativa del grado de hígado graso, ALT y AST; meta-análisis de 23 estudios confirma reducción de triglicéridos, LDL-C y aumento de HDL-C. Su efecto aumenta con la duración del consumo.
- Avena en hojuelas — su beta-glucano ejerce un efecto hepatoprotector prebiótico específico: aumenta SCFAs — acetato, propionato y butirato — que reducen la infiltración hepática de macrófagos y remodelan la microbiota hacia taxones bacterianos protectores. En el contexto metabólico, la microbiota intestinal es un mediador central entre el intestino y el metabolismo lipídico hepático.
- Linaza recién molida — omega-3 (ALA) con asociación documentada con reducción de ALT y AST en esteatosis, y con mejora del perfil lipídico por mecanismo diferente a la avena. Su fibra fermentable complementa el efecto prebiótico de la avena desde un tipo de fibra distinto. Debe consumirse recién molida.

- Fruta con polifenoles — antocianinas de frutos oscuros y flavonoides cítricos — hesperidina y naringenina — tienen evidencia en ensayos clínicos para mejora de enzimas hepáticas y perfil lipídico en la misma población de pacientes con síndrome metabólico.
- Base láctea — 1 cucharada de yogur griego entero aporta probióticos activos para la microbiota intestinal — factor determinante en ambas condiciones. La leche entera provee base líquida y grasa para absorción de compuestos liposolubles.

Sinergia nutricional

Bioespirulina Hepatometabólica actúa sobre el eje hepático-lipídico desde cuatro mecanismos simultáneos e independientes: reducción directa de grasa hepática y enzimas (espirulina), modulación de microbiota intestinal y SCFAs hepatoprotectores (avena), omega-3 y fibra para metabolismo lipídico y hepático (linaza), y protección antioxidante vascular y hepática (polifenoles de la fruta).

Fórmula — 1 porción diaria

1 porción	Espirulina Neka fresca
50 g	Avena en hojuelas (½ taza)
2 cdas	Linaza recién molida (15 g)
1 cda	Yogur griego natural entero sin azúcar
150 ml	Leche entera o yogur griego · kéfir · kumis
60–80 g	Fruta <i>mora negra · agraz · arándano · naranja · tomate de árbol</i>

Preparación

Colocar todos los ingredientes en la licuadora e incorporar la espirulina al final. Licuar hasta obtener una mezcla homogénea y cremosa. Consumir inmediatamente.

Puede añadirse agua al gusto para ajustar la consistencia sin afectar el resultado terapéutico.

Consistencia y cambio real

Los cambios son graduales y el tiempo varía según cada persona, su punto de partida, sus hábitos y su contexto metabólico individual. La consistencia diaria y los cambios sostenibles en el estilo de vida son los factores más determinantes en el resultado — no existe ningún alimento que actúe en ausencia de ellos.

Lo que sí es cierto es que con cada porción se están activando mecanismos de protección que van mucho más allá del objetivo específico de esta fórmula: la espirulina fresca modula la inflamación sistémica, reduce el estrés oxidativo y apoya el equilibrio metabólico a nivel global. No actúa solo sobre una condición — actúa sobre el organismo en su conjunto.

Cuando se quiera salir de la monotonía, consumir la espirulina con cualquier fruta fresca o combinación saludable diferente también favorece la salud. Son los cambios sostenibles en el tiempo con alimentos reales y frescos los que producen transformaciones genuinas — y cada decisión en esa dirección es un paso real hacia reencontrarse con la salud.

Filosofía Bioespirulina Neka

Bioespirulina Neka integra ciencia, fisiopatología y alimentos reales en formulaciones diseñadas para acompañar de manera sostenible distintos procesos de bienestar físico y metabólico. El proyecto busca reemplazar ultraprocesados cotidianos por preparaciones rápidas, agradables y nutricionalmente densas, desarrolladas estratégicamente alrededor de mecanismos fisiológicos relevantes y hábitos sostenibles de alimentación.