



Sănătatea inimii

soluții naturale de cardioprotecție și controlul greutateii

de dr. Dana Stănculescu,
Fondator Core Invest Health
și Core Invest Consulting

Cardioprotecție naturală

Afecțiunile cardiovasculare reprezintă în continuare principala cauză de deces atât în România, cât și în Europa, potrivit ultimului raport al Societății Europene de Cardiologie (Nichols M., Townsend N., Luengo-Fernandez R., Leal J., Gray A., Scarborough P., Rayner M. - 2012, European Cardiovascular Disease Statistics 2012, European Heart Network, Brussels, European Society of Cardiology, Sophia Antipolis). Raportul relevă că, anual, 60% dintre decesele înregistrate în România au fost cauzate de boli cardiovasculare.

Statisticile plasează România pe locul 3 la nivel european la capitolul deceselor cauzate de boli cardiovasculare, după Bulgaria și Ucraina (Heart Disease and Stroke Statistics—2012 Update, A Report From the American Heart Association).

Afecțiunile cardiovasculare cauzează 4 milioane de decese la nivel european și 17 milioane la nivel global. Mai mult, conform Organizației Mondiale a Sănătății, se estimează că până în anul 2030 se vor înregistra anual peste 20 de milioane de decese, afecțiunile cardiovasculare rămânând cauza numărul 1 de mortalitate.

Din categoria afecțiunilor cardiovasculare, cea mai des întâlnită este ateroscleroza, aceasta fiind principala cauză ce determină obstrucția fluxului de sânge în arterele situate la nivelul cordului, creierului și membrilor inferioare și cauza principală pentru apariția bolii ischemice coronariene, a accidentelor vasculare cerebrale și a bolii arteriale periferice.

Importanța acordată prevenției în cazul afecțiunilor cardiovasculare reprezintă premisa reducerii prevalenței acestora. Este necesar să luăm în considerare ambele tipuri de prevenție: primară și secundară.

Prevenția primară pornește, dar nu se limitează la controlul medical regulat, adoptarea unui stil de viață echilibrat, care să alterneze perioa-

dele statice cu cele de efort fizic moderat. Această prevenție primară asociată cu îmbogățirea dietei cu suplimente a căror eficiență a fost demonstrată prin studii clinice va asigura o reducere considerabilă a numărului de persoane cu afecțiuni cardiovasculare.

În cazul pacienților cu afecțiuni cardiovasculare instalate sau cu risc cardiovascular (hipertensiune arterială, dislipidemie, diabet zaharat), prevenția constă în monitorizarea continuă a acestor factori de risc și administrarea cu rigurozitate a tratamentului alopăt împreună cu adjuvante naturale recomandate de medici.

La fiecare 30 de minute un român moare de infarct

„În România sunt, anual, 250.000 de decese, dintre care 150.000 sunt cauzate de afecțiunile cardiovasculare, majoritatea datorate aterosclerozei coronariene. Numărul bolnavilor este mult mai mare, este de ordinul milioaneilor. Putem vorbi de șase-șapte milioane de oameni care suferă de boli de inimă și știm că peste cinci milioane au hipertensiune arterială. Alarmant este că a scăzut și vârsta la care apare boala, pentru că toată această patologie aterosclerotică este cauzată de modul nostru de viață. (...) Boli care apăreau la 40-50-60 de ani apar acum la 20 de ani”, a declarat domnul Prof. Dr. Dan Gaiță, Președintele Fundației Române a Inimii.

Jurnalul European de Cardiologie Preventivă a constatat că, biologic vorbind, persoanele care azi au 45 de ani sunt la același nivel biologic cu persoanele de 60 de ani din generația trecută. Concluzia: îmbătrânim din ce în ce mai repede.

Soluții inovative naturale privind asigurarea efectului cardioprotector

Aubrey de Grey, directorul științific al prestigioasei fundații SENS, cu sediul în Cambridge, Marea Britanie, consideră că nu

lupta împotriva unei boli sau a alteia ar trebui să fie principalul obiect al cercetării în domeniu, **ci lupta împotriva îmbătrânirii însăși, al cărei efect secundar este apariția bolilor.**

Tratamentele alocate asigură restabilirea funcțiilor organismului, însă acesta are nevoie de susținere prin nutrienți naturali, uneori chiar și pentru a face față efectelor secundare sau reacțiilor adverse ale anumitor medicamente. Din fericire, medicina momentului este caracterizată de tehnologie, iar fiecare zi aduce inovații și soluții medicale care ne ușurează viața și ne ajută să ne protejăm sănătatea organismului și implicit a inimii.

Specialiștii au venit inevitabil cu o serie de răspunsuri la căutările privind soluții naturale de prevenție/protecție cardiovasculară. Cu toate acestea, la ora actuală asistăm practic la o junglă a produselor naturiste, așa-zis „miraculoase” și nu știm ce anume să alegem.

Inclusiv noi, medicii, ne confruntăm cu această problemă, deși avem acces primii la noutățile legate de produse naturiste care să susțină organismul, pentru că, de multe ori, informațiile nu sunt corecte, fiind necesare criteriile de diferențiere corecte, care să aibă în spatele lor „dovezi medicale”.

Îmbătrânirea este un proces fiziologic complex, programat în codul nostru genetic, care acționează asupra întregului organism, nu doar asupra pielii și al aspectului exterior. Este un proces universal regăsit în evoluția oricărui organism viu. Celulele organismului nostru sunt agresate în mod constant de stres, traume, infecții, alimentație, poluare, alcool, tutun. Capacitatea lor de regenerare este limitată și mult influențată de acțiunea radicalilor liberi din organism.

Revidox – cardioprotector natural – Eficacitate și siguranță demonstrate prin studii clinice

Suplimentul nutritiv inovativ Revidox, dezvoltat de cercetătorii de la Laboratoarele Actafarma și Consiliul Național de Cercetare din Spania (CSIC), al doilea institut de profil din lume, se bazează pe studii clinice menite să facă această diferență

Revidox – Stilvid 84% este un supliment alimentar de ultimă generație, unul dintre cei mai puternici și eficienți antioxidanți ai momentului, rezultatul unor cercetări care s-au desfășurat pe parcursul mai multor ani, cu studii clinice internaționale. De asemenea, acesta beneficiază de girul unor universități de renume din lumea medicală mondială în ceea ce privește efectele benefice asupra afecțiunilor cardiovasculare, a proceselor inflamatorii, a proceselor degenerative și respectiv asupra creșterii longevității

Pentru formula Revidox capsule (Stilvid 84% = extract concentrat de strugure în asociere cu extractul de rodie și seleniu) au fost nevoie de ani de cercetare și eforturi susținute din partea specialiștilor din CSIC. Stilvid 84% este un extract bogat în polifenoli și îmbogățit selectiv cu resveratrol (8mg) 100% bioactiv (cea mai mare concentrație cunoscută), flavonoide, procianide, stilbene etc., care activează anumite căi genetice sau „gene reglatoare”, cu efect benefic asupra calității și duratei vieții (SIRTuina) și neutralizează până la 50% din radicalii liberi care se produc zilnic în organism.

Descoperirea Stilvid a explicat „paradoxul francez” – asocierea consumului de vin roșu cu cea mai mică rată de mortalitate datorată afecțiunilor cardiovasculare.

Deși resveratrolul (extractul din strugure) era o substanță cunoscută de zeci de ani, până la Revidox nu a putut fi stabilizată într-o formă care să fie biodisponibilă 100% într-o concentrație necesară organismului. Tehnica patentată de către CSIC prin care s-a obținut formula Stilvid 84% se bazează pe expunerea controlată a strugurilor la radiații

UV-C pentru a crește de peste 2.000 de ori conținutul de resveratrol, păstrând toate proprietățile nealterate prin simularea condițiilor naturale, când strugurele este „agresat” (contaminare, agenți patogeni). O capsulă de Revidox – Stilvid 84% conține echivalentul beneficiilor active a 45 de kilograme de struguri.

Studiile clinice au demonstrat acțiunea cardioprotectoare și lipsită de efecte adverse a Revidox – Stilvid 84% (studiu triplu-orb, aleator, controlat și placebo pentru evaluarea eficacității suplimentului alimentar Revidox), demonstrând că acesta reușește să reducă LDL colesterolul oxidat și ApoB la pacienții înrolați în loturile de prevenție primară și secundară a bolii cardiovasculare (Molecular Nutrition and Food Research, Espin, Juan Carlos; CEBAS-CSIC Food Science & Technology).

În afecțiunile cardiovasculare s-a constatat acțiunea sinergică a acestuia alături de tratamentul alopatic.

Rezultatele studiului pentru prevenția secundară (pacienții cu afecțiune cardiovasculară instalată) s-au observat modificări semnificative statistice ale markerilor biologici aterogeni, inflamatorii; inclusiv concentrația totală a componentelor non HDL colesterol a scăzut cu 13% raportat la placebo, unde nu s-au observat modificări.

Pentru prevenția primară, principalul marker studiat și urmărit a fost apolipoproteina B (ApoB), care la aceeași concentrație de LDL ciclic implică o dimensiune mai redusă a moleculei de colesterol, un număr mai mare de molecule, o mai mare rată de oxidare și deci un risc aterogen mai mare. În urmă studiului, rezultatele au arătat o reducere a concentrației ApoB de 9.8% pentru pacienții tratați cu Stilvid 84% pe o perioadă de 6 luni, raportat la o scădere de doar 2% pentru cei tratați cu placebo. Al doilea marker urmărit a fost LDL ox (fracția oxidată a LDLc, fracție ce implică riscul aterogen al acestuia). Astfel, pentru pacienții tratați cu Stilvid 84% pe o perioadă de 6 luni s-a remarcat o scădere a concentrației LDL ox de 20% raportată la o scădere de 3.3% înregistrată la placebo.

Rezultatele studiului au mai confirmat că:

- Stilvid 84% nu are efecte secundare sau interacțiuni medicamentoase (chiar în asociere cu administrarea de statine și de medicația hipolipemiantă)
- Stilvid 84% produce efecte psiho-somatice pozitive pentru pacienții aflați sub tratament: bună compliance la tratament (administrarea unei singure capsule pe zi), dorința de continuare a tratamentului, o stare mai bună de vitalitate și capacitate de memorie îmbunătățită.





Revidox luptă eficient din interior, împotriva îmbătrânirii celulare, contribuind la întărirea barierelor antioxidante ale organismului nostru, îmbunătățind statusul cardiovascular și încetinind apariția semnelor interne și externe ale proceselor de degradare celulară.

Revidox îmbunătățește markerii implicați în procesul de îmbătrânire, contracarând astfel patologia degenerativă, în general, și neurodegenerativă în special, îmbunătățește statusul celular și, respectiv, metabolismul celular.

Revidox prin acțiunea compușilor săi activi, protejează materialul genetic, împiedicând mutațiile la nivelul ADN-ului, prin stimularea familiei de gene SIRT-1, cunoscută ca „gena longevității” și reducerea stresului oxidativ.

Expresia genelor SIRT 1 este crescută cu 20,5%, fiind practic singurul supliment nutritiv care reușește să acționeze la nivel celular, crescând producția sirtuinelor, proteinele longevității, în acest fel având loc încetinirea îmbătrânirii la nivel celular.

Este important de subliniat faptul că Revidox nu trebuie privit ca un panaceu, acest supliment natural nu poate înlocui medicația alopată, reprezentând un adjuvant care acționează sinergic cu aceasta. Revidox poate fi utilizat și în prevenția afecțiunilor cardiovasculare, datorită beneficiilor sale cardioprotectoare demonstrate prin studii clinice desfășurate după toate rigorile științifice în prestigioase centre medicale internaționale.

Se recomandă administrarea unei capsule de Revidox/zi pe o perioadă lungă de timp (cel puțin un an) și fără întreruperea tratamentului la observarea primelor efecte benefice. Este bine-cunoscut faptul că e mai ușor să previi decât să tratezi, motiv pentru care investiția în protecția cardiovasculară «dictează» efectiv calitatea și durata vieții.

Obezitatea – principala cauză în patologia cardiovasculară

Excesul ponderal, obezitatea, pe lângă disconfortul estetic, reprezintă o problemă majoră de sănătate în lumea modernă și factorul principal în scăderea speranței de viață și a calității acesteia. În prezent, obezitatea nu mai reprezintă doar un simptom, ea reprezintă punctul comun al multor afecțiuni, cum ar fi boli cardiovasculare, tulburări respiratorii,

digestive, neoplasme, boli metabolice (diabet zaharat, dislipidemie, hiperuricemie), tulburări de fertilitate. Organizația Mondială a Sănătății atrage atenția că, în prezent, 1 din 3 persoane adulte este supraponderală, iar 11% din populația mondială suferă de obezitate. Aceasta reprezintă o problemă majoră de sănătate a lumii moderne, afectând sute de milioane de oameni, fiind considerată de OMS o adevărată epidemie

Obezitatea este o afecțiune metabolică cauzată de apariția unui dezechilibru energetic la nivelul organismului, cu creșterea excesivă a lipogenezei.

Incidența obezității și excesului ponderal este în creștere, este prezentă la peste 30% din

populația țărilor industrializate, cu o predominanță la sexul feminin. În acest moment se constată o creștere a incidenței și la copii. Indiferent de variațiile statistice, creșterea prevalenței obezității în ultimele decenii la toate vârstele și la ambele sexe este o realitate.

România se află pe locul al treilea în Europa în ceea ce privește incidența obezității, conform IOTF (Internațional Obesity Task Force). Unul din trei români (34%) e supraponderal, iar aproximativ un sfert (20%) suferă deja de obezitate, relevă un studiu dat publicității în iunie 2013.

De asemenea, calcularea Indicelui Masei Corporale (BMI) nu este suficientă, potrivit ultimelor descoperiri în domeniu, deoarece nu ia în calcul vârsta, forma corpului, acumulările de grăsimi și nivelul de dezvoltare musculară, care pot genera rezultate eronate.

Obezitatea, colesterolul și hipertensiunea arterială sunt principalii factori de risc în afecțiunile cardiovasculare.

Persoanele supraponderale și cele obeze au un risc crescut de a dezvoltă afecțiuni cardiovasculare, fiind predispuse la: aritmii cardiace, angină pectorală, insuficiență cardiacă congestivă, sindroame coronariene acute, fibrilație atrială, aritmii ventriculare, moarte subită din cauze cardiace.

Supraponderabilitatea sau obezitatea cresc riscul apariției hipertensiunii arteriale. De fapt, tensiunea arterială crește odată cu greutatea corpului. Pierderea chiar și a câtorva kilograme poate să scadă valorile tensiunii arteriale și, implicit, riscul de apariție al unei afecțiuni cardiovasculare.

Așadar, menținerea greutateii corporale nu este o chestiune care să țină exclusiv de partea estetică, iar acest aspect ar trebui să înlocuiască marketingul agresiv al zilelor noastre, al cărui mesaj central este obținerea unei siluete „ideale” doar din punct de vedere al aspectului fizic, problema nefiind tratată suficient de corect și din perspectivă medicală.

Pentru specialiștii din domeniul medical menținerea unei greutateii corporale adecvate este mai degrabă un deziderat care ține de starea de sănătate, o indicație pe care medicul o face pentru fiecare pacient care vine la cabinetul său, din considerente de bună funcționare a organismului și nu de ordin estetic.

Soluții naturale în controlul greutateii

O mare parte dintre produsele care au fost încercate pentru scăderea în greutate s-au dovedit a fi mai mult decât ineficiente, ba chiar periculoase. Cu toții știm că există o serie de medicamente anorexigene care asigură scăderea rapidă în greutate, dar care au efecte adverse extrem de periculoase, înregistrându-se numeroase cazuri de morți subite la pacienții care le-au utilizat.

Managementul obezității se face în funcție de valoarea IMC-ului și a comorbidităților. Tratamentul medicamentos este contraindicat în sarcină și în lactație, la persoane vârstnice și în stări patologice severe. În aceste situații, însă, se pot obține rezultate foarte bune apelând la o serie de suplimente alimentare care, asociate unei diete adecvate, pot aduce reale beneficii.

Modalitățile terapeutice de bază sunt: activitatea fizică, regim igienodietetic, terapia comportamentală, tratamentul medicamentos (farmacologic) și chirurgical și suplimentele alimentare care oferă siguranță și eficiență demonstrate prin studii clinice.

Eficacitate și siguranță demonstrate prin studii medicale

Medicina internațională vine în ajutorul pacientului supraponderal cu două formule eficiente și sigure care se adresează atât persoanelor obeze, cât și celor supraponderale: Obegrass (reglarea tranzitului și reducerea colesterolului) și Admagra Forte (arderea grăsimilor, reducerea apetitului, efect acuaretic).

Pentru combaterea obezității este important să avem un sistem digestiv care funcționează corect, atât din punct de vedere al digestiei, cât și al metabolizării. Practic, balonarea, gazele în exces, eructațiile, epigastralgiile pot afecta pe termen lung starea de sănătate. Acestea se datorează în mare parte lipsei fibrelor alimentare, dar și a unei cantități insuficiente de lichide, lipsei bifidobacteriilor „prietenos” de la nivelul intestinului gros, dar și a unui echipament enzimatic slab și a unei alimentații incorecte.

Produsele de slăbit de ultimă generație au la bază fibre solubile cu efecte benefice pentru sănătate, adică sunt formulate produse care reduc greutatea corporală fără a aduce prejudicii tractului digestiv. Efectul acestor fibre este potențat de o substanță de tipul chitinei - Chitosan (extras din carapacea crustaceelor). Astfel, fibrele solubile se dizolvă în apă formând o soluție coloidală sau un gel natural. Acest gel, numit în literatură de specialitate anglo-saxonă „hydrated network”, are un rol foarte important la nivelul tubului digestiv: datorită structurii sale vâscoase, acest gel acționează ca un „burete” și reține o parte din mâncarea consumată (în special grăsimile), elemente pe care le elimină la sfârșitul digestiei, reducând cantitatea de calorii absorbită odată cu mâncarea.

Un peristaltism intestinal corect este dat tot de prezența fibrelor în tractul digestiv. Mai mult decât atât, datorită structurii vâscoase a fibrelor hidrosolubile, la nivelul intestinului se reduce procesul de absorbție a glucozei. Tot aceste fibre, reducând nivelul absorbției carbohidraților, vor avea un efect benefic și asupra persoanelor care suferă de diabet zaharat tip 2. Un produs care să aibă aceste beneficii este Obegrass. Acesta conține fibre solubile, chitosan și vitamina C și resveratrol. Sinergia compușilor asigură reducerea greutateii corporale în mod natural, reducerea colesterolului prin înglobarea colesterolului LDL prin stimularea creșterii HDL, reglarea naturală a tranzitului intestinal și protejarea mucoasei stomacului. Pe de altă parte, suplimentul nutritiv Admagra Forte are rolul de a ajuta la arderea grăsimilor și la controlul greutateii printr-o serie de compuși naturali care acționează sinergic, respectiv extractul de portocal, mesteacăn, măceșe și crom picolinat.

Extractul de portocal are acțiune termogenică, permițând arderea grăsimilor și transformarea lor în energie, menținând și îmbunătățind tonusul muscular, fiind unul din cele mai importante efecte ale acestui produs. Este foarte important ca, la scăderea în greutate, tonusul muscular să nu fie afectat, extractul de portocal reprezentând în același timp unul dintre cele mai importante produse lipolitice care există la ora actuală, fără să aibă efectele adverse ale unei lipolize rapide și agresive.

Cromul picolinat care se găsește în compoziția Admagra acționează ca un co-factor privind activarea insulinei, activând receptorii din membranele celulare, în felul acesta prevenind ca excesul de glucoză să se transforme în grăsime. Această substanță controlează pofta de mâncare la nivelul hipotalamusului printr-o acțiune inhibitoare a centrului foamei. De asemenea, crește sinteza de proteine și masă musculară, stimulând metabolizarea carbohidraților și favorizând arderea grăsimilor fără să afecteze țesutul muscular. Extractul de mesteacăn are acțiune depurativă, elimină excesul de apă și de toxine, fără eliminarea sărurilor indispensabile organismului.

Din păcate, alimentația din acest moment nu mai asigură protecția necesară organismului; acest lucru se datorează atât scăderii calității alimentelor, dar și creșterii numărului de factori cu potențial agresiv asupra organismului.

Astfel, organismul trebuie susținut prin nutrienți de calitate garantată de instituții de renume la nivel internațional, a căror eficiență și eficacitate să fie demonstrate prin studii clinice. Pentru controlul greutateii recomand terapia combinată: Obegrass și Admagra Forte.

