

## FRAGEN ODER ANREGUNGEN?

Unter [www.basica.com](http://www.basica.com) finden Sie:

- Wissenswertes zum Thema Säure-Basen-Gleichgewicht
- Produktinformationen zum Basica® Sortiment

Unser Beratungsdienst hilft Ihnen gerne persönlich weiter.

### INFO-SERVICE

Tel.: +49 89 99 65 53-0

Fax: +49 89 96 34 46

[www.basica.com](http://www.basica.com)

[info@basica.de](mailto:info@basica.de)

 @basica\_official

 @BasicaDACH

 basica

 Basica

HIER ZIEHEN



Protina Pharm. GmbH  
D-85737 Ismaning

**Basica**®

1120159 – 04/22  
© 2022 Protina Pharm. GmbH



# Basica®

## Für die körpereigene Energie\*



### DOPPEL-WIRK-PRINZIP

Trinkgranulat mit basischen Mineralstoffen

+ Kapseln mit hochdosierten Mikronährstoffen für den Energiestoffwechsel\*



# BASICA® STEHT FÜR BALANCE.

---

Es freut uns sehr, dass Sie sich für Basica® entschieden haben.

Seit nahezu einem Jahrhundert helfen wir Menschen dabei, in Balance zu leben. Aus Forschung und Erfahrung wissen wir, wie wichtig das Säure-Basen-Gleichgewicht für grundlegende Stoffwechselforgänge und somit für ganzheitliches Wohlbefinden ist. Dieses kontinuierlich weiterentwickelte Wissen findet in allen unseren Produkten seine Anwendung.

Doch da jeder Mensch und jedes Leben unterschiedlich ist, bieten wir Ihnen mehr als nur ein Basica®: Dank unserer großen Produktfamilie finden Sie bei uns genau das Basica®, das zu Ihnen passt, und so bestimmt auch bald zu Ihrer ganz eigenen inneren Balance.



## UNSER MODERNES LEBEN: eine Herausforderung für Kopf und Körper.

---

Noch anspruchsvoller als unser Alltag ist oft nur unser Anspruch an uns selbst. Besonders in fordernden Phasen, in denen wir gleichzeitig viele berufliche und private Herausforderungen zu meistern versuchen, stoßen wir an unsere Grenzen – unser geistiger Fokus lässt nach und unsere Energiereserven schwinden. Was können wir tun, um durch unsere körpereigene Energie wieder innere Kraft zu schöpfen und einen klaren Kopf zu bekommen?



## ZURÜCK ZU KÖRPEREIGENER ENERGIE UND GEISTIGER LEISTUNGSFÄHIGKEIT.

---

Läuft unser Energiestoffwechsel „rund“, haben wir genug Energie, um unseren Alltag zu meistern. Doch gerade bei Stress und in geistigen und körperlichen Belastungsphasen geraten wir aus dem Gleichgewicht – jetzt braucht der Körper unsere Unterstützung.

Das individuell passende Verhältnis von Bewegung und Ruhe sowie eine ausgewogene Ernährung sind die Basis für unsere Leistungsfähigkeit. Dabei kann **Basica®** Energie wertvolle Unterstützung leisten: Mit seiner besonderen Mischung aus Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen gibt es uns genau das, was wir brauchen, um unsere körperliche und geistige Leistungsfähigkeit zu erhalten.

# DAS BASICA® DOPPEL-WIRK-PRINZIP FÜR BALANCE UND ENERGIE.

Ein gut funktionierendes Säure-Basen-Gleichgewicht ist die Basis für alle Stoffwechselprozesse in unserem Körper.

Denn die Umwandlung von Nahrung für den Aufbau neuer Körperzellen oder in Energie für Bewegung und geistige Arbeit beruht auf biochemischen Reaktionen bzw. enzymatischen Vorgängen, für die jeweils bestimmte pH-Bereiche eingehalten werden müssen. Diese pH-Bereiche im Körper werden durch Regulierung von Säuren und Basen im Gleichgewicht gehalten.

Diese „innere Balance“ bildet die Grundlage für eine optimale Aufnahme und die Umwandlung von Nährstoffen für den Energiestoffwechsel.



## DOPPEL-WIRK-PRINZIP

Basica® Energie mit dem Doppel-Wirk-Prinzip für ein gesundes Säure-Basen-Gleichgewicht\*\* und einen vitalen Energiestoffwechsel\*.

## BASICA® ENERGIE IM PRAKTISCHEN DOPPEL-SACHET kombiniert Trinkgranulat mit Kapseln:

Sowohl die spezielle Formulierung von Basica® Energie als auch seine besondere Darreichungsform basieren auf aktuellen ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen.

### DOPPEL-WIRK-PRINZIP



- Das basische Trinkgranulat unterstützt mit \*\*Zink den normalen Säure-Basen-Haushalt.
- Die Kapseln leisten mit \*Vitamin B<sub>12</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, Biotin und Kupfer einen Beitrag zu einem gesunden Energiestoffwechsel.

Zusätzlich unterstützen die weiteren Nährstoffe in Basica® Energie Körper und Geist dabei, leistungsfähig zu bleiben:

- Pantothensäure trägt zum Erhalt der normalen geistigen Leistungsfähigkeit bei.
- Magnesium, Folsäure und Niacin helfen mit, Müdigkeit und Erschöpfung zu verringern.
- Selen, Mangan, Vitamin C und Zink tragen dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.
- Calcium und Kalium unterstützen die normale Funktion des Nervensystems.



So helfen die Vitalstoffe in Basica® Energie dabei, Stress und Herausforderungen mit voller Leistungskraft zu meistern und in Balance zu bleiben.

Sachet mit  
**TRINKGRANULAT**



Sachet mit  
**2 KAPSELN**

## GEBRAUCHSANWEISUNG.

Die beiden Sachets mittig trennen.



Trinkgranulat  
in ein  
trockenes  
Glas geben.



Aufgießen  
mit stillem  
Wasser  
(min. 150 ml).



Bei Bedarf  
umrühren.



Dazu  
2 Kapseln  
einnehmen.

### TIPP

Schmeckt erfrischend nach Zitrone.  
Variieren sie die Wassermenge, um einen stärkeren  
oder milderem Geschmack zu erreichen.



## ENERGIE BEGINNT MIT ERNÄHRUNG.

---

Eine gesunde und vielseitige Ernährung ist durch nichts zu ersetzen, kann aber im täglichen Leben eine echte Herausforderung darstellen. So sorgen beispielsweise zu viel eiweißreiche Nahrungsmittel wie Fleisch, Wurst, Fisch, Käse, Eier sowie Milch- und Getreideprodukte auf dem Speiseplan für ein Säure-Basen-Ungleichgewicht im Körper und sollten durch basische Lebensmittel, wie Obst, Salat und Gemüse, ausgeglichen werden.

Die folgenden Seiten bieten einen ersten Überblick über säurebildende und basische Lebensmittel.

### TIPP

Eine ausführliche, interaktive Nahrungsmittel-Tabelle, basische Rezepte und viele gute Tipps rund um das Thema Ernährung finden Sie auf [www.basica.com](http://www.basica.com)

# BASISCHE ERNÄHRUNG

unterstützt Ihre körpereigene Energie.

## BASISCH

	SCHWACH	MITTEL	STARK
<b>Gemüse und Salat</b>	Kopf-/Eisbergsalat, Gurken, Aubergine, Zucchini, Brokkoli, Rosenkohl, Pilze, Blumenkohl, Paprika, Tomaten, Spargel, Kartoffeln, Lauch, Sauerkraut, Radieschen	Feldsalat, Rucola, Fenchel, Grünkohl, Karotten, Kohlrabi, Sellerie	Spinat
<b>Früchte</b>	Äpfel, Birnen, Pfirsiche, Kirschen, Erdbeeren, Mangos, Weintrauben, Kiwis, Orangen, Zitronen, Grapefruits, Ananas, Wassermelonen	Bananen, Aprikosen, schwarze Johannisbeeren	Getrocknete Feigen, Rosinen

### TIPP

Mit dem Säure-Basen-Rechner auf [www.basica.com](http://www.basica.com) können Sie eine genaue Berechnung der Lebensmittel vornehmen.

Die Einteilung der Lebensmittel gilt für jeweils 100 g. Nach aktuellem Stand der Ernährungswissenschaft sind Zucker, Fette und Öle neutrale Lebensmittel.

## SÄUREBILDEND

	SCHWACH	MITTEL	STARK
<b>Brot und Getreideprodukte</b>	Roggenbrot, Knäckebrötchen, Mais	Vollkornbrot, Dinkel, Cornflakes, Zwieback, Spätzle, Eiernudeln	Haferflocken, Reis
<b>Milchprodukte und Eier</b>	Buttermilch, Frischkäse, Joghurt, Milch, Sahne	Hühnereier	Quark, Hartkäse, Parmesan, Camembert, Schmelzkäse
<b>Fleisch und Wurstwaren</b>		Fleischwurst, Wiener Würstchen, Bierschinken, Rind, Schwein, Geflügel, Kalb, Lamm	Gans, Kaninchen, Corned Beef, Leber(wurst), Salami
<b>Fisch und Meerestiere</b>		Hering, Kabeljau, Karpfen, Lachs, Rotbarsch, Seezunge, Zander	Sardinen, Forelle, geräucherter Aal, Krabben, Miesmuscheln



# HÄUFIGE FRAGEN.

---

## Warum gibt es zwei verschiedene Darreichungsformen?

Basica® Energie beruht auf dem Doppel-Wirk-Prinzip.

In dem einen Sachet ist das basische Trinkgranulat, welches mit Zink den normalen Säure-Basen-Haushalt unterstützt. Das Säure-Basen-Gleichgewicht ist die Grundlage für einen funktionierenden Stoffwechsel. So können die energierelevanten Nährstoffe aus den Kapseln im zweiten Sachet optimal verarbeitet werden.

Das zweite Sachet enthält die beiden Kapseln, die einen Beitrag zu einem gesunden Energiestoffwechsel leisten. Die Kapseln enthalten die relevanten Nährstoffe Vitamin B<sub>12</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, Biotin und Kupfer für die körpereigene Energie und Pantothensäure für die geistige Leistungsfähigkeit.

## Wie und wann sollen die einzelnen Portionen eingenommen werden?

Das Trinkgranulat auflösen und die fertige Trinklösung zusammen mit den Kapseln einnehmen. Empfohlen wird die Einnahme nach einer Mahlzeit am Vormittag.

## Kann Basica® Energie regelmäßig eingenommen werden?

Die Einnahme empfiehlt sich vor allem in stressigen Zeiten, aber auch vor großen körperlichen oder psychischen Herausforderungen. Die Formulierung ist so konzipiert, dass Basica® Energie auch regelmäßig eingenommen werden kann.

## Was ist zu tun, wenn eine Portion vergessen wird?

Haben Sie aus Versehen eine Tagesportion vergessen, setzen Sie die Einnahme einfach fort. Mehr als ein Doppel-Sachet pro Tag soll nicht eingenommen werden.

# BASICA® ENERGIE

Nahrungsergänzungsmittel  
mit basischen Mineralstoffen,  
Spurenelementen und Vitaminen.  
Mit Süßungsmittel.  
Mit natürlichem Zitronen-Aroma.

- ✔ Vegan
- ✔ Lactosefrei
- ✔ Glutenfrei
- ✔ Ohne Zucker
- ✔ Ohne Farbstoffe

## ZUTATEN

### Basisches Trinkgranulat:

Natriumcitrat, Calciumlactat, Säuerungsmittel Zitronensäure,  
Magnesiumcitrat, Kaliumcitrat, Kaliumhydrogencarbonat,  
Maltodextrin, natürliches Zitronenaroma, Zinkcitrat, Süßungsmittel  
Sucralose, Chromchlorid, Natriummolybdat, Natriumselenat.

### Kapseln:

Calciumascorbat, Magnesiumoxid, Hydroxypropylmethylcellulose,  
Maisstärke, Trennmittel Talkum, Palmfett (ganz gehärtet),  
Emulgator Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren, Maltodextrin,  
Calciumpantothenat, Nicotinamid, Pyridoxinhydrochlorid, Riboflavin,  
Thiaminmononitrat, Manganguconat, Kupfercitrat, Folsäure, Biotin,  
Cyanocobalamin.

## NÄHRSTOFFINFORMATION

ZUFUHR PRO TAGESPORTION:  
1 DOPPEL-SACHET MIT TRINKGRANULAT +  
2 KAPSELN

NÄHRSTOFF		% NRV
Vitamin C	240 mg	300 %
Niacin	16 mg	100 %
Pantothensäure	18 mg	300 %
Biotin	150 µg	300 %
Folsäure	200 µg	100 %
Vitamin B <sub>1</sub>	3,3 mg	300 %
Vitamin B <sub>2</sub>	4,2 mg	300 %
Vitamin B <sub>6</sub>	3,5 mg	250 %
Vitamin B <sub>12</sub>	25 µg	1000 %
Mangan	0,5 mg	25 %
Kupfer	1 mg	100 %
Zink	5 mg	50 %
Chrom	40 µg	100 %
Molybdän	50 µg	100 %
Selen	30 µg	55 %
Calcium	150 mg	19 %
Magnesium	300 mg	80 %
Kalium	350 mg	18 %
Natrium	375 mg	–

% NRV = % des Referenzwertes für die  
tägliche Nährstoffzufuhr gem. EU-Verordnung.