

Nutrientes útiles en el exceso de peso

Las personas con **obesidad** presentan:

- **Deficiencias de nutrientes básicos** por: alimentación, patologías asociadas y fármacos administrados.
- **Estrés oxidativo e inflamación crónica** que deben corregirse para evitar y mejorar patologías asociadas.

Coenzima Q10, ácido R-lipoico, vitaminas A, D, C y E, selenio, zinc, cobre, manganeso, cromo, magnesio, calcio, complejo B con NADH y piridoxal-5-fosfato, y N-acetilcisteína.

Estos nutrientes, junto con la alimentación adecuada, consiguen:

- Aportar los nutrientes básicos deficientes y difíciles de aportar con los alimentos: **coenzima Q10, R-lipoico, vitamina D3, magnesio, calcio.**
- Prevenir y mejorar parámetros básicos alterados y enfermedades, por los nutrientes antioxidantes antiinflamatorios: **CoQ10, R-lipoico, A, D, C, E, selenio, zinc, cobre, manganeso y cromo.**
- Ayudar a estabilizar glucemia e insulina, y así reducir grasa corporal y apetito, por: **R-lipoico y cromo.**
- Ayudar a reducir peso, por **R-lipoico.**
- Evitar la toxicidad de los contaminantes acumulados en el tejido graso y liberados a la sangre al perder grasa corporal, por: **R-lipoico, N-acetilcisteína y vitamina C.**
- Mejorar: estado general, estado de ánimo, síntomas, evolución y calidad de vida, por la acción sinérgica de los "equipos" de nutrientes.

Nutrientes a Destacar.

Ácido lipoico. Debe ser ácido R-lipoico (natural) y no ácido alfa lipoico (R + S, sintético), ya que el S-lipoico producido en la síntesis inhibe las acciones beneficiosas del R-lipoico.

