



Fibra watt 60Caps

Codice: 1669

€ 10,40 ~~€ 13,00~~ - 20%



Integratore di glucomannano

A chi si rivolge:

A chi vuole perdere peso

A cosa serve:

A supportare percorsi di dimagrimento

Ad apportare fibra nella dieta

Il glucomannano è un polisaccaride ad alto peso molecolare, costituito da residui di glucosio e mannosio (da cui deriva il suo nome), che costituiscono rispettivamente il 40% e il 60% (circa) della farina.

Classificato come fibra solubile, viene estratto dal tubero di *Amorphophallus konjac*, una pianta utilizzata nella cucina giapponese e cinese come addensante e come presidio terapeutico (cura della pelle).

Il glucomannano ha la capacità di attirare acqua e rigonfiarsi, aumentando di molto il proprio volume e diventando un gel, senza dare gonfiori, con un conseguente aumento del senso di sazietà (Ramya D.D. et al. 2018. Health-promoting effects of konjac glucomannan and its practical applications: A critical review).

Queste proprietà lo rendono adatto a supportare le diete finalizzate alla perdita di peso corporeo. Uno studio eseguito su obesi ha mostrato che la supplementazione con glucomannano (rispetto ad un placebo) per otto settimane ha portato ad un significativo calo di peso.

Essendo anche un leggero lassativo può essere utilizzato da persone che soffrono di stipsi cronica. Il meccanismo d'azione del glucomannano avviene nell'intestino, dove resiste all'azione idrolitica degli enzimi digestivi e può limitare l'assorbimento dei carboidrati. La sua degradazione avviene grazie alla flora intestinale, con la formazione di molecole biologicamente attive. L'azione biologica è accostata a quella meccanica, poiché incrementa la massa fecale.

Alcuni studi mostrano anche un'attività sull'abbassamento del colesterolo LDL e della glicemia.

Assumere vitamine liposolubili (A-D-E-K) in concomitanza con il glucomannano può ridurre l'assorbimento.

Plus Power Supplements

Indirizzo 74015 Martina Franca (TA)

+39 0805125834

Url: <https://pluspowersupplements.com/fibra-watt-60caps>



Indicazioni d'uso: si consiglia l'assunzione di 2 capsule due volte al giorno prima dei pasti principali, accompagnate da un bicchiere d'acqua.

Dosi: 4 capsule al giorno.

VALORI NUTRIZIONALI

Per porzione: 4 capsule

Glucomannano

2 g

INGREDIENTI

Glucomannano (da *Amorphophallus konjac* K. Koch) polvere; agenti antiagglomeranti: sali di magnesio degli acidi grassi, biossido di silicio; vitamina B6 (Piridossina cloridrato); involucro: Idrossipropilmetilcellulosa; colorante: biossido di titanio.

Modo d'uso

Si consiglia l'assunzione di 4 capsule al giorno in corrispondenza dei pasti principali.

Avvertenze

L'assunzione non deve superare la dose giornaliera consigliata. Gli integratori non vanno intesi come sostituti di una dieta variata ed equilibrata ed un sano stile di vita. Tenere fuori dalla portata dei bambini al di sotto dei tre anni.

Caratteristiche

Non contenenti

Tipologia alimentare

Marca

Formato

Vegano/Vegetariano

+Watt

60Caps

Plus Power Supplements

Indirizzo 74015 Martina Franca (TA)

+39 0805125834

Url: <https://pluspowersupplements.com/fibra-watt-60caps>