

CitricDiet:

Una dieta fácil que refuerza tus articulaciones

La ley del medicamento prohíbe que los complementos dietéticos tengan indicaciones para tratar enfermedades como la artrosis, la diabetes o la hipertensión, porque antes deben superar el largo y costoso trámite de ensayo clínico, un terreno reservado para las grandes compañías farmacéuticas. Al mismo tiempo su uso y comercialización es libre, médicos y terapeutas los pueden recomendar, pero los productos no pueden tener indicaciones terapéuticas, aunque sean beneficiosos para la salud. Este es el campo del proyecto CitricDiet, que visita Barcelona en Abril y Mayo en las ferias de ExpoecoSalud y Biocultura respectivamente.

¿Por qué engordamos?

En personas sedentarias la glucosa de asimilación rápida se transforma en grasa, tanto azúcares como carbohidratos de fácil digestión (pan blanco, patatas, arroz o pasta muy cocida). Esto se agrava si estos alimentos se combinan con grasas. La insulina es

la hormona que regula este proceso, que cuando se satura pierde la capacidad de regular la glucosa en sangre. Así, muchas dietas restringen azúcares y alimentos ricos en almidón, como la dieta Montignac o la Definitiva. El problema es que por razones socioculturales y económicas no podemos quitar los carbohidratos de la dieta. El programa CitricDiet innova con una sencilla solución basada en dos aspectos:

1. Evita engordar con faseolamina

La faseolamina es un extracto de la judía blanca que ralentiza la digestión y absorción de los carbohidratos como el pan, evitando que los transformemos en grasa. Al tomar faseolamina con las comidas podemos llevar una dieta menos restrictiva, si bien hay que intentar comer más ensaladas y verduras, con una fuente de proteínas como carne o pescado. Además, hay que tener en cuenta que comer menos carbohidratos favorece la degradación de la grasa acumulada.



Glucosa de asimilación rápida



Faseolamina

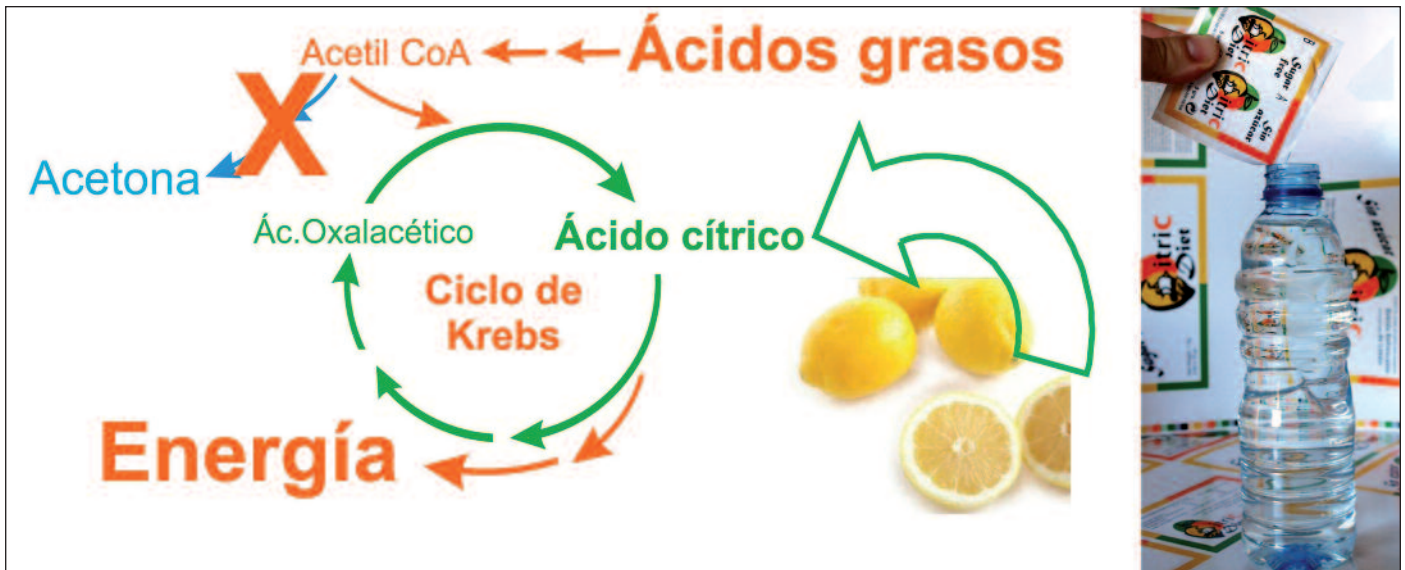
Grasa y colesterol en vida sedentaria

Glucógeno en deportistas

Absorción lenta de glucosa



Al tomar faseolamina con la comida, los carbohidratos se asimilan lentamente evitando que los transformemos en grasa.



Tomar CitricDiet entre horas aporta cítrico que nos ayuda a quemar la grasa que nos sobra.

2. CitricDiet en agua entre horas para quemar la grasa que te sobra

Además de evitar engordar con faseolamina, tenemos que estimular que nuestro cuerpo quemar la grasa acumulada, algo que hacemos con el refresco en polvo CitricDiet, desarrollado y patentado en España. Se prepara disolviéndolo en medio litro de agua y se toma entre horas, lo que nos aporta cítrico, que estimula la degradación de la grasa almacenada. Cuando no podemos quemar grasa nuestro cuerpo produce acetona, que en el riñón inhibe la filtración de ácido úrico, que precipita formando arenilla o piedras (una de las consecuencias de dietas como la de Atkins). Esto lo evitamos con CitricDiet, que además alcaliniza el metabolismo al favorecer el metabolismo aeróbico, eliminando los subproductos que acidifican. También aporta Calcio que regula su acidez, el aminoácido glicina y vitamina C, que en su conjunto favorecen la regeneración del colágeno de la piel, lo que ayuda a prevenir la formación de estrías y flacidez.

Huesos y articulaciones: Regenerar el colágeno con Nutrientes

El colágeno es la proteína más abundante en nuestros huesos y articulaciones. Diariamente se regenera en un proceso regulado por nuestras hormonas, pero con la edad, al disminuir la secreción hormonal, esta regeneración se ralentiza, lo que nos lleva a un envejecimiento general de nuestro sistema mecánico. Lo que vamos a hacer es compensar esta caída hormonal optimizando el aporte de nutrientes con CitricDiet y con complementos de arginina-triptófano y AminoB-zinc-hierro-magnesio. En ocasiones los problemas osteoarticulares aparecen en personas jóvenes consecuencia del sobreesfuerzo, desgaste físico o traumatismos. En estos casos también es importante potenciar la síntesis de colágeno con el aporte de estos nutrientes.

David Meléndez Morales

*Dr. en Bioquímica y Biología Molecular
Especialista en Nutrición y Deporte*

Cuida tu línea con CitricDiet y faseolamina

y refuerza tus huesos y articulaciones

Información y pedidos:
www.citricdiet.com Tel. 608 55 49 69 citricdiet@citricdiet.com

The advertisement features a woman in a red bikini standing by a tropical beach. In the foreground, there are packets of CitricDiet powder. To the right, a cartoon illustration shows an elderly woman with a bone fracture, symbolizing the need for bone and joint support.