

Kofein

Kofein v Unimate je odlišný od kofeinu v kávě kvůli jeho zdroji, kombinaci s dalšími látkami a způsobu působení na organismus. Zde jsou hlavní rozdíly:

1) Zdroj kofeinu

- Kofein v Unimate pochází z listů Yerba Maté (*Ilex paraguariensis*), což je rostlina s odlišným profilem alkaloidů a antioxidantů než kávová zrna.
- Kofein v kávě pochází z kávových zrn a působí jinak, protože v nich chybí některé doprovodné látky obsažené v maté.

2) Pomalé a stabilnější uvolňování

- Yerba Maté obsahuje kofein, theobromin a další xantiny, které způsobují pomalejší a stabilnější nástup energie oproti kávě.
- Kofein v kávě se vstřebává rychleji a může vést k prudkému nárůstu energie následovanému poklesem („crash“).

3) Doprovodné bioaktivní látky

- Unimate obsahuje vysokou koncentraci polyfenolů, theobrominu a saponinů, které podporují lepší soustředění, duševní výkon a pozitivní náladu.
- Theobromin (také v kakau) má mírně stimulační účinek a působí uvolněněji než samotný kofein, což snižuje nervozitu a „jittery effect“ (třes a úzkost z kofeinu).
- Káva obsahuje méně polyfenolů než maté, a navíc některé kyseliny (např. chlorogenová), které mohou dráždit žaludek a způsobovat překyselení.

4) Délka účinku

- Unimate poskytuje déletrvající energii, protože theobromin zpomaluje metabolizaci kofeinu.
- Káva má kratší účinek a může vést k prudkým výkyvům energie.

5) Méně negativních dopadů na nervový systém

- Unimate má nižší riziko vyčerpání nadledvin, protože jeho účinek je jemnější a postupnější.

- Káva může nadměrně stimulovat kortizol a stresové hormony, což při pravidelném nadměrném pití vede k únavě a závislosti.

Shrnutí: Proč je kofein v Unimate lepší než v kávě?

- ✓ Působí pomaleji a stabilněji → žádné prudké výkyvy energie.
- ✓ Obsahuje theobromin a polyfenoly, které podporují dobrou náladu a soustředění.
- ✓ Má delší účinek bez „kofeinového crashe“.
- ✓ Je šetrnější k nervovému systému a trávení.

To znamená, že Unimate dodává energii přirozenějším a udržitelnějším způsobem než běžná káva.

Aspekt	UniMate	Káva
Zdroj kofeinu	Kofein pochází z listů Yerba Maté, které mají odlišný profil alkaloidů a antioxidantů.	Kofein pochází z kávových zrn, chybí některé doprovodné látky z maté.
Uvolňování kofeinu	Obsahuje kofein, theobromin a další xantiny, které způsobují pomalejší a stabilnější nástup energie.	Vstřebává se rychleji, což může vést k prudkému nárůstu a poklesu energie.
Aktivní látky	Vysoká koncentrace polyfenolů, theobrominu a saponinů, které podporují soustředění a pozitivní náladu.	Obsahuje méně polyfenolů, má kyseliny, které mohou dráždit žaludek.
Délka účinku	Poskytuje déletrvající energii díky theobrominu, který zpomaluje metabolizaci kofeinu.	Krátkodobý účinek, může vést k výkyvům energie.
Dopady na nervový systém	Nižší riziko vyčerpání nadledvin, má jemnější a postupnější účinek.	Může nadměrně stimulovat kortizol a stresové hormony, vede k únavě a závislosti.