

Chi non vorrebbe sentirsi in forma, scattante, in grado di affrontare gli impegni della vita e, nello stesso tempo, avere una silhouette snella?

E invece molti di noi si guardano allo specchio e si vedono appesantiti dall'adipe, in particolare dal grasso addominale, ma ricordiamoci che, prima dei danni estetici, dobbiamo preoccuparci delle possibili gravi conseguenze per la nostra salute.

Il grasso addominale o viscerale, il più rischioso, si deposita all'interno della cavità addominale, distribuito tra gli organi interni mentre il grasso sottocutaneo si deposita in superficie, sopra l'addome, ma lo troviamo anche in altre parti del corpo.

L'eccesso di grasso addominale viene definito anche "obesità androide" per evidenziarne l'associazione con gli ormoni detti androgeni, tipici del sesso maschile. **Dopo la menopausa, però, i cambiamen-**

ti ormonali determinano anche nella donna l'aumento del grasso viscerale, la diminuzione dei livelli di estrogeni fa incrementare i livelli di un ormone che ne favorisce l'accumulo, il cortisolo.

Oltre all'alimentazione abitualmente scorretta, le emozioni negative come l'ansia, la frustrazione e lo stress possono contribuire a far lievitare il nostro giro vita perché ci spingono a mangiare in modo sconsiderato cibi ipercalorici. Il grasso viscerale rilascia molecole che influenzano l'appetito, il rilascio dell'insulina, il metabolismo lipidico, ossia le adipocitochine.

I rischi per la salute sono gravi: l'obesità addominale causa un'infiammazione generale dell'organismo con indebolimento delle difese immunitarie e predispone alla sindrome metabolica (ipertensione, iperlipidemia, steatosi epatica, aterosclerosi, diabete di tipo II), a patologie cardiovascolari

e neurologiche come l'Alzheimer, all'osteoporosi e ad alcuni tipi di tumori.

Rimedi per tutto questo? Stile di vita sano, dieta corretta e adeguata attività fisica. Sappiamo, però, che smaltire il grasso viscerale è difficile sempre e ancor più con il passare degli anni. Arrendersi? Assolutamente no!

La LIPOSUZIONE ALIMENTARE con AMIN 21 K consente infatti di "aggredire" il grasso sottocutaneo e anche il grasso addominale con riduzione dei livelli di infiammazione e dei rischi conseguenti. Non è una dieta perché deve essere seguita, sotto controllo medico, massimo per tre settimane e, se necessario, può essere ripetuta. È un trattamento normoproteico in quanto le proteine assunte corrispondono a quelle che dovrebbero essere introdotte in relazione al peso in un'alimentazione equilibrata.

L'integratore appositamente formulato, Amin 21 k, permette che si sviluppi il



**IL SOGNO DI TUTTI:
ESSERE PIU' SANI E PIU'
BELLI. COMINCIAMO
LIBERANDOCI DEL
GRASSO ADDOMINALE!**

processo della chetosi per cui il nostro organismo si alimenta bruciando i grassi in eccesso; la conseguenza positiva è che la sensazione di fame scompare dopo circa 48 ore. La figura si rimodella, ma viene attaccata solo la «massa grassa» e mantenuta, e, a seconda del caso, rafforzata 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.

A questo punto, ci dev'essere la determinazione ad adottare uno stile di vita salutare che comprende più attività fisica e una corretta alimentazione che ci permetta di combattere l'infiammazione cronica assumendo quantità adeguate di antiossidanti.



Mario Marchetti

Giornalista
Professore Ph D

marchetti_mario@libero.it

Tra i più importanti, la vitamina C contenuta in frutta e verdura, la vitamina E presente negli olii vegetali, gli antiossidanti polifenolici come il resveratrolo che troviamo nei frutti e nel vino, il licopene contenuto nella verdura, il coenzima Q10. La concentrazione di queste molecole negli alimenti, però, non è costante, varia notevolmente a seconda del tipo di conservazione e cottura dei cibi, inoltre non sempre è possibile assumerne la quantità adeguata.

Quando non riusciamo ad assumere la giusta quantità di antiossidanti con l'alimentazione o il nostro fabbisogno aumenta, ci viene in aiuto l'integratore **Q10 SELEN VIT** che esercita effetti benefici sul sistema immunitario ed è un vero concentrato dei più importanti antiossidanti: il coenzima Q10, l'acido alfa-lipoico, le vitamine C ed E, il resveratrolo, il licopene, il selenio. ■

Grasso che se ne va



**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

seguici su
facebook

italfarmacia
LABORATORI

Sempre primi,
per il tuo benessere!

Numero Verde
800-592024