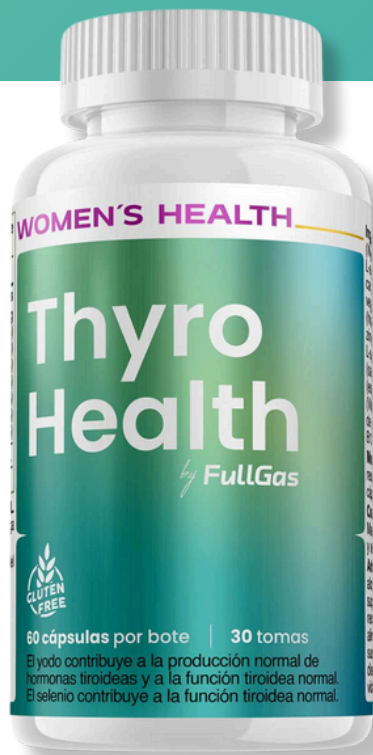


ThyroHealth

by FullGas x Pablo Zumaquero



ThyroHealth es un complemento alimenticio formulado por Pablo Zumaquero con una combinación de minerales, vitaminas y extracto de comino negro. Contiene yodo y selenio, que contribuyen la producción normal de **hormonas tiroideas**¹ y el funcionamiento normal de la **tiroides**².

Además, el yodo, la vit. B12 y el zinc favorecen el **metabolismo energético** normal, mientras que la vit. C y la vit. B12 ayudan a **reducir el cansancio y la fatiga**. Para el **cuidado de la piel**, incorpora vit. A, zinc y yodo, que contribuyen a su mantenimiento en condiciones normales, y vit. C, que favorece la formación normal de colágeno. La combinación de vit. D, vit. B12, selenio, vit. A, zinc y vit. C contribuyen el funcionamiento normal del **sistema inmunitario**.

- **Formato:** 60 cápsulas.
- **Dosis diaria recomendada:** 2 cápsulas al día.



Composición

Por 2 cáps

Extracto Comino negro	400 mg
Vitamina C	202 mg
Zinc	8 mg
Vitamina A	400 µg
Yodo	100 µg
Selenio	100 µg
Vitamina D	25 µg
Vitamina B12	2,4 µg

¿Cómo tomar ThyroHealth?

Tomar **2 cápsulas al día**. Este producto está diseñado para su **consumo continuado**.

Las dosis seleccionadas han sido formuladas considerando la ingesta de vitaminas y minerales a través de la alimentación. Por ello, se han establecido cantidades que complementan los aportes diarios sin exceder los niveles recomendados.



¹ Yodo.

² Yodo y selenio.

ThyroHealth

by FullGas x Pablo Zumaquero

¿Qué diferencia a ThyroHealth del resto de productos del mercado?

A diferencia de otros complementos, **ThyroHealth** es el único que contiene extracto de *Nigella sativa* (comino negro) con la mayor evidencia científica. Otros productos pueden contener algunos de los minerales y vitaminas esenciales, pero ninguno ofrece la combinación completa de micronutrientes específicos que aporta **ThyroHealth**.

Conoce algunas propiedades de sus ingredientes

Selenio

- ✓ Contribuye a la **función tiroidea normal**.
- ✓ Contribuye al **mantenimiento del cabello y las uñas** en condiciones normales.
- ✓ Contribuye al **funcionamiento** normal del **sistema inmunitario**.
- ✓ Contribuye a la **protección de las células frente al daño oxidativo**.

Zinc

- ✓ Contribuye al **funcionamiento** normal del **sistema inmunitario**.
- ✓ Contribuye a la **protección de las células frente al daño oxidativo**.
- ✓ Contribuye al **metabolismo** normal de la **vitamina A**.
- ✓ Contribuye a la **función cognitiva normal**.
- ✓ Contribuye al **metabolismo** normal de los **ácidos grasos**.
- ✓ Contribuye al **metabolismo** normal de los **macronutrientes**.
- ✓ Contribuye a la **fertilidad y reproducción normales**.
- ✓ Contribuye al **mantenimiento del cabello, las uñas y la piel** en condiciones normales.

Yodo

- ✓ Contribuye a la **producción** normal de **hormonas tiroideas y a la función tiroidea normal**.
- ✓ Contribuye al **metabolismo energético** normal.
- ✓ Contribuye a la **función cognitiva** normal.
- ✓ Contribuye al **funcionamiento** normal del **sistema nervioso**.
- ✓ Contribuye al **mantenimiento de la piel** en condiciones normales.

Extracto de comino negro

- ✓ El extracto de semilla de *Nigella sativa* ayuda a **regular la glucosa en sangre**.

ThyroHealth

by FullGas x Pablo Zumaquero

Vitamina C

- ✓ Contribuye al **funcionamiento** normal del **sistema inmunitario**.
- ✓ Contribuye al **metabolismo energético** normal.
- ✓ Ayuda a **disminuir el cansancio y la fatiga**.
- ✓ Contribuye al **funcionamiento** normal del **sistema nervioso**.
- ✓ Contribuye a la **protección de las células frente al daño oxidativo**.
- ✓ Mejora la **absorción del hierro**.
- ✓ Contribuye a la **formación** normal de **colágeno** para el **funcionamiento normal de la piel**.

Vitamina A

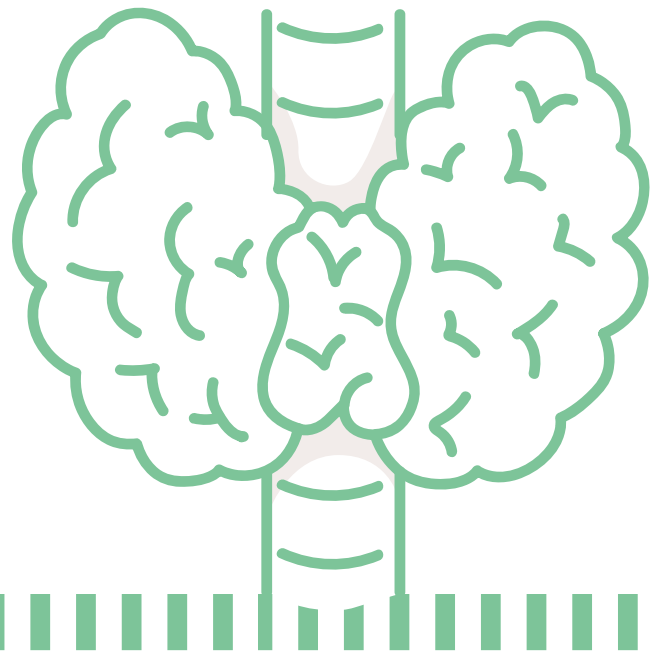
- ✓ Contribuye al **funcionamiento** normal del **sistema inmunitario** y al **mantenimiento de la piel** en condiciones normales.
- ✓ Contribuye al **metabolismo normal del hierro**.
- ✓ Contribuye al **proceso** de **diferenciación celular**.

Vitamina D

- ✓ Contribuye al **funcionamiento** normal del **sistema inmunitario** y al **funcionamiento** normal de los **músculos**.

Vitamina B12

- ✓ Ayuda a **disminuir el cansancio y la fatiga**.
- ✓ Al **metabolismo energético** normal.
- ✓ Al **funcionamiento** normal del **sistema inmunitario**.
- ✓ Al **funcionamiento** normal del **sistema nervioso**.
- ✓ A la **función psicológica** normal.
- ✓ A la **formación** normal de **glóbulos rojos**.



ThyroHealth

by FullGas x Pablo Zumaquero

Bibliografía científica

- Ahad F, Ganie SA. Iodine, Iodine metabolism and Iodine deficiency disorders revisited. *Indian J Endocrinol Metab.* 2010 Jan;14(1):13-7.
- Aon M, Taha S, Mahfouz K, Ibrahim MM, Aoun AH. Vitamin B12 (Cobalamin) Deficiency in Overt and Subclinical Primary Hypothyroidism. *Clin Med Insights Endocrinol Diabetes.* 2022 Mar 22;15:11795514221086634.
- Babiker A, Alawi A, Al Atawi M, Al Alwan I. The role of micronutrients in thyroid dysfunction. *Sudan J Paediatr.* 2020;20(1):13-19.
- Beserra JB, Morais JBS, Severo JS, Cruz KJC, de Oliveira ARS, Henriques GS, do Nascimento Marreiro D. Relation Between Zinc and Thyroid Hormones in Humans: a Systematic Review. *Biol Trace Elem Res.* 2021 Nov;199(11):4092-4100.
- Ciesielska-Figlon K, Wojciechowicz K, Daca A, Kokotkiewicz A, Łuczkiwicz M, Witkowski JM, Lisowska KA. The Impact of Nigella sativa Essential Oil on T Cells in Women with Hashimoto's Thyroiditis. *Antioxidants (Basel).* 2023 Jun 9;12(6):1246.
- Collins AB, Pawlak R. Prevalence of vitamin B-12 deficiency among patients with thyroid dysfunction. *Asia Pac J Clin Nutr.* 2016;25(2):221-6.
- Dijck-Brouwer DAJ, Muskiet FAJ, Verheesen RH, Schaafsma G, Schaafsma A, Geurts JMW. Thyroidal and Extrathyroidal Requirements for Iodine and Selenium: A Combined Evolutionary and (Patho)Physiological Approach. *Nutrients.* 2022 Sep 20;14(19):3886.
- Drutel A, Archambeaud F, Caron P. Selenium and the thyroid gland: more good news for clinicians. *Clin Endocrinol (Oxf).* 2013 Feb;78(2):155-64.
- Ertek S, Cicero AF, Caglar O, Erdogan G. Relationship between serum zinc levels, thyroid hormones and thyroid volume following successful iodine supplementation. *Hormones (Athens).* 2010 Jul-Sep;9(3):263-8.
- Farasati Far B, Behnoush AH, Ghondaghsaz E, Habibi MA, Khalaji A. The interplay between vitamin C and thyroid. *Endocrinol Diabetes Metab.* 2023 Jul;6(4):e432.
- Farhangi MA, Dehghan P, Tajmiri S. Powdered black cumin seeds strongly improves serum lipids, atherogenic index of plasma and modulates anthropometric features in patients with Hashimoto's thyroiditis. *Lipids Health Dis.* 2018 Mar 27;17(1):59.
- Farhangi MA, Dehghan P, Tajmiri S, Abbasi MM. The effects of Nigella sativa on thyroid function, serum Vascular Endothelial Growth Factor (VEGF) - 1, Nesfatin-1 and anthropometric features in patients with Hashimoto's thyroiditis: a randomized controlled trial. *BMC Complement Altern Med.* 2016 Nov 16;16(1):471.
- Farhangi MA, Keshavarz SA, Eshraghian M, Ostadrahimi A, Saboor-Yaraghi AA. The effect of vitamin A supplementation on thyroid function in premenopausal women. *J Am Coll Nutr.* 2012 Aug;31(4):268-74.
- Gorini F, Vassalle C. Selenium and Selenoproteins at the Intersection of Type 2 Diabetes and Thyroid Pathophysiology. *Antioxidants (Basel).* 2022 Jun 16;11(6):1188.
- Hawkes WC, Keim NL. Dietary selenium intake modulates thyroid hormone and energy metabolism in men. *J Nutr.* 2003 Nov;133(11):3443-8.

ThyroHealth

by FullGas x Pablo Zumaquero

Bibliografía científica

- Hu Y, Feng W, Chen H, Shi H, Jiang L, Zheng X, Liu X, Zhang W, Ge Y, Liu Y, Cui D. Effect of selenium on thyroid autoimmunity and regulatory T cells in patients with Hashimoto's thyroiditis: A prospective randomized-controlled trial. *Clin Transl Sci.* 2021 Jul;14(4):1390-1402.
- Jiang H, Chen X, Qian X, Shao S. Effects of vitamin D treatment on thyroid function and autoimmunity markers in patients with Hashimoto's thyroiditis-A meta-analysis of randomized controlled trials. *J Clin Pharm Ther.* 2022 Jun;47(6):767-775.
- Khan SZA, Lungba RM, Ajibawo-Aganbi U, Veliginti S, Perez Bastidas MV, Saleem S, Cancarevic I. Minerals: An Untapped Remedy for Autoimmune Hypothyroidism? *Cureus.* 2020 Oct 17;12(10):e11008.
- Khozam SA, Sumaili AM, Alflan MA, Shawabkeh RAS. Association Between Vitamin D Deficiency and Autoimmune Thyroid Disorder: A Systematic Review. *Cureus.* 2022 Jun 12;14(6):e25869.
- Kim D. The Role of Vitamin D in Thyroid Diseases. *Int J Mol Sci.* 2017 Sep 12;18(9):1949.
- Laurberg P, Cerqueira C, Ovesen L, Rasmussen LB, Perrild H, Andersen S, Pedersen IB, Carlé A. Iodine intake as a determinant of thyroid disorders in populations. *Best Pract Res Clin Endocrinol Metab.* 2010 Feb;24(1):13-27.
- Lontiris MI, Mazokopakis EE. A concise review of Hashimoto thyroiditis (HT) and the importance of iodine, selenium, vitamin D and gluten on the autoimmunity and dietary management of HT patients. Points that need more investigation. *Hell J Nucl Med.* 2017 Jan-Apr;20(1):51-56.
- Mahmoodianfard S, Vafa M, Golgiri F, Khoshniat M, Gohari M, Solati Z, Djalali M. Effects of Zinc and Selenium Supplementation on Thyroid Function in Overweight and Obese Hypothyroid Female Patients: A Randomized Double-Blind Controlled Trial. *J Am Coll Nutr.* 2015;34(5):391-9.
- Mikulska AA, Karaźniewicz-Łada M, Filipowicz D, Ruchała M, Główska FK. Metabolic Characteristics of Hashimoto's Thyroiditis Patients and the Role of Microelements and Diet in the Disease Management-An Overview. *Int J Mol Sci.* 2022 Jun 13;23(12):6580.
- Muscogiuri G, Tirabassi G, Bizzaro G, Orio F, Paschou SA, Vryonidou A, Balercia G, Shoenfeld Y, Colao A. Vitamin D and thyroid disease: to D or not to D? *Eur J Clin Nutr.* 2015 Mar;69(3):291-6.
- Rabbani E, Golgiri F, Janani L, Moradi N, Fallah S, Abiri B, Vafa M. Randomized Study of the Effects of Zinc, Vitamin A, and Magnesium Co-supplementation on Thyroid Function, Oxidative Stress, and hs-CRP in Patients with Hypothyroidism. *Biol Trace Elem Res.* 2021 Nov;199(11):4074-4083.
- Reglamento (UE) 432/2012.
- Ruggeri RM, Trimarchi F. Iodine nutrition optimization: are there risks for thyroid autoimmunity? *J Endocrinol Invest.* 2021 Sep;44(9):1827-1835.
- Sworczak K, Wiśniewski P. The role of vitamins in the prevention and treatment of thyroid disorders. *Endokrynol Pol.* 2011;62(4):340-4.
- Szczepanik J, Podgórski T, Domaszewska K. The Level of Zinc, Copper and Antioxidant Status in the Blood Serum of Women with Hashimoto's Thyroiditis. *Int J Environ Res Public Health.* 2021 Jul 23;18(15):7805.
- Sun X, Shan Z, Teng W. Effects of increased iodine intake on thyroid disorders. *Endocrinol Metab (Seoul).* 2014 Sep;29(3):240-7.

ThyroHealth

by FullGas x Pablo Zumaquero

Bibliografía científica

- Taheriniya S, Arab A, Hadi A, Fadel A, Askari G. Vitamin D and thyroid disorders: a systematic review and Meta-analysis of observational studies. BMC Endocr Disord. 2021 Aug 21;21(1):171.
- Talebi S, Ghaedi E, Sadeghi E, Mohammadi H, Hadi A, Clark CCT, Askari G. Trace Element Status and Hypothyroidism: A Systematic Review and Meta-analysis. Biol Trace Elem Res. 2020 Sep;197(1):1-14.
- Ventura M, Melo M, Carrilho F. Selenium and Thyroid Disease: From Pathophysiology to Treatment. Int J Endocrinol. 2017;2017:1297658.
- Vieira IH, Rodrigues D, Paiva I. Vitamin D and Autoimmune Thyroid Disease—Cause, Consequence, or a Vicious Cycle? Nutrients. 2020 Sep 11;12(9):2791.
- Wichman J, Winther KH, Bonnema SJ, Hegedüs L. Selenium Supplementation Significantly Reduces Thyroid Autoantibody Levels in Patients with Chronic Autoimmune Thyroiditis: A Systematic Review and Meta-Analysis. Thyroid. 2016 Dec;26(12):1681-1692.
- Winther KH, Rayman MP, Bonnema SJ, Hegedüs L. Selenium in thyroid disorders - essential knowledge for clinicians. Nat Rev Endocrinol. 2020 Mar;16(3):165-176.
- Zhang J, Chen Y, Li H, Li H. Effects of vitamin D on thyroid autoimmunity markers in Hashimoto's thyroiditis: systematic review and meta-analysis. J Int Med Res. 2021 Dec;49(12):3000605211060675.