

I SEI STADI DELLA NUTRIZIONE

CONOSCETE LA DIFFERENZA TRA "ALIMENTAZIONE" E "NUTRIZIONE"?

Quando si parla di "nutrizione", spesso pensiamo che voglia dire semplicemente avere un'alimentazione sana e completa. Ma, concretamente, la nutrizione si realizza solo quando ogni singola cellula riceve i principi nutritivi di cui ha bisogno in una forma abbastanza semplice da essere assimilabile. Gli elementi nutrizionali che ingeriamo debbono essere distribuiti in tutto il corpo, assorbiti dalle cellule, metabolizzati, assimilati, e infine gli scarti prodotti da questo processo debbono essere eliminati.

La differenza ora è chiara: l'alimentazione è ciò che mangiamo, la nutrizione è ciò che le nostre cellule ed i nostri tessuti ricevono effettivamente.

Il Comitato di Consulenza Scientifica (SAB) della GNLD conosce molto bene questa differenza. Gli elementi nutritivi passano attraverso sei stadi separati e distinti, mentre il nostro corpo lavora per sostenere la nutrizione in ogni cellula. Ognuno di questi stadi deve operare efficientemente per ottenere un ottimo livello di nutrizione per l'intero corpo. Perfino una leggera disfunzione in uno di questi stadi potrebbe ridurre le nostre possibilità di una buona salute.

Ogni integratore nutrizionale della GNLD è formulato per fornire una nutrizione equilibrata e un sostegno ad uno o più di questi stadi vitali. Inoltre, ogni prodotto GNLD è testato ed analizzato per essere sicuri che possa essere correttamente utilizzato dal corpo. Ed infine, la GNLD offre specifici integratori nutrizionali per promuovere il miglioramento nella efficienza dei nostri Sei Stadi della Nutrizione, così che ogni cellula del nostro corpo riceva gli elementi nutrizionali di cui ha bisogno.



L'ALIMENTAZIONE

L'alimentazione è il primo passo per assicurarci che il nostro corpo stia ricevendo quantitativi adeguati ed equilibrati dei differenti elementi nutrizionali necessari per una salute ottimale.

L'alimentazione consiste di tutti i cibi ed i liquidi, buoni o cattivi, che noi consumiamo giornalmente. Anche ogni integratore nutrizionale che consumiamo entra a far parte del nostro regime alimentare.

L'obiettivo del programma di integrazione nutrizionale della GNLD è quello di migliorare la qualità generale della nostra dieta così che gli elementi nutritivi di base, importanti per una salute ottimale, siano reperibili in modo abbondante ed equilibrato giorno dopo giorno.



LA DIGESTIONE

La digestione inizia con la masticazione ed include l'azione degli acidi e degli enzimi. La digestione è il processo attraverso cui i cibi complessi sono decomposti e separati in sostanze semplici, che il corpo può utilizzare per trarne energia e per sostenere le cellule e i tessuti organici. Ad esempio i lipidi, le proteine e i carboidrati sono convertiti rispettivamente in acidi grassi, amminoacidi e zuc-

cheri semplici. Ogni prodotto GNLD è formulato per una digestione facile e completa.

Ingredienti specifici per migliorare la digeribilità, come gli enzimi, fanno parte della formulazione dei nostri prodotti.

Inoltre, le nostre tecnologie di produzione delle compresse assicurano una disintegrazione e uno scioglimento veloce, in grado di rendere più facile il processo digestivo.



L'ASSORBIMENTO

L'assorbimento è il processo per cui i prodotti della digestione, gli zuccheri semplici (provenienti dai carboidrati), gli amminoacidi, (provenienti dalle proteine) e gli acidi grassi (provenienti dai grassi e dagli oli), oltre a vitamine, minerali, fitonutrienti ed altro, passano attraverso il rivestimento interno delle pareti intestinali e sono riversati direttamente nel sangue.

Mentre la gran parte delle sostanze nutrienti finiscono direttamente nel fluido ematico, i lipidi e le sostanze liposolubili hanno un percorso meno diretto, passando attraverso il sistema linfatico.

Tutti i prodotti della GNLD sono formulati per essere facilmente assorbiti, in modo tale da fornire elementi essenziali che, attraverso l'apparato circolatorio da cui vengono trasportati, raggiungano tutte le cellule del corpo.



LA CIRCOLAZIONE

Il ruolo del sistema circolatorio è quello di assicurare il trasporto dei nutrienti assorbiti ad ogni cellula del corpo. Possiamo anche nutrirci correttamente, digerire correttamente ed assorbire correttamente gli elementi nutritivi, ma se la nostra circolazione non è adeguata, gli elementi nutritivi potrebbero anche non raggiungere le cellule cui sono destinati.

Il Comitato di Consulenza Scientifica (SAB) della GNLD riconosce il ruolo cruciale del sangue e del sistema circolatorio nel garantire che le cellule godano di una nutrizione adeguata. Questa dovrebbe essere anche una considerazione importante per chiunque inizi un programma di integrazione nutrizionale.



L'ASSIMILAZIONE

Per far sì che le cellule del corpo crescano, si ripariano e si ricostruiscano da sole, è essenziale una corretta assimilazione. Questa consiste nel delicato processo di far passare gli elementi nutritivi attraverso le membrane che circondano ogni singola cellula vivente. Perché questo processo abbia luogo, le cellule devono essere sane.

Molti oggi ritengono che l'invecchiamento sia provocato dal fatto che le cellule del corpo si deteriorano più rapidamente di quanto il corpo sia in grado di ricostruirle. Un nutrimento corretto delle cellule stesse è essenziale per questa ricostruzione.

La GNLD incorpora lipidi e steroli vitali nelle sue formule per sostenere la capacità delle cellule di assimilare i principi nutritivi. Il vecchio e familiare proverbio che dice: "tu sei ciò che mangi" può essere ancor meglio reinterpretato come: "tu sei quello che le tue cellule di fatto assimilano".



L'ELIMINAZIONE

La fase finale della nutrizione è l'efficiente eliminazione delle scorie dal corpo. L'eliminazione comincia a livello cellulare ed è completata tramite molte altre aree metabolicamente attive, come la pelle, i reni, i polmoni ed il colon. È essenziale che abbia luogo una completa e regolare eliminazione delle scorie dal corpo.

I prodotti GNLD sono stati formulati per aiutare le cellule ed

il corpo ad eliminare le scorie efficientemente e naturalmente. Proprio come gli elementi nutritivi usati dal corpo sono utilizzati in combinazioni, anche i Sei Stadi della Nutrizione sono tra loro correlati. Ciascuno di essi influenza le attività degli altri. Ogni prodotto nutrizionale GNLD è formulato per fornire elementi nutritivi essenziali, sostenendo al tempo stesso uno o più dei Sei Stadi della Nutrizione.

