



Granos de CACAO ORGANICO de Amazonia Ecuatoriana

Secados Artesanalmente

El cacao de la Amazonía ecuatoriana, cultivado de manera ancestral y sin injertos, es conocido por su alta calidad y riqueza en compuestos bioactivos. Los granos de cacao sin fermentar y secados artesanalmente conservan una alta concentración de nutrientes esenciales y compuestos bioactivos. A continuación, se detallan los valores nutricionales aproximados por cada 100 gramos:

Composición Nutricional por 100 g de Cacao Orgánico en Grano

- **Energía:** aproximadamente 450–605 kcal
- **Grasas totales:** 31–52 g
 - Grasas saturadas: 19–29 g
- **Proteínas:** 12–18 g
- **Carbohidratos totales:** 4.6–34 g
 - Azúcares: 0–1%
- **Fibra dietética:** 13–35 g
- **Agua:** 3.6–5%
- **Cenizas (minerales):** 5–6%

Micronutrientes y Compuestos Bioactivos

- **Magnesio:** 240–600 mg
- **Potasio:** 1,099–2,000 mg
- **Fósforo:** 380–1,000 mg
- **Hierro:** 3.6–15 mg
- **Zinc:** 3–10 mg
- **Cobre:** 1–6 mg
- **Calcio:** 106–180 mg
- **Manganeso:** 3–5 mg
- **Selenio:** 15–20 µg

Compuestos Funcionales y Beneficios

El cacao crudo contiene más de 300 compuestos bioactivos, entre ellos:



Amazon Eco

Granos de CACAO ORGANICO de Amazonia Ecuatoriana
Secados Artesanalmente



- **Teobromina:** 1.2%
- **Cafeína:** 0.2%
- **Polifenoles y flavonoides:** potentes antioxidantes
- **Anandamida:** conocida como la “molécula de la felicidad”
- **Feniletilamina (PEA):** asociada al bienestar y la concentración
- **Triptófano y serotonina:** relacionados con la mejora del estado de ánimo

Consideraciones sobre el Cacao Amazónico Ecuatoriano

El secado artesanal del cacao, especialmente cuando se realiza a la sombra o evitando la exposición directa al sol intenso, es crucial para preservar los compuestos bioactivos y las propiedades organolépticas del grano. Este método ayuda a mantener los niveles de polifenoles y flavonoides, compuestos responsables de las propiedades antioxidantes del cacao. Además, un secado adecuado previene la formación de sabores indeseables y asegura una fermentación homogénea.

BENEFICIOS PARA SALUD DE CACAO ORGANICO AMAZONICO

Secado artesanalmente

Importancia de Magnesio

La deficiencia de magnesio es tan común que debería considerarse una crisis de salud pública.

Un estudio francés con la participación de 2.373 personas demostró que el 71,7% de los hombres y el 82,5% de las mujeres tenían una ingesta insuficiente de magnesio. Se detectó deficiencia de este mineral en el 84% de las mujeres posmenopáusicas con osteoporosis. La literatura científica y médica muestra claramente que suplementar y mantener niveles adecuados de magnesio puede tener un impacto profundo en muchas condiciones clínicas comunes que los médicos observan y tratan rutinariamente.

En resumen: si comienzas a suplementar magnesio, los médicos se quedarán sin trabajo.

Dosis de magnesio

Los adultos deben proporcionar al organismo entre **290 mg y 450 mg diarios** de este mineral. Las personas adolescentes, en etapa de crecimiento, así como las mujeres embarazadas y en período de lactancia, tienen necesidades mayores. Este grupo debería consumir entre **400 mg y 700 mg diarios** de magnesio elemental.

A veces, personas con síntomas de deficiencia de magnesio, se observa los siguientes signos:

- Calambres y temblores musculares involuntarios
- Migrañas



Amazon Eco

Granos de CACAO ORGANICO de Amazonia Ecuatoriana
Secados Artesanalmente



- Arritmias
- Latidos cardíacos irregulares
- Irritabilidad, agresividad
- Zumbidos o pitidos en los oídos
- Dolores diversos
- Hipersensibilidad al tacto, depresión
- Hipertensión arterial

¿Quieres aportar una cantidad óptima de magnesio de 400–600 mg?

Toma **3 veces al día 100 gr Cacao fresco licuado con agua, sin azúcar, sin ningún ingrediente mas.** (100 gramos es porción diaria, que toca dividir a 3 partes para todo del día)

100 gramos de Cacao contienen hasta **600 mg de magnesio**, es decir, cada porción de 33,3 gr contiene hasta **200 mg**.

Importancia de Potasio

Este mineral regula muchos procesos biológicos en tu organismo: desde la **presión arterial**, pasando por la **función muscular** y el **ritmo cardíaco**, hasta influir en la **insulina** y el **metabolismo de los carbohidratos**.

Hasta ahora, los estudios científicos han demostrado que la deficiencia de potasio en la dieta provoca un aumento de la presión arterial, sensibilidad al sodio y, como consecuencia, incrementa el riesgo de enfermedades cardíacas e incluso puede contribuir a una vida más corta.

Déficit de potasio = apetito voraz

Ese apetito insaciable por lo dulce. ¿Por qué ocurre? Porque el potasio ayuda a almacenar la glucosa. El glucógeno en el hígado necesita este mineral. Si no hay suficiente, tu cuerpo no percibe las reservas de glucosa y envía señales para que se ingiera a través de alimentos dulces. Un nivel alto de insulina está relacionado con la hiperinsulinemia, la diabetes tipo II, la obesidad, la resistencia a la insulina y también con el nivel de potasio. Esta es una información muy importante para las personas que usan insulina como tratamiento. Si tienes un nivel adecuado de potasio, la necesidad de insulina disminuye. Por eso es tan importante corregir adecuadamente estas deficiencias en pacientes diabéticos y prevenir su aparición mediante una suplementación adecuada.

Dosificación de potasio:

Una cápsula del suplemento debería contener 1000 mg de citrato de potasio, de los cuales 360 mg sean potasio puro. En casos de deficiencia, a menudo se deben tomar incluso 6 cápsulas o más. Sin embargo, es importante recordar que si existen otras enfermedades o dudas, la dosis debe consultarse con un médico.

El nivel de potasio en suero debe alcanzar mínimo **4,5 mmol/l**, la necesidad diaria de potasio es de **4700 mg**.



Toma **3 veces al día 100 gr Cacao fresco licuado con agua, sin azúcar, sin ningún ingrediente mas. (100 gramos es porción diaria, que toca dividir a 3 partes para todo del día)**

100 gramos de Cacao contienen hasta **2000 mg de magnesio**, es decir, cada porción de 33,3 gr contiene hasta **667 mg**.

El cacao amazónico orgánico, no híbrido, secado de forma tradicional, es un **superalimento ancestral** con un perfil nutricional excepcional. Cuando se respeta su origen y procesamiento natural, es **uno de los alimentos más ricos en antioxidantes** del planeta, con amplios beneficios para la **salud cardiovascular, cerebral, metabólica e inmunológica**.

Resumen

1. Alto contenido en polifenoles y flavonoides

- Antioxidantes naturales que **protegen las células del estrés oxidativo**.
 - Mejoran la función endotelial y reducen el riesgo cardiovascular.
 - Tienen efecto **antiinflamatorio y neuroprotector**.
-

2. Mejora de la salud cardiovascular

- Rico en **teobromina** y flavanoles que **mejoran la circulación sanguínea**, reducen la presión arterial y **aumentan la elasticidad de los vasos**.
 - Aumenta el colesterol HDL ("bueno") y reduce el LDL oxidado.
-

3. Estimula el sistema nervioso y el estado de ánimo

- Contiene **feniletilamina (PEA)**, serotonina y anandamida, sustancias que elevan el ánimo y la sensación de bienestar.
 - Favorece la producción de **dopamina**, mejorando concentración y motivación.
 - **Teobromina** y pequeñas cantidades de cafeína estimulan suavemente el sistema nervioso central.
-

4. Fuente natural de minerales esenciales

- Alto contenido en **magnesio** (importante para músculos, sistema nervioso y metabolismo energético).
- Aporta **hierro, zinc, cobre, potasio y manganeso**.
- El cacao amazónico no injertado (ancestral) presenta un **perfil mineral más equilibrado y biodisponible**.



Amazon Eco

Granos de CACAO ORGANICO de Amazonia Ecuatoriana
Secados Artesanalmente



5. Salud digestiva y metabólica

- Contiene **fibra prebiótica** que alimenta la microbiota intestinal.
- Algunos estudios sugieren que puede **mejorar la sensibilidad a la insulina** y el metabolismo de la glucosa.

6. Propiedades antiinflamatorias e inmunomoduladoras

- Los compuestos del cacao ayudan a **regular la respuesta inmune**, reducir inflamación crónica y fortalecer defensas.

7. Bajo contenido en metales pesados (si es orgánico y bien procesado)

- El secado artesanal cuidadoso, en sombra o con control de temperatura, **evita la degradación de nutrientes y la formación de compuestos indeseables** como acrilamidas.