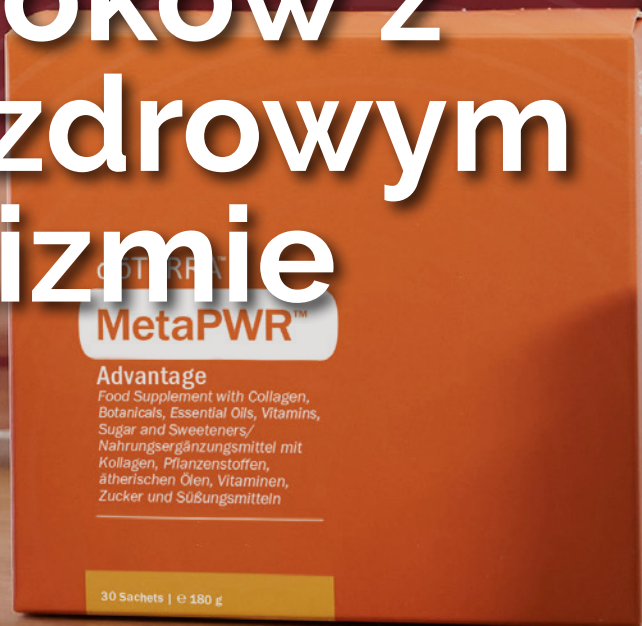


dōTERRA™
MetaPWR™

System składający
się z 3 kroków z
myślą o zdrowym
metabolizmie





Spis treści

Krok 1: Mieszanka olejków eterycznych MetaPWR™	01
Krok 2: MetaPWR Assist.....	03
Krok 3: MetaPWR Advantage.....	04
Krok 4: Korzystanie z Systemu MetaPWR na co dzień.....	07

Krok 1: Mieszanka olejków eterycznych MetaPWR™

Czym jest System MetaPWR?

System MetaPWR pozwala żyć pełnią życia, wspomagając metabolizm, energię i zdrowie. Każdy produkt w ramach systemu wykazuje własne, specjalistyczne działanie, a zarazem wspiera i zwiększa korzyści wynikające ze stosowania pozostałych produktów. W przypadku Systemu MetaPWR sprawdza się powiedzenie, że całość jest jeszcze lepsza od sumy jej elementów. Optymalnego metabolizmu nie można oczywiście uzyskać z pomocą szybkich rozwiązań – konieczne są mądre decyzje i zdrowy styl życia. System MetaPWR potrafi jednak maksymalizować i optymalizować skutki dobrych decyzji.

Co oznacza MetaPWR?

Być może zastanawiasz się, co właściwie znaczy nazwa „MetaPWR”. „Meta” pochodzi od wyrazu „metaboliczny”, gdyż System MetaPWR powstał po to, by wspomagać metabolizm. „Meta” może także oznaczać „kompleksowy” lub „transcendentny”. Skrót PWR oznacza zarówno moc (ang. „power”), jak i realizację osobistego wellness (ang. „personal wellness realised”).

Czym jest mieszanka olejków eterycznych MetaPWR?

Mieszanka MetaPWR zawiera olejki eteryczne CPTG™ – z grejpfruta, cytryny, mięty pieprzowej, imbiru i cynamonu – w odpowiednich, prawnie zastrzeżonych proporcjach. Ta mieszanka olejków eterycznych znajduje się we wszystkich produktach MetaPWR, w tym MetaPWR Assist i MetaPWR Advantage.

Badania przedkliniczne sugerują, że spożywanie grejpfrutów może przyczynić się do zdrowego metabolizmu ze względu na wysoką zawartość limonenu w tych owocach. Dużo limonenu zawierają także cytryny. Wykazano również, że spożywanie mięty pieprzowej korzystnie wpływa na organizm podczas wysiłku fizycznego.

Połączenie pięciu wymienionych olejków eterycznych w odpowiednich proporcjach może przynieść efekty pełnej mocy. Codzienne stosowanie tej prawnie zastrzeżonej mieszanki olejków może wspomóc zdrowie Twojego metabolizmu.



Mieszanka olejków eterycznych MetaPWR™

Jak pachnie mieszanka olejków eterycznych MetaPWR?

Zapach mieszanki olejków eterycznych MetaPWR to apetyczny balans pomiędzy aromatami cytrusów i przypraw z nutą mięty.

Jak stosować mieszankę olejków eterycznych MetaPWR?

Aby wspomóc zdrowie swojego metabolizmu, mieszankę MetaPWR należy przyjmować doustnie.

Mieszanka olejków eterycznych MetaPWR jest dostępna w kilku postaciach, co maksymalnie ułatwia jej stosowanie. Możesz wybrać buteleczkę o pojemności 15 ml, a także kuleczki lub kapsułki żelowe odpowiednie dla wegetarian i osób na diecie ketogenicznej. Kuleczki i kapsułki sprawiają, że doustne przyjmowanie MetaPWR jest bardzo proste.

Dzięki kilku wygodnym postaciom mieszanki olejków eterycznych MetaPWR zyskujesz łatwy dostęp do korzyści, jakie daje jej stosowanie. Twoja droga do osobistego dobrostanu właśnie stała się prostsza.

Wskazówki dotyczące stosowania:

- Dodaj kilka kropli mieszanki MetaPWR do wody.
- Połknij kuleczkę lub żelową kapsułkę w zależności od potrzeb.



Krok 2: MetaPWR™ Assist

Balansowanie stężenia glukozy we krwi

Stężenie glukozy we krwi to jeden z najważniejszych wskaźników stanu zdrowia. Jego wartość ulega naturalnym wahaniom w zależności od nawyków żywieniowych i aktywności fizycznej. Wartości bardzo wysokie lub zbyt niskie wskazują na problemy metaboliczne.

Wiele osób lubi przejażdżki kolejką górską. Uczucie wyczekiwania podczas jazdy pod górę, a następnie euforia przy zjeździe w dół powoduje, że do tej atrakcji ustawiają się rzesze podekscytowanych chętnych. Jedna lub dwie przejażdżki w roku nie powinny zaszkodzić zdrowiu; to samo dotyczy stężenia glukozy we krwi. Jazda kolejką kilka razy w ciągu dnia przez wiele tygodni może jednak przynieść negatywne konsekwencje. Podwyższone wartości stężenia glukozy we krwi występujące przez dłuższy czas także mogą wywołać w organizmie pewne skutki.

Zdrowa dieta i regularny ruch to najlepsze sposoby na utrzymanie prawidłowej regulacji stężenia glukozy we krwi. Skoro jednak tylko 20% dorosłej populacji w Europie wykazuje optymalny stan zdrowia układu krążenia i metabolizmu, większości z nas przyda się niewielkie wsparcie.

Czym jest MetaPWR Assist?

MetaPWR Assist to element Systemu MetaPWR, który składa się z produktów wspomagających metabolizm. Zawiera dodatkowe zioła i substancje odżywcze pochodzenia roślinnego, których działanie wzmacnia korzystny wpływ mieszanki olejków eterycznych MetaPWR.

Wstępne wyniki niedawnego badania przedklinicznego z udziałem 15 pacjentów, prowadzonego metodą podwójnie ślepej próby z placebo w grupie kontrolnej, wykazały, że przyjmowanie MetaPWR Assist przed jedzeniem wspomaga metabolizm posiłków bogatych w węglowodany. Konieczne są jednak dalsze badania kliniczne potwierdzające tę obserwację.

Jak działa MetaPWR Assist?

MetaPWR Assist zawiera szereg naturalnych związków o udowodnionym klinicznie korzystnym wpływie na metabolizm. Wyciąg z liści morwy może przyczyniać się do utrzymywania równowagi metabolizmu węglowodanów w organizmie.* Mięta pieprzowa, kluczowy składnik MetaPWR Assist, może ułatwiać trawienie oraz wspomagać pracę wątroby i dróg żółciowych.*

Po przyjęciu produktu MetaPWR Assist z posiłkiem wyciąg z morwy może wspomóc metabolizm spożytych właśnie węglowodanów. MetaPWR Assist należy oczywiście stosować w ramach zdrowej, zbilansowanej diety. Dobre zdrowie wymaga spożywania posiłków bogatych w substancje odżywcze, błonnik i węglowodany złożone.

Jak stosować:

- Przyjmij MetaPWR Assist z głównym posiłkiem dnia lub z posiłkiem zawierającym najwięcej węglowodanów.



*Te oświadczenia zdrowotne nadal są przedmiotem decyzji UE i Europejskiego Urzędu ds. Bezpieczeństwa Żywności (EFSA).

Krok 3: MetaPWR™ Advantage



Czym jest MetaPWR Advantage?

Większość ludzi sądzi, że starzenie się wpływa na metabolizm. Jest to po części prawda, ale na tym polu mamy do czynienia z obustronnym działaniem – metabolizm także wpływa na starzenie się w dobrym zdrowiu. System MetaPWR, szczególnie MetaPWR Advantage, oddziałuje na związek między metabolizmem a starzeniem się dzięki zawartości NAD⁺, NADH i kolagenu.

Czym są NAD⁺ oraz NMN?

Mononukleotyd nikotynamidowy (NMN) to kluczowy prekursor biosyntezy dinukleotydu nikotynoamidoadeninowego (NAD⁺) – koenzymu obecnego w każdej komórce organizmu.

NAD⁺ pełni szereg funkcji, ale najważniejsze z nich to wpływ na procesy metaboliczne i funkcjonowanie mitochondriów. NAD⁺ zmienia pożywienie w energię oraz chroni fabryki energii w komórkach. Bez wystarczającej ilości NAD⁺ komórki nie mogą wytwarzać energii, której potrzebują do przeżycia i wypełniania swoich funkcji. Stężenie NAD⁺ u osoby w wieku 50 lat jest zwykle dwukrotnie niższe w porównaniu z osobą w wieku 20 lat. Skutkuje to m.in. problemami z utrzymaniem prawidłowej masy ciała i obniżonym poziomem energii.

Badania przedkliniczne sugerują, że suplementacja NMN może podnieść stężenie NAD⁺, odmładzając pracę komórek i układów narządowych. Konieczne są jednak dalsze badania kliniczne potwierdzające tę obserwację. Receptura MetaPWR Advantage zawiera NMN otrzymany ze sproszkowanych drożdży, co pomaga w naturalny sposób podnieść stężenie NAD⁺ i NADH w organizmie.

MetaPWR™ Advantage

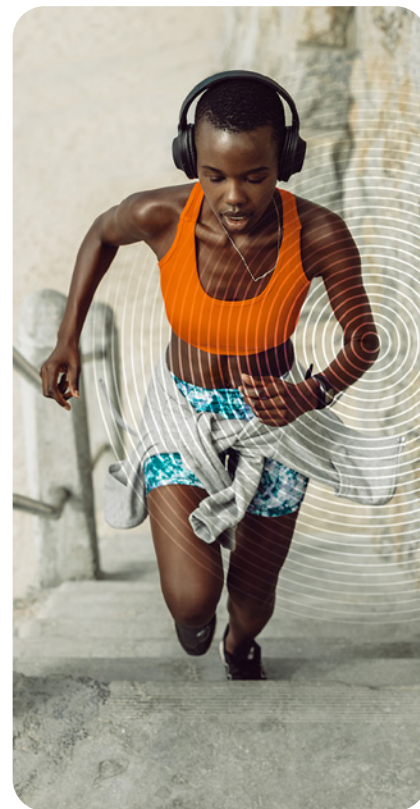
Czym jest kolagen?

Kolagen nadaje skórze elastyczność i jędrność oraz przeciwdziała otłuszczeniu tkanki mięśniowej i łącznej. Organizm wytwarza kolagen naturalnie, ale jego produkcja maleje z wiekiem. Suplementy mogą zwiększyć ilość kolagenu w organizmie, lecz nie wszystkie rodzaje produktów działają równie dobrze. Większość wyrobów nutraceutycznych z kolagenem zawiera tylko jeden lub dwa rodzaje peptydów kolagenowych (zwykle te, które wptywają na piękny wygląd i elastyczność skóry oraz hamują powstawanie zmarszczek).

MetaPWR Advantage zawiera pięć wyjątkowych typów peptydów kolagenowych. Spośród wszystkich białek to właśnie kolagenu jest w organizmie najwięcej. Dzieli się na 28 typów, które pełnią ważne funkcje. MetaPWR Advantage podkreśla więc znaczenie kolagenu dla całego organizmu.

Dziewięć typów kolagenu w MetaPWR Advantage:

- **Kolagen typu I** jest związany z piękną skórą.
- **Kolagen typu II** chroni kości i stanowi główny składnik chrząstki.
- **Kolagen typu IV** to główne białko błony podstawnej, które łączy skórę właściwą z naskórkiem oraz tworzy strukturę sieci zapewniającą podatność błony podstawnej.
- **Kolagen typu V** odpowiada za równomierne ułożenie włókien kolagenowych, stabilizując strukturę kolagenu typu I i typu II.
- **Kolagen typu VI** podtrzymuje mechaniczne funkcjonowanie komórek, wspomagając pracę mięśni oraz integralność błony komórkowej. Ponadto ten typ kolagenu hamuje uszkodzenia oksydacyjne i apoptozę.
- **Kolagen typu IX** to ważny składnik chrząstki. Znajduje się głównie w komórkach chrząstki zlokalizowanych w płytkach wzrostu, stawach i krążkach międzykręgowych.
- **Kolagen typu XXV** hamuje fibrylację peptydu amyloidu beta.
- **Białko Col1a2** jest fibryliną kolagenową.
- **Wakuolarnie białko sortujące 37A** bierze udział w procesach wzrostu i różnicowania się komórek.



Każdy z typów kolagenu przyczynia się do poprawy gęstości, elastyczności i nawodnienia skóry, wzmacniania naczyń krwionośnych i tkanki łącznej oraz ogólnej poprawy vitalności.

Po zmieszaniu preparatu MetaPWR Advantage (hydrolizowanego proszku) z wodą zimną lub wodą o temperaturze pokojowej otrzymasz płyn, z którego organizm łatwo wchłonie składniki odżywcze w ich stabilnej, niezdegradowanej postaci. Większość płynnych preparatów z kolagenem przechodzi pasteryzację w celu sterylizacji, gdyż powstają na bazie wody. Eliminuje to szkodliwe bakterie, lecz także niszczy pożyteczne dla organizmu substancje czynne, takie jak witaminy, flawonoidy i polifenole. Pomimo tego procesu trwałość takich preparatów jest gorsza niż produktów w proszku, do których należy MetaPWR Advantage. Ponadto preparaty na bazie wody są ciężkie, więc ich transport zwiększa emisję dwutlenku węgla. Po zmieszaniu preparatu MetaPWR Advantage z wodą otrzymasz łatwo przyswajalny płyn bez utraty wartości odżywczych spowodowanej pasteryzacją (i bez cukru, który zwykle zawierają gotowe napoje!).

MetaPWR™ Advantage

Ponadto pozyskujemy kolagen z ryb morskich żyjących w wodzie zimnej pochodzących ze zrównoważonych połowów. Jest on hydrolizowany (wstępnie rozkładany) przez endo- i egzoukazeazy znane jako enzymy proteolityczne (proteazy). Enzymy te tworzą małe fragmenty tripeptydowe złożone z sekwencji trzech aminokwasów dla optymalnego wchłaniania. Inne preparaty dostępne na rynku (z kolagenem pozyskanym ze zwierząt lądowych lub morskich) zwykle zawierają 15–35% tripeptydów. Kolagen w produkcie MetaPWR Advantage zawiera ponad 70% tripeptydów, co zapewnia doskonałe wchłanianie (w niektórych przypadkach do 12 razy większe).

Inne składniki MetaPWR Advantage

MetaPWR Advantage zawiera także resweratrol, wyciąg z jabłka różanego, ceramidy z ryżu, wyciąg z czerwonej pomarańczy, rokitnik, biotynę, kwas hialuronowy i liposomalną witaminę C.

Według wstępnych badań wyciąg z czerwonej pomarańczy i rokitnik są przeciwutleniaczami polifenolowymi. Konieczne są jednak dalsze badania kliniczne potwierdzające tę obserwację. Przeciwutleniacze zwalczają wolne rodniki, zapobiegając uszkodzeniom oksydacyjnym i stresowi oksydacyjnemu komórek.

Kwas hialuronowy to główny składnik macierzy zewnątrzkomórkowej, który wspomaga integralność i zdrowie skóry. Jego unikatowa zdolność absorpcji i zatrzymywania wody pomaga zapobiegać wysuszeniu i uszkodzeniom skóry.

Liposomalna witamina C nie tylko pobudza fibroblasty do syntezy nowego kolagenu, lecz także stabilizuje fibryle kolagenowe w organizmie przez hydroksylację.

Jak stosować MetaPWR Advantage

MetaPWR Advantage to pyszny proszek pomarańczowo-cytrynowy, który należy wsypać do 150–240 ml zimnej wody lub wody o temperaturze pokojowej (nie wolno używać gorącej wody). Następnie energicznie wymieszać w butelce lub zblendować z gładkim koktajlem (smoothie). Pić natychmiast po sporządzeniu.

Najlepsze efekty daje przyjmowanie MetaPWR Advantage co najmniej raz dziennie. Produkt można spożywać o każdej porze dnia, ale dla większości osób najlepszym czasem jest poranek. Produktu MetaPWR Advantage nie trzeba przyjmować podczas posiłku.

Popraw swój stan zdrowia, wspomóż metabolizm i ciesz się wieloma innymi korzyściami – na zewnątrz i od środka.

Czy dostępny jest kolagen na bazie roślin lub kolagen wegański?

Gdy jest to możliwe, dōTERRA stara się oferować opcje suplementów na bazie roślin. Osoby, które nie chcą spożywać produktów pochodzących z ryb lub surowców morskich z powodu restrykcji dietetycznych lub własnych preferencji, z pewnością pragną wiedzieć, czy będzie dostępna także wersja roślinna MetaPWR Advantage. Kolagen jest syntetyzowany przez zwierzęta, więc pochodzi wyłącznie od nich. Niektóre produkty są reklamowane jako kolagen wegański. Gdy jednak przyjrzy się bliżej ich składnikom, zobaczysz, że są to zwykle aminokwasy ze źródeł wegańskich, a nie prawdziwe tripeptydy kolagenowe.

Pamiętaj, że kolagen to substancja, którą Twój organizm wytwarza w sposób naturalny. MetaPWR Advantage ma na celu uzupełnienie kolagenu w organizmie, który nie produkuje go już tak dużo, jak dawniej. Kolagen zawarty w MetaPWR Advantage po prostu pomaga zastąpić kolagen wytwarzany przez Twój organizm.

Jak stosować:

- Wsyp saszetkę MetaPWR Advantage do 150–240 ml zimnej wody lub wody o temperaturze pokojowej.
- Następnie energicznie wymieszaj lub zblenduj z koktajlem. Pij natychmiast po sporządzeniu.

Krok 4: Stosowanie Systemu MetaPWR™ na co dzień

Mieszanka olejków eterycznych MetaPWR jest dostępna w kilku postaciach do wyboru. Jeśli lubisz smak produktu MetaPWR, idealnym rozwiązaniem będzie buteleczka o pojemności 15 ml pozwalająca dodawać go do wody. Jeśli jednak wolisz przyjmować olejki eteryczne w postaci suplementów, pokochasz kuleczki i żelowe kapsułki.

Wybór postaci MetaPWR to więcej niż kwestia preferencji – dzięki nim stworzysz harmonogram korzystania z Systemu dopasowany do Twojego stylu życia. Możesz na przykład zacząć dzień od zmieszania MetaPWR Advantage z wodą w butelce (dodaj kroplę olejku MetaPWR, jeśli lubisz jego smak!) i tak sporządzonym napojem popić pożywne śniadanie bogate w białko oraz żelową kapsułkę MetaPWR. Przed południem możesz potknąć kilka kuleczek. Przed obiadem lub kolacją zastosuj MetaPWR Assist, a dzień zakończ przyjęciem drugiej żelowej kapsułki.

Niezależnie od tego, czy dopiero zaczynasz przygodę ze zdrową dietą i ćwiczeniami, czy też od lat praktykujesz post przerywany, MetaPWR pomoże Ci osiągnąć cele i żyć pełnią życia.

Przykładowy harmonogram dzienny stosowania MetaPWR™

RANO

- Jedna kropla mieszanki olejków eterycznych MetaPWR i Meta Advantage z wodą
- Żelowa kapsułka MetaPWR oraz zestaw Lifelong Vitality Pack (LLV)

W CIĄGU DNIA

- MetaPWR Assist z obiadem (jeśli jest to główny posiłek dnia)
- Żelowa kapsułka MetaPWR po obiedzie
- Kuleczki MetaPWR po południu

WIECZOREM

- MetaPWR Assist z kolacją (jeśli jest to główny posiłek dnia)
- Żelowe kapsułki lub kuleczki MetaPWR po kolacji



Wszystkie informacje są aktualne w momencie produkcji.

UK Office, Altius House, 1 North Fourth Street, Milton Keynes, MK9 1DG, Wielka Brytania

dōTERRA Global Limited, 32 Molesworth Street, Dublin 2, Irlandia

© 2023 dōTERRA Holdings, LLC, 389 S 1300 W St. Pleasant Grove, UT 84062 USA

Wszelkie prawa zastrzeżone. Wszystkie słowa zawierające symbole znaków towarowych lub zarejestrowanych znaków towarowych są znakami towarowymi lub zastrzeżonymi znakami towarowymi należącymi do firmy dōTERRA Holdings, LLC.

PL EU MetaPWR eBook 020823