

Aqui pode analisar alguns conselhos simples e práticos:

- ✓ Mantenha um peso estável e saudável.
- ✓ Pratique atividade física de forma regular.
- ✓ Estabeleça um horário regular para as suas refeições e escolha uma alimentação saudável e equilibrada, reduzindo o açúcar e a ingestão de gorduras saturadas.
- ✓ Deixe de fumar, porque fumar aumenta o risco de aparecimento de doenças cardiovasculares.



O que é?

O suplemento alimentar natural **Biover Gluco control** contém cromo que contribui para a manutenção de níveis normais de glicose no sangue, e contém um extrato de freixo, testado clinicamente, e padronizado de glicosídeos iridoídeos. O freixo contribui para a regulação da pressão arterial.

Para quem?

Biover Gluco control, é por isso, altamente recomendado para todos os diabéticos de tipo 2, bem como para pré-diabéticos.

Como usar?

Tome um comprimido duas a três vezes por dia, antes das refeições, para manter um metabolismo glicídico equilibrado.



biover

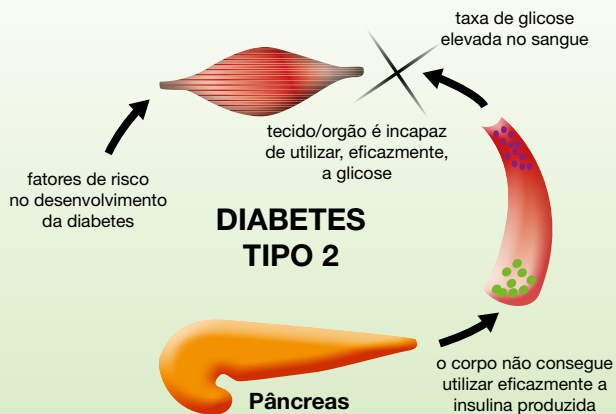


Gluco control

Biover Gluco control é um suplemento alimentar natural à base de cromo que contribui para a manutenção de níveis normais de glicose no sangue. Gluco control contém extrato de freixo, testado clinicamente, que contribui para a regulação da pressão arterial.

Diabetes em crescimento

O número de pessoas com diabetes aumenta cada vez mais, a uma escala mundial, especialmente, nos países em desenvolvimento. Estima-se que esta doença crónica afete mais de 347 milhões de pessoas no mundo inteiro, o tipo 2 da diabetes é muito mais frequente (\pm 90%) do que o tipo 1, uma percentagem que aumenta, exponencialmente, com a idade. Além disso, existem mais de 300 milhões de pré-diabéticos. Essas pessoas estão, a curto prazo, em risco de desenvolver diabetes tipo 2.^{2*} Uma vida saudável pode atrasar ou até impedir a diabetes tipo 2. A diabetes tipo 2 é mais frequente nas pessoas a partir dos 50 anos, é portanto considerada uma doença das pessoas dessa idade. Hoje em dia, mesmo as pessoas na casa dos trinta ou vinte anos podem ser afetadas pela diabetes. Este aumento está relacionado com o número crescente de pacientes obesos na nossa sociedade moderna.



Alterando o seu estilo de vida, pode evitar ou retardar uma conversão semelhante. Infelizmente, o nosso modo de vida moderno distancia-nos desse objetivo: inatividade física, má nutrição, stress, excesso de peso ou obesidade,... Estes são fatores de risco para o desenvolvimento da diabetes e são por isso muito prejudiciais à nossa saúde.

A diabetes afeta cada vez mais as pessoas.

A diabetes é uma das principais causas de morte, mas o que é esta doença e quais são os diferentes tipos de diabetes? Aqui está o que deve saber sobre esta patologia. A diabetes caracteriza-se por um aumento da taxa de açúcar no sangue e na urina. Esta doença crónica ocorre quando o pâncreas não produz insulina suficiente (tipo 1) ou quando o corpo não consegue utilizar eficazmente a insulina que produz (tipo 2). A insulina é um hormônio produzido pelo pâncreas que é essencial para regular a quantidade de açúcar armazenado ou utilizado nas células. Quando comemos hidratos de carbono, eles são digeridos no intestino para serem transformados em glicose. A glicose, passa, em seguida, dos intestinos para o sangue onde pode circular por todo o corpo para fornecer energia aos nossos órgãos e tecidos. E a insulina é a chave desta energia.**



Quais são as consequências da diabetes e como pode lidar com esse problema?

A diabetes de tipo 2 pode ficar 'silenciosa' durante vários anos e ir progredindo muito gradualmente, sem sinais aparentes. O diagnóstico é feito muitas vezes por acaso, no entanto, o açúcar em excesso no sangue causa, progressivamente, danos em vários órgãos. Os vasos sanguíneos, rins, coração, olhos,... possíveis complicações da diabetes são múltiplas, no entanto, ainda podem ser prevenidas se detetar a doença logo que possível.

Como a diabetes é uma doença em parte « provocada » pelo estilo de vida, as pessoas em risco de desenvolver a diabetes tipo 2 podem prevenir ou retardar o seu aparecimento, controlando o seu metabolismo glicídico, para evitar as complicações crónicas associadas a essa doença. **A combinação de Gluco control com um estilo de vida saudável vai ajudá-lo(a) a encontrar um equilíbrio glicémico.**

*<http://www.who.int/diabetes/en/>

**http://www.diabete-obd.be/questdiabete_typediabete.html