

Lithium Orotate (LiCO)

Essential trace element crosses the blood brain barrier and enters cells. It is a natural trace mineral.

By influencing neurotransmitter balance and promoting neuroplasticity.

Promotes balance and a joyful, calm mood

Supports mental wellbeing

Promotes resilient and healthy stress response

Optimal cognitive function

Tranquility

Removes irritability and frustration

Removes brain fog

Reduces memory lapses

Reduces “senior moments” that start in the mid 40’s

Reduces mania and hypomania
Reduces neurotoxicity

Reduces suicidal ideation

Reduces depression

Reduces behavioral issues

Reduces impulse aggressive behaviors associated with
ADHD/ASD.

Reduces Parkinson's symptoms

Improves gradual, age-related cognitive decline

Improves short term memory loss

Is a cognitive supplement that makes a sharp mind
through focus, concentration and mental clarity

Promotes brain cell regeneration.

Protects the brain from toxicity.

Increases grey matter in the brain.

Grey matter is where we process sensation, perception, voluntary movement, learning, speech and cognition takes place. It conducts, processes and sends information to the other various parts of the body.

It controls glutamate and reduces aggression.

Increases choline and phosphatidylcholine levels which are studied for brain benefits and used to improve cognitive performance.

Reduces neuroinflammation by reducing arachidonic acid (inflammatory lipid) production in the brain.

Shields neurons from biological stress and toxins

Improves symptoms of bipolar and schizophrenia

Acts on the central nervous system

Helps with control of emotion, impulsivity

Helps to cope with problems better.

Improved blood sugar metabolism.

Regulates brain neurotransmitters.

Benefits the brain and the body.

May increase telomeres.

Regulates neurotransmitters; dopamine, noradrenaline and serotonin.

Resilience against aging and age-related disorders

Other benefits are; cardiovascular, musculoskeletal, metabolic, cognitive function, anti-inflammatory, antioxidant, obesity, sarcopenia, osteoporosis, oxidative stress, “inflammAGING”.

Cardiovascular Health; promotes physiological hypertrophy, reduces plaque formation and increases vascular relaxation.

Metabolism; increases thermogenesis in muscle and adipose tissue as well as increases glucose regulation.

Musculoskeletal Health; promotes muscle growth and strength. Assists with fatigue resistance.

Cognitive health; amyloid B and neurofibrillary tangle formation, anxiolytic and neuroprotective BDNF. LiC) also promotes memory retention.

Bone health: promotes bone formation, reduces bone resorption and helps with fracture healing.

Immune and antioxidant function; reduces pro-inflammatory mediators, reduces SASP in astrocytes and exerts **resilience** against **RONS by increasing** the production of anti-oxidant systems, such as chaperone proteins, heme oxygenase-1 (HO-1), glutathione, and the activity of glutathione transferase.

Circadian rhythm; inhibits GSK3B and PER2 which act on many different pathways in the body including circadian rhythm and neuronal plasticity. PER2 is the core circadian rhythm gene. GSK3B is the circadian rhythm. MTR and MTRR affect B12 in the methylation cycle. COMT is for the metabolism of neurotransmitters which are affected by lithium and B12.

BDNF (Brain Derived Neurotrophic Factor) levels increase with LiCO which are important for mood, memory and learning. BDNF helps the brain to form new connections.

In a 2021 study investigating the safety of LiCO showed no genotoxic effects. No adverse side effects. No damage to the DNA. No organ damage even at the highest dose of 400mg per kilogram per day.

Human dosing is between 5mg and 20mg a day of LiCO.

A difference may be noticed in the first week. Results are always seen in the first 30 days of daily dosing of LiCO.

3 months of daily intake helps for lasting improvement. Month #1 there will be less forgetfulness and better focus. Month #2 the short-term memory is sharper with a faster recall. Month #3 there is peak cognitive potential with better retention, greater concentration and alertness.

ESPAÑOL

Orotato de litio (LiCO)

Oligoelemento esencial que atraviesa la barrera hematoencefálica y entra en las células. Es un oligoelemento natural.

Influye en el equilibrio de los neurotransmisores y promueve la neuroplasticidad.

Promueve el equilibrio y un estado de ánimo alegre y tranquilo

Apoya el bienestar mental

Promueve una respuesta al estrés saludable y resiliente

Función cognitiva óptima

Tranquilidad

Elimina la irritabilidad y la frustración

Elimina la confusión mental

Reduce los lapsus de memoria

Reduce los “momentos de senilidad” que comienzan a mediados de los 40

Reduce la manía y la hipomanía

Reduce la neurotoxicidad

Reduce la ideación suicida

Reduce la depresión

Reduce los problemas de conducta

Reduce las conductas agresivas impulsivas asociadas con el TDAH/TEA.

Reduce los síntomas del Parkinson

Mejora el deterioro cognitivo gradual relacionado con la edad

Mejora la pérdida de memoria a corto plazo

Es un suplemento cognitivo que agudiza la mente mediante el enfoque, la concentración y la claridad mental

Promueve la regeneración de las células cerebrales.

Protege el cerebro de la toxicidad.

Aumenta la materia gris en el cerebro.

La materia gris es donde procesamos la sensación, la percepción, el movimiento voluntario, el aprendizaje, el habla y la cognición. Conduce, procesa y envía información a las demás partes del cuerpo.

Controla el glutamato y reduce la agresión.

Aumenta los niveles de colina y fosfatidilcolina, que se han estudiado por sus beneficios para el cerebro y se utilizan para mejorar el rendimiento cognitivo.

Reduce la neuroinflamación al reducir la producción de ácido araquidónico (lípidos inflamatorios) en el cerebro.

Protege las neuronas del estrés biológico y las toxinas

Mejora los síntomas del trastorno bipolar y la esquizofrenia

Actúa sobre el sistema nervioso central

Ayuda al control de las emociones, la impulsividad

Ayuda a afrontar mejor los problemas.

Mejora el metabolismo del azúcar en sangre.

Regula los neurotransmisores cerebrales.

Beneficia al cerebro y al cuerpo.

Puede aumentar los telómeros.

Regula los neurotransmisores; dopamina, noradrenalina y serotonina.

Resiliencia frente al envejecimiento y los trastornos relacionados con la edad

Otros beneficios son; cardiovascular, musculoesquelético, metabólico, función cognitiva, antiinflamatorio, antioxidante, obesidad, sarcopenia, osteoporosis, estrés oxidativo, “inflammAGING”.

Salud cardiovascular; promueve la hipertrofia fisiológica, reduce la formación de placa y aumenta la relajación vascular.

Metabolismo; aumenta la termogénesis en el tejido muscular y adiposo, así como aumenta la regulación de la glucosa.

Salud musculoesquelética; Promueve el crecimiento y la fuerza muscular. Ayuda a la resistencia a la fatiga.

Salud cognitiva; formación de amiloide B y ovillos neurofibrilares, BDNF ansiolítico y neuroprotector. LiC) también promueve la retención de la memoria.

Salud ósea: promueve la formación ósea, reduce la resorción ósea y ayuda a la curación de fracturas.

Función inmunitaria y antioxidante; reduce los mediadores proinflamatorios, reduce la SASP en los astrocitos y ejerce resiliencia contra las RONS al aumentar la producción de sistemas antioxidantes, como las proteínas chaperonas, la hemo oxigenasa-1 (HO-1), el glutatión y la actividad de la glutatión transferasa.

Ritmo circadiano; inhibe GSK3B y PER2, que actúan sobre muchas vías diferentes en el cuerpo, incluido el ritmo circadiano y la plasticidad neuronal. PER2 es el gen central del ritmo circadiano. GSK3B es el ritmo circadiano. MTR y MTRR afectan a la B12 en el ciclo de metilación. La COMT es para el metabolismo de los neurotransmisores que se ven afectados por el litio y la vitamina B12.

Los niveles de BDNF (factor neurotrópico derivado del cerebro) aumentan con LiCO, que es importante para el estado de ánimo, la memoria y el aprendizaje. El BDNF ayuda al cerebro a formar nuevas conexiones.

En un estudio de 2021 que investigó la seguridad de LiCO, no se mostraron efectos genotóxicos. No hubo efectos secundarios adversos. No hubo daños al ADN. No hubo daños en los órganos incluso con la dosis más alta de 400 mg por kilogramo por día.

La dosis humana es de entre 5 mg y 20 mg al día de LiCO.

Se puede notar una diferencia en la primera semana. Los resultados siempre se ven en los primeros 30 días de dosificación diaria de LiCO.

3 meses de ingesta diaria ayudan a una mejora duradera. En el mes n.º 1 habrá menos olvidos y mejor concentración. En el mes n.º 2, la memoria a corto plazo es más nítida y se recuerda más rápido. En el mes n.º 3, hay un potencial cognitivo máximo con mejor retención, mayor concentración y alerta.

