



La Ciencia y
Juice
PLUS[®]+

Documentación Científica para uso exclusivo de los Profesionales del Bienestar

Certificación de Calidad

Juice PLUS+® se obtiene utilizando fruta y verdura conformes a las normas de calidad más estrictas existentes y otros componentes cuidadosamente seleccionados. La materia prima se somete a pruebas para garantizar el cumplimiento del riguroso estándar NSA de seguridad, calidad y uniformidad. A lo largo del proceso de producción, desde el cultivo de frutas y verduras, la producción de los polvos hasta el producto terminado, Juice PLUS+® se somete a controles constantes para verificar la presencia de residuos de sustancias nocivas. La aprobación de las materias primas se lleva a cabo con respecto a todas las reglas europeas que se fijan en este ámbito .

Las plantas de producción Juice PLUS+® se caracterizan por la maquinaria sofisticada y la tecnología avanzada conformes a las más estrictas normas de calidad del sector “Buenas Prácticas de Fabricación”, como, por ejemplo, TGA, (Australian Therapeutic Goods Administration), NSF International y Swiss Medic Authority.

Productores sumamente fiables cultivan la fruta y la verdura Juice PLUS+®. Parte de la materia prima es de origen biológico, si bien la cantidad depende de la producción de la temporada. La fruta y la verdura se enfrían, se limpian, lavan y exprimen. Al exprimir las se liberan los nutrientes de la estructura vegetal que se vuelven más biodisponibles. Los zumos se deshidratan mediante un proceso especial patentado por NSA que utiliza bajas temperaturas por un corto lapso de tiempo para conservar los elementos nutritivos esenciales.

Por último, las cápsulas, los masticables Soft Juice PLUS+® y Juice PLUS+® Complete se someten regularmente a pruebas para garantizar el cumplimiento del estricto estándar NSA de seguridad, calidad y uniformidad. Esta serie completa de pruebas nos garantiza que Juice PLUS+® cumple lo establecido por las normas de “US Food and Drugs Administration” y de la Unión Europea en cuanto a seguridad y calidad.



Mel Loades

Director Desarrollo de Productos, Europa





La postura de NSA con respecto a:

OGM

De conformidad con la filosofía empresarial de NSA, para los productos de la gama Juice PLUS+® se emplean solo los mejores ingredientes. No utilizamos componentes Modificados Genéticamente en nuestros productos.

Gluten

Los productos Juice PLUS+® fueron sometidos a pruebas para comprobar si contenían gluten utilizando la metodología aprobada y se pueden clasificar sin gluten conforme al Codex Standard es decir, que el contenido en gluten está por debajo de 20ppm.

Cápsulas de Gelatina

Todas las cápsulas que se emplean para el Juice PLUS+® europeo se producen con gelatina procedente de países donde se lleva a cabo un programa de control. Las cápsulas se fabrican cumpliendo lo dispuesto por las estrictas directivas sobre Seguridad Alimentaria Europea y por las normas de Food and Drugs Administration de los EEUU. Toda la gelatina que se utiliza en nuestros productos es de calidad farmacéutica.

Plaguicidas y Metales Pesados

En la producción de Juice PLUS+® se usan sólo los mejores ingredientes, escogidos con suma atención. Se controlan todas las fases de la producción para garantizar su conformidad con las especificaciones técnicas de las materias primas. El elevado nivel de supervisión en toda la línea de producción nos asegura que Juice PLUS+® cumple nuestras estrictas normas de calidad siendo un producto sin plaguicidas y sin metales pesados.

Juice PLUS+® y el Deporte

En la planta NAI, en donde se producen, por cuenta de NSA, Juice PLUS+® Complete y las mezclas Juice PLUS+® fruta, verdura y bayas, no hay sustancias prohibidas por WADA (Agencia Mundial Antidopaje) como las contempladas en la Lista Internacional de Sustancias Prohibidas o en la lista de sustancias dopantes del Comité Olímpico Internacional, y además no se fabrican otros productos que contengan estas sustancias. Por consiguiente, no se puede dar una contaminación de Juice PLUS+® cápsulas y de Juice PLUS+® Complete con sustancias prohibidas durante el proceso de producción.

Juice PLUS+® Cápsulas fruta, verdura y bayas fueron sometidas a las pruebas de dos diferentes Laboratorios Europeos acreditados. Para ambos, los controles arrojaron resultados negativos en cuanto a la presencia de sustancias prohibidas con un límite estándar aprobado para la prueba de(10ng/g).

La Autoridad Holandesa Antidopaje declaró que Juice PLUS+® es un complemento seguro para los Atletas Profesionales

En el mes de noviembre de 2010, la Autoridad Antidopaje Holandesa otorgó la Certificación NZVT a los productos Juice PLUS+®. Los polvos concentrados de frutas, verduras y bayas en cápsulas Juice PLUS+® fueron sometidos a pruebas y aprobados conforme a las normas NZVT, el sistema de seguridad Holandés que analiza los suplementos alimenticios en el ámbito del deporte profesional (Nederlands Zekerheidssysteem Voedingssupplementen Topsport) y que garantiza a los atletas que estos productos no contienen en absoluto sustancias dopantes.

NSF International

En los Estados Unidos a las cápsulas Juice PLUS+® fruta, verdura y bayas se les otorgó el "sello de calidad" de NSF International, la "Asociación para la salud y la seguridad públicas". Además, se escogieron algunos lotes de cápsulas con diferentes mezclas para someterlos a pruebas que comprobaran que no hubiera sustancias prohibidas y NSF les otorgó la certificación en ámbito deportivo. NSF es una organización sin fines de lucro que se encarga de la seguridad de los ingredientes y de los productos.





NATURAL ALTERNATIVES INTERNATIONAL EUROPE SA Líder Mundial en Ciencias Nutricionales

NAI, Natural Alternatives International, es uno de los más destacados proveedores de productos nutricionales en el mundo y socio de NSA en la producción de Juice PLUS+®. La casa matriz está en San Marcos, California y tiene una planta de producción en Lugano, Suiza.

NAI asesora NSA en la mezcla, encapsulado y envasado de Juice PLUS+®, en el diseño y planeamiento de las diferentes fases de producción y en los Controles de Calidad, gracias a sus modernísimas estructuras de investigación y al laboratorio.

Los Controles de Calidad periódicos forman parte integrante de estas normas; dichos controles se llevan a cabo en todas las diferentes fases de la producción, tanto gracias a análisis externos independientes como mediante análisis internos muy especializados.

Todos los productos fabricados por NAI pasan por un minucioso control de peso, homogeneidad de ingredientes, estándar de color y nivel de contenido mientras que en las barras se comprueba la dureza, el espesor y la integridad.

Todos estos procesos garantizan un nivel cualitativo elevadísimo y constante.

Las plantas NAIE de Lugano se pueden visitar. Contactar la oficina NSA para más información sobre el programa de las visitas guiadas.

*Encapsulado y envasado Juice PLUS+®
en las plantas NAIE de Lugano*





Seguridad Garantizada

NAI fue certificada por los siguientes estándares establecidos a nivel internacional:

- **“Good Manufacturing Practice” (GMP)**, se usa en el ámbito internacional para certificar que los productos fabricados conforme a estas directrices cumplen las normas de calidad contempladas en los *Standard Operating Procedures SOP (Procedimientos Operativos Normalizados)*.
- **“Therapeutic Goods Administration of Australia” (TGA)**. Autoriza la producción para exportar a los países que han suscrito la Pharmaceutical Inspection Convention, que abarca la mayor parte de los países europeos. TGA forma parte del Department of Health and Ageing (Departamento de Salud y Envejecimiento) del Gobierno de Australia y establece las normas para los preparados terapéuticos e inclusive los suplementos nutritivos (cápsulas y Soft Juice PLUS+®). Los productos deben estar registrados en TGA y cumplir los requisitos correspondientes para poder comercializarse en Australia.
- **“Swiss Medic Certificate” (SMC)** que autoriza a NAI a fabricar conforme a las normas farmacéuticas.
- Además, NAI cumple las normas de la farmacopea de EEUU (USP), estándares establecidos de conformidad con el reglamento estadounidense sobre farmacopea.
- Recientemente, en EEUU, tras minuciosos controles llevados a cabo por un panel de expertos de certificación, se otorgó a las cápsulas Juice PLUS+® el “sello de calidad” de NSF. NSF International es la “Asociación para la Salud y la Seguridad Públicas”, organización sin fines de lucro encargada de garantizar la seguridad de los productos y de los ingredientes.
- En Europa, en cambio, iniciamos una revisión independiente de la calidad de las cápsulas de fruta, verdura y bayas comercializadas en Europa, con la colaboración de una empresa alemana. SGS INSTITUT FRESENIUS, es una empresa independiente y muy fiable encargada de garantizar la calidad y la seguridad. Este sello de calidad tiene más de 30 años de antigüedad en Alemania y tiene mucho prestigio también en los países limítrofes. Para el consumidor final este sello es una garantía fiable. SGS INSTITUT FRESENIUS otorgó el sello a nuestros productos europeos tras evaluar pormenorizadamente la documentación correspondiente, analizar exhaustivamente el producto e inspeccionar con atención los equipos de producción. Este reconocimiento a las mezclas de fruta, verdura y bayas Juice PLUS+® es una confirmación más de lo que siempre se supo, es decir, que Juice PLUS+® es un producto de calidad excelente.

Para más información sobre el Sello de Control Fresenius, consultar www.qualitaetssiegel.net



Los Estudios Científicos

Durante las diferentes fases de producción se llevan a cabo pruebas periódicas de rutina para comprobar que Juice PLUS+® contenga la nutrición natural y completa de la fruta y la verdura de la que se obtiene y los análisis demuestran que la mayor parte de los elementos nutritivos permanecen en los polvos Juice PLUS+®. Existe además una larga lista cronológica de estudios científicos independientes sobre Juice PLUS+® cuyo objetivo es comprobar:

- (i) que el cuerpo absorba y utilice eficazmente las vitaminas y los fitonutrientes de Juice PLUS+®, y
- (ii) los efectos de Juice PLUS+® en nuestro organismo.

Clinicas y Universidades que llevaron a cabo estudios clínicos sobre Juice PLUS+®

1. Medical University of Graz, Austria (3) - 2013
2. Università degli Studi di Milano, Italia (3) - 2013
3. Nemours Childrens Clinic, UU.EE. - 2012
4. University of South Carolina, UU.EE. - 2012
5. University of Witten-Herdecke, Alemania - 2012
6. University of Birmingham, Reino Unido - 2011
7. MD Anderson Cancer Center of University of Texas, UU.EE. - 2012
8. Università degli Studi di Milano, Italia (2) - 2011
9. University of North Carolina, UU.EE. - 2011
10. Yale Univ-Griffin Hospital, UU.EE. - 2011
11. Charité University Medical Center, Berlín, Alemania - 2011
12. University of South Carolina, UU.EE. - 2010
13. University of Graz, Austria (2) - 2009
14. Georgetown University (UCLA), Washington, UU.EE. - 2009
15. Tokyo Women's Medical University, Japón - 2007
16. Vanderbilt University School of Medicine, UU.EE. - 2007
17. University of Graz, Austria (1) - 2007
18. University of Mississippi, UU.EE. - 2006
19. Università degli Studi di Milano (1), Italia - 2006
20. University of Florida, UU.EE. - 2006
21. University of North Carolina Greensboro, North Carolina, UU.EE. - 2006
22. Medical University Vienna, Austria - 2004
23. Sección de Nutrición Humana Departamentode la Salud (Asl), Foggia, Italia - 2003
24. University of Maryland School of Medicine, Baltimore, UU.EE. - 2003
25. University of Sydney, Australia - 2003
26. King's College London, Londres, Reino Unido - 1999
27. Brigham Young University, Utah, UU.EE. - 1999
28. Arizona University, Tucson, UU.EE. - 1999
29. University of Texas, UU.EE. - 1996
30. University of Toronto, Canadá - 2011

Todos estos estudios fueron publicados por acreditadas revistas médicas y científicas internacionales.





Resultados de los estudios sobre Biodisponibilidad

Hay numerosos estudios que demuestran que los diferentes nutrientes de Juice PLUS+® son biodisponibles, es decir que hay una absorción eficaz por el organismo humano. Cabría citar los estudios llevados a cabo por: Nemours Childrens Clinic, EEUU³; University of Witten-Herdecke, Alemania⁵; University of Birmingham, Reino Unido⁶; MD Anderson, Texas, EEUU⁷; University of South Carolina, EEUU¹²; Georgetown/UCLA, EEUU¹⁴; Tokyo Women's Medical University, Japón¹⁵; Vanderbilt University, EEUU¹⁶; University of Florida, EEUU²⁰; Medical University of Vienna, Austria²²; University of Sydney, Australia²⁵; London King's College, Reino Unido²⁶; Brigham Young University, EEUU²⁷; University of Arizona, EEUU²⁸; University of Texas Health Science Center, EEUU²⁹, entre otros. En estos estudios se analizó la biodisponibilidad de nutrientes seleccionados que contiene Juice PLUS+® y se desprendió que Juice PLUS+® incrementa con eficacia los niveles de diferentes fitonutrientes como los antioxidantes y vitaminas como los folatos.

Juice PLUS+® contiene las vitaminas C y E que ayudan a proteger las células contra el estrés oxidativo mientras que los folatos ayudan la división celular normal

Muchos de estos estudios que evaluaron los diferentes aspectos de la biodisponibilidad nutricional, detectaron también una mejora en algunos parámetros vinculados al estrés oxidativo, como, por ejemplo: un aumento de antioxidantes enzimáticos¹² y de la capacidad antioxidante plasmática^{15,19,20,26}, una disminución de los peróxidos lipídicos²⁹ y del colesterol LDL oxidado⁸.

Además, los investigadores de la Medical University of Graz, Austria^{1,13,17} y de la University of North Carolina, EEUU^{9,21} demostraron que las Mezclas de Fruta, Verdura y Bayas Juice PLUS+® son muy eficaces para disminuir un marcador del estrés oxidativo que produce el ejercicio aeróbico.

La reducción del estrés oxidativo puede ayudar a mantener un ADN sano

Los estudios que llevaron a cabo en adultos sanos en la University of South Carolina, EEUU⁴, en estudiantes de abogacía en la University of Florida, EEUU²⁰ y en personas mayores en la Brigham Young University, EEUU²⁷, demostraron una reducción de los daños al ADN tras el consumo de Juice PLUS+®.

Resultados de los estudios sobre los efectos de Juice PLUS+® en nuestro organismo

Juice PLUS+® contiene vitamina C y folatos que ayudan al sistema inmunitario a funcionar normalmente

Es importante alimentarse correctamente para que el sistema inmunitario funcione normalmente y el ADN permanezca sano. De estudios clínicos que se han publicado y que se llevaron a cabo sobre una muestra de estudiantes de abogacía en la University of Florida, EEUU²⁰ y sobre una muestra de personas mayores en la University of Arizona, EEUU²⁸, se desprende la aportación de Juice PLUS+® a la mejora de algunos parámetros de la función inmunitaria. En un estudio llevado a cabo sobre el personal sanitario del Charité University Medical Centre, Alemania¹¹, consta una disminución del 20% de los días con síntomas de resfriado, moderado o grave, gracias al consumo de Juice PLUS+® en la temporada invernal.

Juice PLUS+® contiene vitamina C que ayuda a la formación de colágeno para un funcionamiento normal de los vasos sanguíneos, y, folatos que ayudan a un metabolismo normal de la homocisteína

Se han llevado a cabo unos estudios para evaluar los efectos de Juice PLUS+® sobre diferentes marcadores de la salud cardíaca y vascular. Mantener un nivel saludable de homocisteína es sumamente importante para el sistema cardiovascular. El estudio realizado por la University of Sydney, Australia²⁵ demostró una disminución de los niveles de homocisteína, si bien las personas de la muestra ya estaban en el rango de niveles aceptables. Los investigadores del estudio de la Università degli Studi di Milano², de la Tokyo Women's Medical University, Japón¹⁵ y de la Sezione di Nutrizione Umana Dip. Salute Asl Foggia, Italia²³, detectaron una disminución de los niveles de homocisteína en personas que tenían niveles elevados de partida.

Además, investigadores de la University of Maryland School of Medicine, EEUU²⁴ demostraron que las personas que consumían Juice PLUS+® lograban mantener mejor el nivel adecuado de elasticidad de las arterias tras una comida con un elevado contenido de grasas, mientras que el estudio que se desarrolló en la Università degli Studi di Milano¹⁹ demostró una disminución del colesterol LDL oxidado en los grandes fumadores.

En el estudio realizado por la Vanderbilt University School of Medicine, EEUU¹⁶ se monitorizaron diferentes parámetros de la salud vascular sobre una muestra poblacional con bajo riesgo que consumió Juice PLUS+® por dos años. Se comprobaron diversas mejoras sin efectos secundarios.

Juice PLUS+® contiene vitamina A que ayuda la piel, las membranas y las mucosas a mantenerse sanas. La presencia de vitamina C ayuda la formación de colágeno para que la piel y los vasos sanguíneos funcionen normalmente

Para tener una piel sana y luminosa es fundamental que la circulación funcione correctamente garantizando la difusión de nutrientes y de oxígeno a los tejidos. Los investigadores de la University of Witten-Herdecke, de Alemania⁵ han demostrado que Juice PLUS+® aumenta la circulación de los capilares de la piel y aumenta su hidratación, su espesor y densidad.

Juice PLUS+® contiene vitamina C que ayuda a la formación de colágeno para que las encías sanas funcionen normalmente

La periodontitis provoca la recesión gengival con la formación de bolsas que se infectan. Si no se cura, los dientes se pueden caer de forma espontánea. La University of Birmingham, UK⁶ llevó a cabo un estudio sobre adultos que padecían de periodontitis del que se desprende que Juice PLUS+® ayuda a reducir la profundidad de las bolsas al disminuir el sangrado de las encías si se toma conjuntamente con el uso de tratamientos estándar de limpieza profunda.

Otros estudios sobre Juice PLUS+®

La inflamación crónica es muy común. La ciencia moderna ha identificado diversos marcadores de inflamación generalizada también en personas aparentemente sanas. El estudio llevado a cabo por la University of South Carolina, USA¹² ha demostrado que Juice PLUS+® reduce los niveles de muchos marcadores. Estos resultados fueron también respaldados por la significativa reducción de los marcadores de inflamación en un grupo de personas obesas estudiadas por la University of Graz, Alemania¹.

Se realizó un estudio piloto sobre los efectos de Juice PLUS+® en la salud durante el embarazo¹⁸ y después un ensayo clínico doble ciego controlado con placebo. De un análisis sistemático centrado en los beneficios para la salud de los suplementos a base de fruta y verdura, llevado a cabo en la University of Toronto, Canada³⁰, que abarca muchos de los estudios mencionados anteriormente, publicados antes de 2010, se desprende que las cápsulas Juice PLUS+® demostraron ofrecer diferentes beneficios como, entre otros: buena biodisponibilidad, comprobada reducción del estrés oxidativo y del daño oxidativo en las proteínas, lípidos y ADN.





Estudios Juice PLUS+®

1. University of Graz, Austria (3) – Lamprecht M, et al. Suplementación con zumos en polvo concentrados y disminución de la oxidación y de la inflamación debida a ejercicio y mejora de la microcirculación en mujeres obesas: estudio controlado aleatorio. *British Journal of Nutrition* 2013
2. Università degli Studi di Milano, Italia (3)- Bamonti F, et al. Cápsulas de zumos en polvo concentrados mejoran marcadores de factores de riesgo de función pulmonar y cardiovascular en grandes fumadores. *Journal of the American College of Nutrition*, Vol. 32, No. 1, 18-25
3. Nemours Children’s Clinic, Jacksonville, FL, EEUU – Canas JA, et al. Resistencia a la insulina y adiposidad relacionadas con los niveles séricos de beta-caroteno. *Journal of Pediatrics* 2012; <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22381025>
4. University of South Carolina, EEUU (“)- Cui X, et al. Reparación del daño en el ADN de los linfocitos de la sangre periférica gracias a zumos concentrados: estudio aleatorio, doble ciego, placebo-controlado. *Molecular Nutrition and Food Research* 2012; 56(4): 519-676.
5. University of Witten-Herdecke, Alemania – De Spirt S, et al. Cápsulas de zumos de fruta y verdura concentrados aumenta la microcirculación de la piel en una muestra de mujeres sanas. *Skin Pharmacology and Physiology* 2012; 25(1): 2-8.
6. University of Birmingham, Reino Unido- Chapple IL, et al. Suplementación diaria con polvos concentrados de fruta, verdura y bayas y resultados clínicos en periodontitis: estudio en doble ciego (RTC). *Journal of Clinical Periodontology* 2012; 39(1): 62-7.
7. MD Anderson, Texas, EEUU – Paxton RJ, et al. Estudio con grupos paralelos aleatorios sobre sobrevivientes de cancer de ovario en la etapa II-IV. *Gynecologic Oncology* 2011; publicación electrónica antes de impresión
8. Università degli Studi di Milano, Italia (2)- Novembrino C et al. Efectos de cápsulas de zumos de fruta y verdura concentrados sobre el estado oxidativo de grandes fumadores. *Journal of the American College of Nutrition* 2011; 30 (1): 49-56
9. University of North Carolina, EEUU- Goldfarb AH, et al. Efectos de un suplemento a base de frutas/verduras/bayas sobre la funcionalidad muscular y el estrés oxidativo. *Medicine and Science in Sports & Exercise* 2011; 43(3):501-508
10. Yale Univ-Griffin Hospital, EEUU-Ather A, et al.Efectos de frutas y verduras concentradas sobre la función endotelial en el síndrome metabólico: Estudio controlado aleatorio. *Nutrition Journal* 2011; 10:72 <http://www.nutritionj.com/content/pdf/1475-2891-10-72.pdf>
11. Charité University Medical Centre, Berlin, Alemania- Roll S, et al. Disminución de los síntomas del resfriado común gracias al consumo de cápsulas de zumos en polvo concentrados de fruta y verdura: estudio aleatorio, en doble ciego, placebo controlado. *British Journal of Nutrition* 2011; 105, 118-122
12. University of South Carolina, EEUU- Jin Y, et al. Eliminación de la carga inflamatoria sistémica tras el consumo de dos formulaciones de cápsulas de zumos concentrados deshidratados. *Molecular Nutrition and Food Research* 2010, 54,1-9
13. University of Graz, Austria(2)- Lamprecht M, et al. La modificación de las proteínas depende de la intensidad del ejercicio y de la suplementación antioxidante. *Medicine & Science in Sports & Exercise*; 2009; 41:155-163
14. Georgetown University (UCLA), Washington, EEUU- Wise JA, et al. Beta-caroteno y alfa-tocoferol en adultos sanos sobrepeso; la cinética de depleción está relacionada con la adiposidad. *International Journal of Food Sciences and Nutrition* 2009; 60(S3): 65-75
15. Tokyo Women’s Medical University, Japón-Kawashima et al. Cuatro semanas de suplementación con zumos concentrados de fruta y verdura aumentan los niveles séricos de antioxidantes y folatos que protegen y disminuyen la homocisteína plasmática en sujetos japoneses. *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition* 2007; 16(3):411-421
16. Vanderbilt University School of Medicine, EEUU-Houston Mc, et al. Zumos concentrados en polvo y presión arterial sistémica, progresiva calcificación de la arteria coronaria y estado antioxidante en personas hipertensas: un estudio piloto. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine* 2007; 4(4); 455-462
17. University of Graz, Austria (1)- Lamprecht M. et al. Diferentes indicadores de estrés oxidativo, inmunidad y enfermedad mejoran en una muestra de varones entrenados que consumieron zumos concentrados por 28 semanas. *Journal of Nutrition* 2007; 137(12): 2737-2741
18. Mississippi University, EEUU-Odom et al. Los fitonutrientes pueden disminuir las complicaciones obstétricas: Estudio retrospectivo. *Journal of the American Nutraceutical Association*, Vol. 9, No.1, 2006
19. Università degli studi di Milano, Italia (1)- Bamonti et al. Las concentraciones elevadas de malondialdehído en sujetos fumadores se normalizan con una mezcla de zumos concentrados de fruta y verdura: estudio piloto. *Clinical Chemistry and Laboratory Medicine* 2006; 44(4):391-395
20. University of Florida, EEUU-Nantz MP, et al. Inmunidad y capacidad antioxidante aumentan en los seres humanos gracias al consumo de zumos concentrados deshidratados de fruta y verdura en cápsulas. *The Journal of Nutrition* 2006; 136:2606-2610
21. University of Carolina Greensboro, EEUU-Bloomer et al. Respuesta del estrés oxidativo al ejercicio aeróbico: comparación entre suplementos antioxidantes. *Medicine and Science in Sports & Exercise* 2006;38(6):1098-1105
22. Medical University Vienna, Austria- Kiefer et al. La suplementación con una mezcla de zumos concentrados de fruta y verdura aumentó el nivel de antioxidantes e de folatos en adultos sanos. *Journal of the American College of Nutrition* 2004; 23(3): 205-211
23. Sezione di Nutrizione Umana, Dipartimento Salute Asl Foggia, Italia-Panunzio et al. La suplementación con concentrados de fruta y verdura durante 4 semanas disminuyó significativamente los niveles de homocisteína en el plasma en un estudio dietético controlado. *Nutrition Research* 2003; 23(9): 1221-1228
24. University of Maryland School of Medicine, EEUU-Plotnick et al. Efectos de la suplementación con fitonutrientes en la vasoactividad de la arteria braquial tras una comida de elevado contenido graso. *Journal of the American College of Cardiology* 2003; 41(10):1744-1749
25. University of Sydney, Australia- Samman et al. Una mezcla concentrada de fruta y verdura aumenta antioxidantes, vitaminas, folatos y reduce homocisteína en seres humanos. *The Journal of Nutrition* 2003; 133(7): 2188-2193
26. King’s College, Londres, Reino Unido- Leeds et al. Disponibilidad de micronutrientes de los preparados de fruta y verdura deshidratada en cápsulas: estudio en voluntarios sanos. *Journal of Human Nutrition and Dietetics* 2000;13:21-27
27. Brigham Young University, Utah, EEUU- Smith et al. La suplementación con extractos de fruta y verdura puede reducir el daño al ADN de los linfocitos periféricos en las personas mayores. *Nutrition Research* 1999;19(10):1507-1518
28. Arizona University, Tucson, EEUU-Inserra et al. Las funciones inmunitarias, en sujetos mayores fumadores y no fumadores, mejoraron durante la suplementación con extractos de fruta y verdura. *Integrative Medicine* 1999;2(1):3-10
29. University of Texas, EEUU- Wise JA et al. Variaciones en los niveles plasmáticos de carotenoides, de alfa- tocoferol y de peróxidos lipídicos como respuesta a la suplementación con extractos de fruta y verdura: estudio piloto. *Current Therapeutic Research* 1996; 57(6):445-461
30. University of Toronto, Canadá- Esfahani A, et al. Efectos sobre la salud de concentrados de fruta y verdura: Reseña sistemática de los estudios clínicos. *Journal of American College of Nutrition* 2011; 30(5): 285-294