

10 - Area anti-age

Pelle, idratazione, problemi articolari, stress ossidativo

L'acido ialuronico ad alto peso molecolare, in sinergia con l'azione rigenerativa dell'alga Klamath e le elevate proprietà antiossidanti del coenzima Q10, nutre profondamente la pelle preservandola dall'invecchiamento e la mantiene tonica e perfettamente idratata. Protegge inoltre, lubrificandole, le articolazioni e previene la secchezza oculare. Contribuisce infine a conservare i denti sani e sostiene l'attività cardiaca. La crema universale Alba è un ottimo complemento esterno per le sue caratteristiche dermatologiche: antirughe, emollienti e riepitelizzanti.

- ⇒ YalurPlus: 1-2 caps. al dì
- ⇒ SuperQ10: 1 caps. al dì
- ⇒ Alba: applicare sulla pelle 1-2 volte al giorno

Programma
età e bellezza

* * *

NOTE

- Il programma completo di base, poiché attua una depurazione e rivitalizzazione generale dell'organismo, può costituire anche un'ottima preparazione ai programmi specifici. Facendolo precedere a questi ultimi si possono comunque già associare ad esso uno o più prodotti adatti al particolare problema da trattare.
- Le quantità consigliate sono adatte nella maggior parte dei casi. Trattandosi di alimenti e nutriterapici, possono comunque essere aumentate senza problemi secondo il bisogno e la necessità. In generale si consiglia di raddoppiare sia *Summa* sia gli altri prodotti, quando occorra un'azione più profonda e/o risultati più rapidi, in un arco di tempo che può variare, a seconda dei casi, da alcune settimane a qualche mese.
- Seguire il programma di base o quelli specifici per un minimo di 3 mesi o fino al raggiungimento e la stabilizzazione di benefici e risultati. Si consiglia poi un mantenimento base nel tempo con *EnzyFlor* e *SummaPlus* associato, quando necessario, ad uno specifico, cioè periodi o cicli con gli altri programmi o prodotti.
- Se si preferisce, o secondo le personali esigenze, i prodotti (nel programma di base e anche in quelli specifici) possono essere assunti anche i momenti differenti della giornata. Ad esempio a pranzo e a cena, invece di colazione e pranzo, oppure solo *AcidophiPlus* al mattino e gli altri prodotti a pranzo e a cena. *Klamath Maxima* in qualsiasi momento anche lontano dai pasti.
- *Klamath Maxima* fornisce, tutte le volte che se ne abbia necessità, un supporto energetico supplementare, ad azione rapida, sul piano fisico e mentale. Se ne possono assumere 1-2 pipette sotto la lingua anche più volte nell'arco della giornata.
- Se, seguendo il programma completo di base, si ha esigenza di una più profonda pulizia e disintossicazione, proseguire con *AcidophiPlus*, *BifiCol* e/o *Digevit* per un mese, associando eventualmente anche *Shaman's Remedy*, prima di aggiungere *Summa*.

.....

Il Programma nutrizionale Algovit completo di base, i programmi specifici e i singoli prodotti possono essere ordinati telefonando al numero verde 800 238 293.

Sono disponibili su richiesta:

- Ricerche e studi
- L'opuscolo a colori "Energia Primordiale"
- Il Corso di Nutriterapia Naturale
- Il Video CD "Algovit" contenente il bellissimo video-documentario "Le Verdi Azzurre Klamath, il cibo perfetto dalla natura" e tutto il materiale scientifico e promozionale
- Libri e pubblicazioni scientifiche

ACCORGIMENTI ALIMENTARI

- Aumentare i carboidrati complessi (riso, mais, frumento, orzo, miglio, farro). Ridurre il consumo di cereali eccessivamente raffinati (riso brillato, farina bianca, ecc.). Fare un uso moderato di prodotti del forno.
- Evitare lo zucchero e i dolcificanti non naturali.
- Non mescolare proteine animali diverse nello stesso pasto. In generale evitare l'uso frequente di latte-caseari (latte, formaggi, burro, panna, yogurt), i salumi e gli insaccati; ridurre il consumo di carne e uova; preferire il pesce e le proteine vegetali (fagioli, ceci, lenticchie, tofu).
- Evitare l'uso frequente di grassi e oli cotti.
- Diminuire il sale.
- Consumare preferibilmente alimenti freschi e verdure di stagione, possibilmente non trattate.
- Inserire un po' di crudità, germogli o verdure fermentate (tipo crauti naturali o insalatini) nei pasti, soprattutto se a base di cibi animali.
- Per un più elevato apporto nutrizionale integrare la propria alimentazione con cibi verdi selvatici, ricchi di clorofilla, minerali, vitamine e sostanze antiossidanti naturali facilmente assimilabili.
- Per evitare problemi di digestione è preferibile non consumare la frutta più dolce e zuccherina a fine pasto.
- Bere soprattutto acqua e in buona quantità.
- Masticare bene.