

## Bioespirulina Lúmina

*Nutrición funcional para la salud ocular, neuroprotección y equilibrio vascular.*

### Introducción

El glaucoma es una neuropatía óptica progresiva asociada a daño del nervio óptico, estrés oxidativo, disfunción microvascular y vulnerabilidad metabólica de las células ganglionares retinales. La evidencia científica actual sugiere que patrones alimentarios ricos en carotenoides, polifenoles y compuestos antioxidantes pueden contribuir a un entorno fisiológico más favorable para la salud ocular y neurovascular.

Bioespirulina Lúmina fue formulada integrando alimentos reales seleccionados por su relación con protección oxidativa retinal, neuroprotección de células ganglionares, salud microvascular ocular y densidad nutricional. Acompaña — sin reemplazar — el tratamiento oftalmológico indicado.

### ¿Cómo funciona esta formulación?

- Espirulina Neka fresca — aporta ficocianina con actividad antioxidante y antiinflamatoria documentada, zeaxantina directamente concentrada en la retina, y carotenoides con papel en protección contra estrés oxidativo — mecanismo central en la progresión del glaucoma.
- Kale — fuente primaria de luteína y zeaxantina, los dos carotenoides concentrados naturalmente en la mácula y el nervio óptico. La evidencia científica documenta su papel neuroprotector sobre las células ganglionares retinales frente al daño oxidativo glaucomatoso. La grasa del yogur entero es esencial para su absorción — la luteína y la zeaxantina son liposolubles.
- Fruta rica en antocianinas — las antocianinas de frutos oscuros — cianidina y delfinidina — tienen evidencia clínica documentada para reducción de presión intraocular, mejora del flujo sanguíneo ocular y protección del campo visual.
- Linaza recién molida — aporta ALA (omega-3 vegetal) con evidencia en salud vascular del nervio óptico. Los pacientes con glaucoma presentan niveles reducidos de omega-3 en sangre, y el consumo dietario de omega-3 se asocia con mejora del flujo de salida del humor acuoso. Debe consumirse recién molida.

- Yogur griego natural entero — la grasa es funcionalmente indispensable en esta fórmula: la luteína y zeaxantina del kale son liposolubles y sin grasa en la misma preparación su absorción intestinal es mínima. Usar versión descremada comprometería significativamente el resultado.

### Sinergia nutricional

Bioespirulina Lúmina actúa sobre la salud ocular desde tres mecanismos simultáneos: neuroprotección de células ganglionares retinales vía carotenoides (kale + espirulina), mejora del flujo microvascular ocular vía antocianinas (fruta), y soporte antiinflamatorio y vascular vía omega-3 (linaza + espirulina).

### Fórmula — 1 porción diaria

1 porción Espirulina Neka fresca
170 g Yogur griego natural entero sin azúcar <i>entero es esencial para absorción de carotenoides</i>
25–30 g Kale fresco
60–80 g Fruta <i>arándano · mora negra · agraz · morera negra</i>
2 cdas Linaza recién molida (15 g)

### Preparación

Colocar todos los ingredientes en la licuadora e incorporar la espirulina al final. Licuar hasta obtener una mezcla homogénea y cremosa. Consumir inmediatamente para preservar la integridad de los compuestos bioactivos, especialmente la luteína y zeaxantina.

*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.