dōTERRA™ | EUROPE

dōTERRA™

MetaPWR™

Sistem za metabolično zdravje v treh korakih

Kazalo vsebine

1. korak: Mešanica eteričnih olj MetaPWR™ 01

2. korak: MetaPWR Assist 03

3. korak: MetaPWR Advantage 04

4. korak: Uporaba sistema MetaPWR v vsakdanjem življenju 07

1. korak: Mešanica eteričnih olj MetaPWR™

Kaj je sistem MetaPWR?

Sistem MetaPWR vam pomaga živeti najbolj polno verzijo svojega življenje, saj podpira vaš metabolizem, energijo in zdravje. Vsak izdelek je zasnovan za uporabo v sistemu in ponuja nekaj posebnega, medtem ko podpira in izboljšuje tudi koristne učinke drugih izdelkov iz linije. S sistemom MetaPWR je celota resnično večja kot skupek njenih delov. Seveda ni hitrih rešitev za optimalno presnovo – še vedno morate sprejeti pametne in zdrave odločitve o življenjskem slogu – vendar pa lahko sistem MetaPWR izboljša in optimizira učinke vaših izbir wellness življenjskega sloga.

Kaj pomeni MetaPWR?

Morda se sprašujete: »Kaj pomeni MetaPWR?« Meta izhaja iz besede »metaboličen«, kar je primerno, ker je sistem MetaPWR zasnovan za podporo metaboličnemu zdravju. Meta pa lahko pomeni tudi »celovito« ali »izjemno«. »Power« (napisano kot P-W-R) lahko seveda pomeni »moč«, vendar hkrati pomeni »personal wellness realised« (»uresničen osebni wellness«).

Kaj je mešanica eteričnih olj MetaPWR?

Mešanica eteričnih olj MetaPWR vsebuje zaščitena uravnotežena razmerja certificiranih (CPTG™) eteričnih olj grenivke, limone, poprove mete, ingverja in cimeta. Ta mešanica eteričnih olj je prisotna v vseh izdelkih MetaPWR, vključno z MetaPWR Assist in MetaPWR Advantage.

Predklinične raziskave kažejo, da lahko grenivka z naravno visoko vsebnostjo kemične sestavine limonena ob zaužitju podpira zdravo presnovo. Tudi limona ima visoko vsebnost limonena. Dokazano je tudi, da poprova meta ob zaužitju pomaga izboljšati učinkovitost vadbe.

Toda ko je vseh pet eteričnih olj združenih v pravem razmerju, se lahko zgodi nekaj izjemnega. Vsakodnevna uporaba te zaščitene mešanice eteričnih olj lahko pomaga pri vašem metaboličnem zdravju.

Mešanica eteričnih olj MetaPWR™

Kakšen vonj ima mešanica eteričnih olj MetaPWR?

Aroma mešanice eteričnih olj MetaPWR je okusno ravnovesje citrusov in začimb s pridihom mete.

Navodila za uporabo mešanice eteričnih olj MetaPWR

Mešanico eteričnih olj MetaPWR zaužijte interno za podporo metaboličnemu zdravju.

Mešanica eteričnih olj MetaPWR je na voljo v več oblikah dostave, da je čim bolj priročna in dostopna. Skupaj s 15-ml stekleničko je MetaPWR na voljo tudi v vegetarijanski in keto prijazni obliki granul ali mehkih kapsul. Granule in mehke kapsule omogočajo enostavno interno jemanje MetaPWR.

Z več načini za priročen dostop do koristi mešanice eteričnih olj MetaPWR, doma in na poti, je vaša pot do uresničitve osebnega wellnessa pravkar postala veliko lažja.

2. korak: MetaPWR™ Assist

Uravnotežen krvi sladkor

Raven sladkorja v krvi je med najpomembnejšimi pokazatelji zdravja. Te ravni naravno nihajo glede na vzorce prehranjevanja in aktivnosti. Izredno visoke in nizke vrednosti so znaki težav s presnovo.

Veliko ljudi doživlja pravi vlakec smrti. Pričakovanje vzpona in navdušenje ob spustu pogosto povzročita dolge čakalne vrste in vznemirjene navdušence. Tako kot ravni sladkorja v krvi tudi vožnja z vlakcem enkrat ali dvakrat na leto ne bi smela povzročati dolgoročnih težav. Vendar pa ima lahko vožnja z vlakcem večkrat na dan, teden za tednom, posledice. Sčasoma ima lahko povišana raven krvnega sladkorja določene posledice za telo.

Zdrava prehrana in redna vadba sta najboljša načina za spodbujanje zdravega uravnavanja krvnega sladkorja. Kljub temu, glede na to, da ima 20 % odraslega prebivalstva Evrope optimalno kardiometabolično zdravje, bi večini od nas koristilo malo podpore.

Kaj je MetaPWR™ Assist?

MetaPWR Assist je del sistema MetaPWR, ki je sestavljen iz izdelkov za podporo metaboličnemu zdravju. Temelji na mešanici eteričnih olj MetaPWR ter vsebuje dodatna zelišča in fitohranila.

V nedavnem predkliničnem, dvojno slepem, s placebom kontroliranem preskušanju, ki je spremljalo 15 bolnikov, so začetni rezultati pokazali, da MetaPWR Assist, če ga vzamete pred obroki, pomaga pri presnovi obrokov, bogatih z ogljikovimi hidrati. Vendar je potrebnih več potrditvenih kliničnih raziskav.

Kako deluje MetaPWR Assist?

MetaPWR Assist vsebuje več naravnih spojin, za katere je klinično dokazano, da spodbujajo zdravo presnovo. Izvleček iz listov murve lahko prispeva k vzdrževanju ravnovesja presnove ogljikovih hidratov v telesu.* Poprova meta, ključna sestavina MetaPWR Assist, lahko olajša prebavo ter podpira delovanje jeter in žolčnika.*

Ko vzamete MetaPWR Assist ob obroku, lahko izvleček murve pomaga vašemu telesu bolje presnoviti ogljikove hidrate, ki ste jih pravkar zaužili. Seveda pa je treba izdelku MetaPWR Assist dodati še zdravo in uravnoteženo prehrano. Za dobro zdravje morate jesti kompleksne ogljikove hidrate, bogate s hranili in vlakninami!

Namig za uporabo:

- Vzemite MetaPWR Assist ob največjem obroku dneva ali obroku z največ ogljikovimi hidrati.

*O teh zdravstvenih trditvah še vedno odločata EU in EFSA.

3. korak: MetaPWR™ Advantage

Kaj je MetaPWR Advantage?

Čeprav večina ljudi misli, da na presnovo vpliva staranje – kar je delno res – vendar pa tudi presnova vpliva na zdravo staranje. Sistem MetaPWR, zlasti MetaPWR Advantage, obravnava razmerje med metabolizmom in staranjem z NAD+, NADH ter kolagenom.

Kaj sta NAD+ in NMN?

Nikotinamid mono nukleotid ali NMN je bistveni predhodnik v biosintezi nikotinamid adenin dinukleotida ali NAD+, ki je koencim, ki ga najdemo v vsaki celici telesa.

Medtem ko NAD+ opravlja številne funkcije, so najbolj kritični presnovni procesi in delovanje mitohondrijev. NAD+ pretvori hrano v energijo in nudi zaščito vašim tovarnam celične energije. Brez zadostnih ravni NAD+ celice ne morejo ustvariti energije za preživetje in opravljanje svojih funkcij. Ko dosežete starost 50 let, so ravni NAD+ na splošno polovica tistih, ki ste jih imele pri 20-ih, kar prispeva k zdravstvenim izzivom, kot sta težko uravnavanje telesne teže in zmanjšana raven energije.

Predklinične študije kažejo, da lahko jemanje dodatkov z NMN poveča NAD+, kar vodi do bolj mladostnega delovanja celic in sistemov v telesu, vendar je potrebnih več potrditvenih kliničnih raziskav. Formula MetaPWR Advantage vključuje kvas v prahu NMN, ki pomaga naravno povečati ravni NAD+ in NADH v telesu.

MetaPWR™ Advantage

Kaj je kolagen?

Kolagen daje vaši koži elastičnost in čvrstost ter podpira mišično in vezivno tkivo. Kolagen se v telesu proizvaja naravno, vendar tudi njegova proizvodnja s starostjo začne upadati. Jemanje dodatkov lahko okrepi kolagen v telesu, vendar pa vse vrste kolagena ne delujejo enako dobro. Večina kolagenskih nutracevtikov vsebuje samo eno ali dve vrsti kolagenskih peptidov (običajno vrste, ki so najpomembnejše za lepoto kože, njeno elastičnost in gube).

Poleg teh priljubljenih vrst kolagena MetaPWR Advantage vključuje devet edinstvenih vrst kolagenskih peptidov. Kolagen je najbolj razširjena beljakovina v telesu in ima pomembne vloge v svojih 28 različnih vrstah, zato z MetaPWR Advantage poudarjamo vlogo kolagena v celem telesu.

Devet vrst kolagena v MetaPWR Advantage:

- **Kolagen tipa I** je povezan z lepoto kože.
- **Kolagen tipa II** je povezan z zaščito kosti in je glavna sestavina hrustanca.
- **Kolagen tipa IV** je glavna beljakovina bazalne membrane, ki povezuje usnjico in povrhnjico ter tvori mrežno strukturo, zaradi katere je bazalna membrana voljna.
- **Kolagen tipa V** je povezan s pravilno razporeditvijo kolagenskih vlaken, ki stabilizirajo strukture kolagena tipa I in tipa II.
- **Kolagen tipa VI** ohranja mehansko funkcijo v celici, podpira delovanje mišic in celovitost celične membrane. Poleg tega ta vrsta kolagena zavira oksidativno poškodbo in apoptozo.
- **Kolagen tipa IX** je pomembna sestavina hrustanca in je v glavnem razporejen v hrustančnih celicah rastnih plošč, sklepov in medvretenčnih ploščic.
- **Kolagen tipa XXV** zavira fibrilacijo amiloidnega beta peptida.
- **Protein Col1a2** je kolagen fibrilin.
- **Vakuolarno razvrščanje proteinov 37A** sodeluje pri rasti in diferenciaciji celic.

Vsaka vrsta kolagena ima pomembno vlogo pri izboljšanju gostote, elastičnosti in hidracije kože; krepitvi krvnih žil; podpori vezivnemu tkivu in izboljšanju splošne vitalnosti.

Ko MetaPWR Advantage, ki je hidroliziran prašek, zmešate s hladno vodo ali vodo sobne temperature, ga zaužijete kot tekočino, kar pomeni, da lahko vaše telo zlahka absorbira stabilna, nerazgrajena hranila. Večina predpakiranih tekočih kolagenov uporablja postopek pasterizacije za sterilizacijo svojega sistema za dovajanje na vodni osnovi, ki odstrani škodljive bakterije, vendar tudi uniči koristne aktivne sestavine, kot so vitamini, flavonoidi in polifenoli. Kljub temu postopku je dejansko manj stabilen na policah kot v obliki prahu, kot je MetaPWR Advantage. Zahteva tudi pošiljanje težke vode po vsem svetu, kar povečuje emisije ogljika. Z mešanjem praška MetaPWR Advantage z vodo še vedno dobite prednosti absorpcije dovajanja tekočine, vendar brez izgube vrednosti, do katere pride med pasterizacijo (in brez vsebnosti sladkorja, ki običajno spremlja predpakirano obliko soka!)

MetaPWR™ Advantage

Poleg tega naš kolagen pridobivamo iz trajnostno pridobljenih hladnovodnih morskih rib in je hidroliziran (predigeriran) z endo- in ekso-nukleaznimi encimi, znani kot proteaze. Ti encimi ustvarijo majhne tripeptidne fragmente treh aminokislinskih zaporedij za optimalno absorpcijo. Drugi kolageni na trgu – pa naj se pridobivajo iz kopenskih živali ali morskih virov – običajno vsebujejo 15–35 % tripeptidov. Kolagen MetaPWR Advantage vsebuje več kot 70 % tripeptidnih fragmentov za vrhunsko absorpcijo (v nekaterih primerih do 12-krat večjo absorpcijo).

Druge sestavine MetaPWR Advantage

MetaPWR Advantage vsebuje tudi resveratrol, izvleček rožnega jabolka, ceramide iz riža, izvleček rdeče pomaranče, rakitovec, biotin, hialuronsko kislino in liposomski vitamin C.

Po predhodnih študijah sta izvleček rdeče pomaranče in rakitovec oba polifenolna antioksidanta, vendar je potrebnih več potrditvenih kliničnih raziskav. Antioksidanti se borijo proti prostim radikalom ter preprečujejo oksidativno poškodbo in stres v vaših celicah.

Hialuronska kislina, kot glavna sestavina zunajceličnega matriksa, ohranja celovitost in zdravje vaše kože. Njena edinstvena sposobnost vpijanja in zadrževanja vode pomaga preprečevati suho ali poškodovano kožo.

Liposomski vitamin C ne le spodbuja fibroblaste v telesu, da sintetizirajo nov kolagen, ampak tudi stabilizira kolagenske fibrile v telesu s hidroksilacijo.

Navodila za uporabo MetaPWR Advantage

MetaPWR Advantage je prah s čudovitim okusom pomaranče in limone, ki ga lahko zmešate s 150–240 ml hladne vode ali vode sobne temperature, ne pa vroče. Močno premešajte v posodici za mešanje ali zmešajte v smuti in takoj popijte.

Za najboljše rezultate jemljite MetaPWR Advantage vsaj enkrat na dan. MetaPWR Advantage lahko vzamete kadar koli v dnevu, vendar pa je zjutraj učinkovito za večino ljudi. MetaPWR Advantage ni treba jemati s hrano.

Podaljšajte svoje zdravje, podprite zdravje presnove in uživajte v številnih drugih notranjih in zunanjih koristih.

Ali je na voljo tudi rastlinski ali veganski kolagen?

dōTERRA poskuša ponuditi možnosti rastlinskih dodatkov, kadar je to mogoče, in tisti, ki ne želijo uživati rib ali morskih izdelkov zaradi prehranskih omejitev ali osebnih želja, se morda sprašujejo, ali bo na voljo tudi rastlinski MetaPWR Advantage. Kolagen sintetizirajo živali, zato je na voljo izključno živalski. Morda boste videli izdelke, ki se tržijo kot veganski kolagen; če pa pogledate podrobneje, boste videli, da gre običajno za zbirko veganskih aminokislin – ne za dejanske tripeptide kolagena.

Vendar ne pozabite, kolagen je nekaj, kar vaše telo proizvaja naravno! MetaPWR Advantage je zasnovan za dopolnitev kolagena, ki ga vaše telo ne proizvaja v takem izobilju kot nekoč. Pomislite na dodatni kolagen v MetaPWR Advantage, ki pomaga nadomestiti kolagen v vašem telesu.

Namig za uporabo:

- Dodajte eno vrečko MetaPWR Advantage v 150-240 ml hladne vode ali vode sobne temperature.
- Močno premešajte ali zmešajte z mešalnikom in takoj popijte.

4. korak: Uporaba sistema MetaPWR™ v vsakdanjem življenju

Mešanica eteričnih olj MetaPWR je na voljo v različnih oblikah, kar olajša prilagajanje vaše izkušnje. Če vam je všeč okus MetaPWR, potem je 15-ml steklenička popolna za dodajanje vaši vodi. Če vam je jemanje eteričnih olj v obliki dodatkov lažje, vam bodo všeč granule in mehke kapsule.

Prilagoditve MetaPWR presegajo tudi osebne preference – s tem sistemom lahko ustvarite rutino, ki ustreza vašemu osebnemu življenjskemu slogu. Svoje jutro lahko začnete z mešanjem MetaPWR Advantage z vodo v posodi za mešanje (dodajte tudi kapljico olja MetaPWR, če vam je všeč okus!) ter to združite s hranljivim zajtrkom z visoko vsebnostjo beljakovin in mehko kapsulo MetaPWR. Sredi dopoldneva lahko vzamete nekaj granul. Na koncu pa si lahko MetaPWR Assist privoščite pred večerjo in nato dan zaključite z drugo mehko kapsulo pred spanjem.

Ne glede na to, ali ste šele začeli svojo pot k zdravemu prehranjevanju in telesni vadbi ali že leta prakticirate občasno postenje, lahko uporabite MetaPWR, ki vam bo pomagala doseči svoje cilje in živeti najbolj polno verzijo svojega življenja.

Vzorec dnevnega urnika MetaPWR™

ZJUTRAJ

- Ena kapljica mešanice eteričnega olja MetaPWR in Meta Advantage z vodo.
- Mehka kapsula MetaPWR in paket Lifelong Vitality Pack (LLV).

ČEZ DAN

- MetaPWR Assist pri kosilu (če je to največji obrok dneva).
- Mehka kapsula MetaPWR po kosilu.
- Granule MetaPWR Beadlets sredi popoldneva.

ZVEČER

- MetaPWR Assist pri večerji (če je to največji obrok dneva).
- Mehke kapsule ali granule MetaPWR po večerji.

Vse informacije so na dan izdelave pravilne.

UK Office, Altius House, 1 North Fourth Street, Milton Keynes, MK9 1DG, Združeno kraljestvo
dōTERRA Global Limited, 32 Molesworth Street, Dublin 2, Irska
© 2023 dōTERRA Holdings, LLC, 389 S 1300 W St. Pleasant Grove, UT 84062 USA

Vse pravice pridržane. Vse besede z oznako registrirano ali zaščiteno so registrirane in zaščitene s strani dōTERRA Holdings, LLC.