

Le vacanze sono finite o quasi! Qualcuno avrà fatto una scelta salutare: vita all'aria aperta, sole, attività fisica; qualcun altro se ne sarà stato pigramente sotto l'ombrellone; altri avranno alternato i due atteggiamenti. C'è qualcosa, però, che accomuna tutti: lo stress ossidativo.

Avrete sentito parlare di "radicali liberi". Senza addentrarsi in discorsi specialistici, si può affermare che nelle nostre cellule sono presenti degli organelli, i mitocondri, che ricavano l'energia necessaria al funzionamento del corpo a partire dal cibo. In questo processo, una parte importante è costituita dall'ossidazione cioè dal consumo di ossigeno che comporta la formazione dei radicali liberi, molecole di ossigeno altamente reattive capaci di danneggiare le strutture delle cellule. È un processo naturale inevitabile, il problema nasce quando i

radicali liberi sono in eccesso rispetto ai sistemi antiossidanti dell'organismo: in questo caso si parla di stress ossidativo per cui le cellule non riescono a difendersi.

Ormai si dà per acquisito che patologie neurodegenerative come il morbo di Parkinson, Alzheimer e Sclerosi Laterale Amiotrofica sono associate alla presenza di danni da "stress ossidativo" che è in grado di danneggiare anche il DNA. Anche alcune patologie a carico del sistema cardiovascolare come l'aterosclerosi sono dovute all'ossidazione delle proteine LDL presenti a livello sanguigno. Non basta: lo stress ossidativo è considerato la causa dell'invecchiamento della pelle e di inestetismi come rughe, segni d'espressione, macchie, borse sotto gli occhi. Si può affermare che la pelle più che invecchiare si ossida.

Cosa alimenta l'eccesso di radicali liberi? Inquinamento, fumo di sigaretta, prolunga-

ta esposizione ai raggi UV, intensa attività fisica, alimentazione ricca di grassi saturi e zuccheri, oltre a condizioni di infiammazione cronica.

Come prevenire e contrastare questo fenomeno? Reggendo situazioni e stili di vita scorretti, e adottando un'alimentazione che ci permetta di assumere quantità adeguate di antiossidanti. Tra i più importanti ci sono la vitamina C, contenuta in frutta e verdura, la vitamina E, contenuta negli oli vegetali, gli antiossidanti polifenolici come il resveratrolo, che troviamo nei frutti e nel vino e infine il licopene contenuto nella verdura. Però, la concentrazione di queste molecole negli alimenti varia notevolmente a seconda del tipo di cottura e conservazione: in cibi conservati per lungo tempo o cotti per lunghi periodi la quantità



CONTRO LO STRESS OSSIDATIVO AIUTIAMOCI CON UN CONCENTRATO DI ANTIOSSIDANTI

di vitamina C e di licopene diminuisce notevolmente. Quando non riusciamo ad assumere la giusta quantità di antiossidanti con l'alimentazione, ci viene in aiuto l'integratore Q10 SELEN VIT, un vero concentrato dei più importanti antiossidanti.

Se, nonostante i buoni propositi, abbiamo acquistato peso, ci viene in soccorso il trattamento chetogenico LIPOSUZIONE ALIMENTARE con AMIN 21 K, un metodo efficace e sicuro che deve essere seguito sotto il controllo di un medico o un biologo nutrizionista. Il trattamento chetogenico non è una dieta perché deve essere seguito massimo per tre settimane. Altro equivoco che è importante chiarire: è un trattamento normoproteico in quanto le proteine assunte corrispondono a quelle che dovrebbero essere introdotte in relazione al peso in un'alimentazione equilibrata. Il protocol-



Marlo Marchetti
Giornalista
Professore Ph D
marchetti_marlo@libero.it

lo prevede l'utilizzo di un integratore appositamente formulato, AMIN 21 K, affinché nel nostro organismo si sviluppi il processo della chetosi cioè l'organismo inizia ad alimentarsi bruciando i grassi in eccesso. In questo modo la nostra figura si rimodella eliminando l'adipe dai fianchi (dove si deposita soprattutto nelle donne), dalla pancia (dove si deposita soprattutto negli uomini) e da tutte le zone dove tipicamente accumuliamo i grassi. Quindi viene attaccata solo la «massa grassa» mantenendo e, a seconda del caso, rafforzando la «massa magra». La breve durata dei trattamenti proposti, l'azione della chetosi e il supporto del medico specialista garantiscono un dimagrimento rapido, sano e sicuro. Decine di migliaia di casi studiati dimostrano che, con un trattamento, si può "perdere" in media tra il 7 e il 10% del peso iniziale. ■

Rientro in salute



RIMANI IN FORMA
CON AMIN 21 K

TRATTAMENTO
AMIN 21K[®]
Ottieni & Mantieni



& È IL PIÙ POTENTE TRA GLI ANTIOSSIDANTI
È INDICATO NELLE ATTIVITÀ SPORTIVE
E TUTTI GLI STRESS OSSIDATIVI

Q10 SELEN VIT



www.italfarmacia.com



italfarmacia
LABORATORI



Sempre primi,
per il tuo benessere!

Numero Verde
800-592024