GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Operación bikini sin efecto rebote con Ketonico

Actualidad Empresarial | 14/05/2022 | 00:00

Cada vez falta menos para la llegada del verano y, como cada año, todo el mundo desea estar perfecto para lucir sus bañadores en las playas y las piscinas. Esta es una de las épocas en las que más se buscan fórmulas y trucos con el objetivo de perder los kilos de más y ponerse en forma, la conocida como operación bikini.

Sin embargo, hay que tener cuidado, ya que cada año aparecen nuevas dietas milagro que prometen una pérdida de peso muy rápida y sin esfuerzo, pero que son tan falsas como las anteriores. Es imprescindible buscar un método para adelgazar comiendo sano y sin arriesgarse a sufrir el efecto rebote en meses o semanas, y una de las mejores soluciones es la dieta Keto.

Dieta Keto: eficaz, rápida y sin rebotes

A lo largo del tiempo, se ha demostrado que la dieta Keto o cetogénica es una de las mejores opciones para perder peso de forma rápida y eficaz sin poner en riesgo la salud. A diferencia de las dietas milagro, este método, llevado a cabo con la ayuda de profesionales y haciendo uso de los mejores productos, es una alternativa completamente saludable. No se trata únicamente de un truco para adelgazar, sino que se ha convertido en un estilo de vida muy extendido en el mundo.

Esta técnica consiste en restringir el consumo de carbohidratos y aumentar la ingesta de grasas saludables, modificando la fuente de energía principal y produciendo cambios en el metabolismo. Cuando el cuerpo empieza a reaccionar a la falta de hidratos de carbono, entra en cetosis y consume las reservas de glucosa, produciendo la quema de grasas y, por ende, eliminando los kilos de más.

¿Un mes para el verano? Todavía hay tiempo

Lo que sucede con la dieta Keto y el proceso de cetosis es que empiezan a aparecer los cambios en el cuerpo de forma completamente natural y segura, y en un periodo de tiempo muy breve.

Además, existen empresas como la start-up Ketonico, que facilita mucho el proceso de adaptación y el desarrollo de esta dieta. Con sus consultas y asesoramientos personalizados, sus e-books gratuitos y su amplia gama de productos, cualquier persona puede lograr sus objetivos y disfrutar de las vacaciones sin pasar hambre ni poner en riesgo su salud.

Salud y calidad de vida con Ketonico

La start-up Ketonico ofrece algunos de los productos y servicios más innovadores en el estilo de vida bajo en carbohidratos y rico en grasas. Sus clientes pueden elegir entre más de 30 productos, suplementos y sustitutos alimentarios, así como consultas online y packs. En las recetas de sus alimentos solo incluyen ingredientes de primera calidad y con Certificado Keto.

Fundada por tres empresarios con sede en Ibiza, Ketonico es una marca registrada de Ketonico Healthy Foods S.L. (empresa registrada en Barcelona), que trabaja con más de 100 socios y proveedores en todo el mundo. Se trata de la primera empresa en Europa con productos Keto-Certified. Su experiencia se ofrece online a través de la web y sus redes sociales en Instagram, Facebook y YouTube.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/174453-operacion-bikini-sin-efecto-rebote-con-ketonico.htm