




## Una combinación natural de extractos de salvia que mejora la capacidad cognitiva

La salud cognitiva es una preocupación creciente entre diferentes grupos de población. El 40% de consumidores entre 26 y 35 años muestran interés en ingredientes que les ayuden a concentrarse, aumenten su agilidad mental y les alivien del stress, mientras que el 20% de los estudiantes usan productos nootrópicos, estimulante de la actividad cerebral y memoria y el 94% de las personas mayores de 50 años desean mejorar su agilidad y agudeza mental.

Entre las diferentes sustancias de acción nootrópica destaca la salvia, que ha demostrado clínicamente que sus ingredientes activos, sobre todo el grupo de polifenoles y el aceite esencial, mejoran el rendimiento y la memoria a corto plazo, así como el estado de alerta y memoria secundaria a largo plazo.

Si bien los estudios se han llevado a cabo con diferentes especies de Salvia, hasta ahora no se había realizado ningún estudio clínico con la combinación de especies diferentes.

### COGNIVIA™: COMBINACIÓN DE SALVIA DE JARDÍN Y SALVIA ESPAÑOLA

Cognivia™ es un ingrediente desarrollado con una tecnología especial que combina un extracto acuoso de salvia de jardín (*Salvia officinalis*) junto con aceite esencial de salvia española (*Salvia lavandulifolia*). Para poder realizar esta mezcla, el aceite de salvia española sigue un proceso de microencapsulación



en goma de acacia que lo protege de la oxidación y el proceso de secado, así como que mejora la dispersabilidad en agua.

Tanto las dos especies de salvia como la goma de acacia son de origen orgánico, por lo que Cognivia™ es un ingrediente 100% BIO.

La combinación específica de las especies de salvia permite que, a la dosis máxima recomendada de 600 mg, se aporten 400 mg del extracto de *Salvia officinalis* y 50 µl de aceite de esencial de *Salvia lavandulifolia* en una matriz de goma de acacia.

Esta combinación única de dos especies de salvia se ha desarrollado expresamente para las personas que quieran mejorar su memoria y concentración.

Para ello, Nexira realizó inicialmente un test *in vivo* en animales de experimentación con Cognivia™, para valorar la memoria espacial y el tiempo de respuesta con resultados positivos tanto en la memoria aguda (a corto plazo), como a largo plazo después de 14 días de tratamiento.

A partir de los resultados de este estudio, Nexira junto con la universidad de Northumbria (UK) realizó un estudio clínico en voluntarios sanos que consumieron Cognivia™.

INFORMACIÓN DE USO EXCLUSIVAMENTE PARA EL PROFESIONAL Ver.: 1-22022021

**MUY IMPORTANTE:** Para utilizar la marca comercial y / o el logotipo del ingrediente, **es obligatorio firmar un acuerdo de co-branding**, así como enviar el diseño del envase y el material de marketing para ser aprobado por el propietario de la marca. El uso indebido o no autorizado de la marca o el incumplimiento del contrato llevará a cabo las acciones legales correspondientes.

### ESTUDIO CLÍNICO SOBRE EL RENDIMIENTO Y LA AGUDEZA MENTAL

En el 2019 se llevó a cabo un ensayo clínico controlado aleatorio a doble ciego respecto a placebo con 94 participantes, para evaluar la eficacia del tratamiento con Cognivia™ sobre la memoria aguda y a largo plazo.

Los participantes con una edad comprendida entre los 30 y 60 años, consumieron cada día una dosis única de 600 mg de Cognivia™ o placebo durante un periodo de 29 días.

La eficacia del tratamiento se valoró mediante una batería de test conocida como Sistema Computerizado para Valorar el Rendimiento Mental o

COMPASS (*Computerised Mental Performance Assessment System*). Se trata de un procedimiento estandarizado de tareas informatizadas que evalúa las funciones cognitivas: vigilancia, función ejecutiva, memoria de trabajo, memoria espacial, memoria secundaria, atención, etc.

La valoración del tratamiento con Cognivia™ sobre la función cognitiva a largo plazo se realizó en los días 1 y 29, mientras que la valoración a corto plazo, efecto agudo, se realizó también en los días 1 y 29, pero a los 120 y 240 minutos de haber consumido el tratamiento correspondiente.

La figura 1 muestra el esquema de tratamiento y de valoración cognitiva mediante el COMPASS:

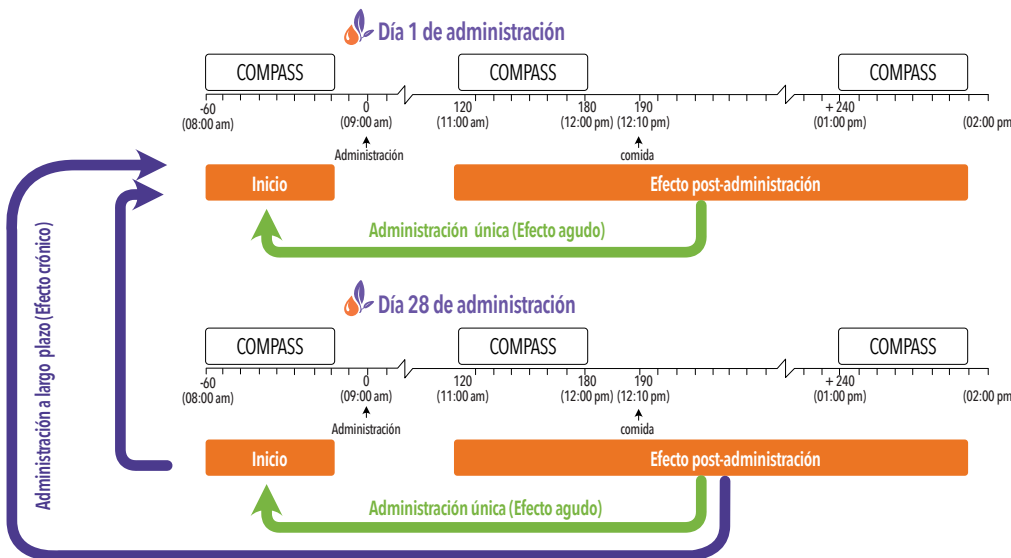


Figura 1. Diagrama general de la prueba general. Se incluyen las sesiones de la batería de test del COMPASS, así como los controles del efecto agudo tras la toma del tratamiento en los días 1 y 28 del estudio.

La siguiente tabla resume los resultados más significativos de las diferentes tareas de la batería de test del COMPASS a nivel de eficacia del tratamiento con Cognivia™ a nivel agudo y crónico:

Tarea	Procedimiento	Efecto agudo		Efecto crónico
		Día 1 (120 y 240 minutos)	Día 29 (120 y 240 minutos)	Día 28
Bloques de Corsi	Secuencia de memorización de color	Precisión elevada con Cognivia™ (p=0.04)	Precisión elevada con Cognivia™ (p=0.02)	Precisión elevada con Cognivia™ (p=0.02)
Memoria de trabajo numérico	Serie de memorización numérica		Precisión elevada con Cognivia™ (p=0.03)	Precisión elevada con Cognivia™ (p=0.01)
Reconocimiento facial	Memorización facial			Precisión elevada con Cognivia™ (p=0.03)

INFORMACIÓN DE USO EXCLUSIVAMENTE PARA EL PROFESIONAL Ver.: 1-22022021

**MUY IMPORTANTE:** Para utilizar la marca comercial y / o el logotipo del ingrediente, **es obligatorio firmar un acuerdo de co-branding**, así como enviar el diseño del envase y el material de marketing para ser aprobado por el propietario de la marca. El uso indebido o no autorizado de la marca o el incumplimiento del contrato llevará a cabo las acciones legales correspondientes.

En la tarea de los bloques de Corsi, los participantes que consumieron Cognivia™ mejoraron de forma significativa los resultados de la secuencia de memorización tanto en la memoria a corto como a largo plazo respecto al grupo placebo (figura 2).

Mientras que los participantes del grupo placebo no mejoraron los resultados de los bloques de Corsi después de 28 días, ni los resultados de la prueba de repetición, los participantes del grupo Cognivia™ presentaron un resultado positivo en el test de efecto agudo a los 120 minutos que se mantuvo en la segunda repetición a los 240 minutos de la ingesta de los 600 mg de Cognivia™.

A parte de los resultados individuales de cada test, algunas de las tareas pueden agruparse en un dominio cognitivo superior, como el caso de la *memoria de trabajo*, que combina la memoria de trabajo numérico y la demanda de atención cognitiva que valora la agudeza mental, las funciones de ejecución y de atención sobre una tarea.

En este sentido los resultados del dominio *memoria de trabajo* fueron similares a los indicados para el test de los bloques de Corsi (Figura 3).

Mientras que no hubo resultados en el grupo placebo, ni a corto ni a largo plazo, el grupo que consumió Cognivia™ presentó resultados positivos, tanto en el tratamiento crónico como a nivel de efecto agudo, en las funciones de atención y ejecución cognitiva y agudeza mental.

### CONCLUSIONES

Tomados los resultados en conjunto, el estudio clínico evidenció que Cognivia™ presentó un efecto rápido sobre la concentración y la memoria a corto plazo, normalmente de 1 a 6 horas después de su ingesta y también demostró mejorar la memoria y el aprendizaje a largo plazo.

Los resultados demuestran beneficios claros y aditivos de Cognivia™ para el desempeño de tareas individuales, así como una mejoría en los dominios cognitivos de precisión y rendimiento de la memoria de trabajo.

El estudio evidenció que los beneficios de Cognivia™ se centran en la precisión del rendimiento, como las tareas en las que la memoria de trabajo es clave, por lo que cuando se analizaron los dominios cognitivos globales, la precisión de la memoria de trabajo fue la que arrojó el mejor

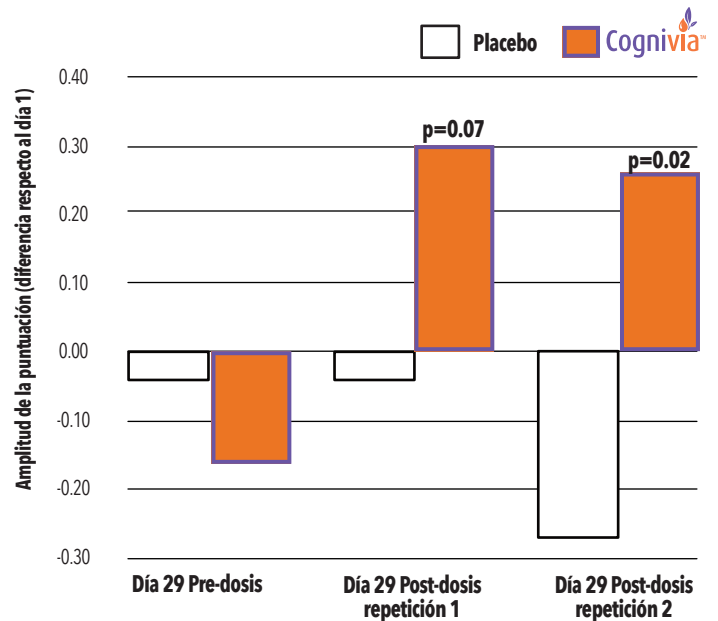


Figura 2. Puntuación en la tarea de los bloques de Corsi en los grupos placebo y Cognivia™ en el día 29 comparando los resultados del primer día y en la valoración de efecto agudo con repetición a los 120 y 240 minutos.

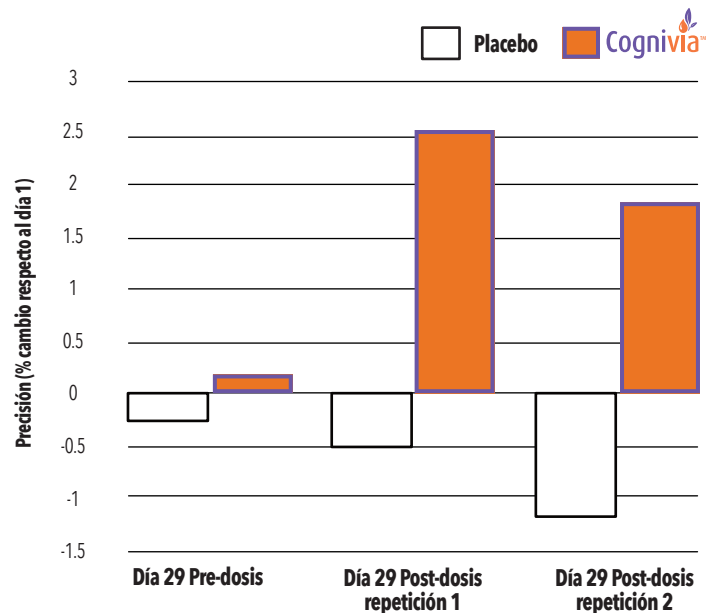


Figura 3. Puntuación en el dominio memoria de trabajo en los grupos placebo y Cognivia™ en el día 29 comparando los resultados del primer día y en la valoración de efecto agudo con repetición a los 120 y 240 minutos.

resultado significativo en el estudio de tratamiento agudo el día 1 que además se mantuvo de forma crónica hasta el día 29.

Los efectos más convincentes de la salvia se observaron el día 29. La existencia de efectos crónicos valorados en los test del COMPASS sugiere que estos efectos son el resultado de un efecto acumulativo de la salvia consumida durante 29 días.

### POSOLOGÍA

Dado que Cognivia™ es un ingrediente muy soluble en agua, con unas características organolépticas agradables, se recomienda su empleo en fórmulas líquidas de forma que la dosis diaria recomendada de 400 a 600 mg de Cognivia™ pueda ser consumida en dosis única o repartida en 2-3 tomas.

### ALEGACIONES DE SALUD PENDIENTES DE APROBACIÓN POR LA EFSA

La *Salvia lavandulifolia* tiene pendientes las siguientes alegaciones de salud:

- «Ayuda al mantenimiento y bienestar mental óptimo, manteniendo la concentración, la atención y la memoria.»
- «Ayuda al mantenimiento de la memoria con la edad y a preservar las funciones cognitivas.»

### BIBLIOGRAFÍA

N.T.J. TILDESLEY *et al.* *Salvia lavandulaefolia* (Spanish Sage) enhances memory in healthy young volunteers. *Pharm., Biochem. and Behav.* 2003: 75 669-674.

D.O. KENNEDY *et al.* Monoterpenoid extract of sage (*Salvia lavandulaefolia*) with cholinesterase inhibiting properties improves cognitive performance and mood in healthy adults. *J. Psychopharm.* 2011: 25(08) 1088-1100.

Emma L. Wightman, Philippa A. Jackson, Bethany Spittlehouse, Thomas Heffernan, Damien Guillemet and David O. Kennedy. The Acute and Chronic Cognitive Effects of a sage extract: a randomized, placebo controlled study in healthy humans. *Nutrients* 2021, 13, 218. <https://doi.org/10.3390/nu13010218>