



Știința dezvăluie tot mai multe informații despre factorii care favorizează îmbătrânirea, dar și despre posibilitățile de a încetini și a face reversibil acest proces. Dovezi dintre cele mai convingătoare indică un trio de măsuri antiîmbătrânire: limitarea numărului de calorii, suplimentarea nutrițională și activitatea fizică. Dr. Roz Walford, imunolog și gerontolog de la Universitatea Californiei din Los Angeles recomandă reducerea consumului zilnic de calorii, cu eliminarea zahărului și grăsimilor și includerea în alimentație a mai multor alimente bogate în substanțe nutritive.

Există dovezi clare ale faptului că intervenția cu suplimente alimentare îmbunătățește, chiar și la vârstnici, funcția imunitară și rezistența la îmbolnăvire.

Substanțele nutritive antiîmbătrânire oferă garanții prețioase pentru asigurarea sănătății optime și a longevității maxime. Exercițiile fizice îmbunătățesc circulația, cu efecte benefice pentru alimentarea celulelor cu substanțe nutritive și cu oxigen, accelerând în același timp eliminarea toxinelor și a produselor reziduale.

Spirulina conține acizii nucleici ADN și ARN (4,5g/100g spirulină) cu efect de reparație a modificărilor celulare în genetică, cauzate de stresul oxidativ prin radicali liberi; de asemenea pot iniția procese de reparație a genomului ADN-ului.

Spirulina cu extract total de cătină combină calitățile nutriționale și bioenergetice ale spirulinei și proprietățile vitaminizante și remineralizante ale extractului de cătină. Astfel, produsul are o pronunțată activitate antioxidantă și de captare a radicalilor liberi superoxidici. Are, de asemenea, rol antitoxic, normalizează schimburile de substanțe la nivel celular, restabilește și echilibrează funcțiile metabolice ale organismului.

Seleniul din produsul **Se-Spirulin** facilitează adaptarea organismului la modificările endogene și de mediu și acționează sinergic, prevenind deteriorările oxidative ale membranelor celulare.

Coenzima Q₁₀ forte asociază proprietățile vitaminei E (sub forma trienolică) din uleiul de cătină cu cele ale coenzimei Q₁₀ și lecitinei. Vitamina E determină o creștere a producției de Q₁₀ în organism și o utilizare superioară a lui Q₁₀ la nivel celular. La rândul său, Q₁₀ prezervă proprietățile vitaminei E. Coenzima Q₁₀ nu este denumită artificial "produs miraculos"; este efectiv sursă de sănătate, cu potențial de evitare a multor boli grave. De altfel, Gerald Hunt în "NOUTĂȚI DESPRE TINEREȚEA VEȘNICĂ" spune: "Această substanță întărește sistemul imunitar, mărește puterea inimii, fără să fie nevoie de exerciții fizice, protejează

inima împotriva atacului de cord, scade tensiunea arterială, reduce greutatea pe cale normală, mărește durata de viață".

Uleiul de cătină are efect puternic antioxidant și prin conținutul de β caroten.

Redigest - apără ficatul de efectele stresului, îmbunătățindu-i funcția. Este un substituent polienzimatic eficace pentru reglarea tranzitului alimentar. Enzimele existente în cuticula de pipotă de pui sunt sigure, nu au efecte adverse și contrabalansează problema alimentației actuale (după cum se știe, orice formă de preparare – pasteurizare, iradiere, gătit la microunde sau fierbere distrug enzimele existente în mod natural în alimente).

Gemoderivatul de mlădițe de rozmarin are efect hepatoregenerator, combate anxietatea, depresia, îmbunătățește memoria având și el efect antiaging.

În concluzie, nu trebuie să ne consolăm că "pur și simplu îmbătrânim" sau că trebuie, „să ne învățăm să trăim" cu o anumită problemă de sănătate legată de vârstă.

Nu trebuie să ne temem de bătrânețe; bătrânețea este o etapă inevitabilă în viața noastră și de noi depinde să o întârziem și să o facem mai ușoară.

Dr. ADRIANA TATOMIRESCU
Dr. LIVIU TATOMIRESCU

