GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Colesterol y excesos en el verano

Actualidad Empresarial | 13/09/2023 | 00:00

En un esfuerzo por concienciar sobre la importancia de mantener niveles saludables de colesterol, especialistas médicos destacan la necesidad de prestar especial atención a esta sustancia tras los excesos alimenticios del verano. El colesterol, una sustancia esencial en el organismo, puede volverse perjudicial si se encuentra en exceso, con la consecuente provocación de problemas cardiovasculares. Afortunadamente, la regulación de los niveles de colesterol se ha vuelto más accesible gracias a productos naturales como Citesterol con berberis, disponible en Bibefy, un marketplace de productos naturales y herbodietética de alta calidad.

El colesterol y los excesos en el verano

El verano, con su ambiente relajado y festivo, a menudo lleva a un aumento en los excesos alimenticios y en la indulgencia en platos ricos en grasas saturadas, calorías, azúcares… Esta época de alegría y diversión también puede tener consecuencias negativas en la salud cardiovascular, ya que los excesos durante el verano pueden contribuir al aumento del colesterol y, por ende, a un mayor riesgo de enfermedades cardíacas.

El colesterol, una sustancia cerosa que se encuentra en todas las células del cuerpo, es esencial para la función celular y la producción de hormonas. Sin embargo, cuando los niveles de colesterol en la sangre se elevan por encima de los valores recomendados, se convierte en un problema, principalmente ante el aumento del colesterol LDL (colesterol «malo») en la sangre.

La consecuencia de los excesos alimenticios y el colesterol alto puede ser la acumulación de depósitos de grasa en las paredes de las arterias, lo que se conoce como aterosclerosis. Con el tiempo, estos depósitos pueden estrechar las arterias y dificultar el flujo sanguíneo, afectando al sistema cardiovascular y volviendo al cuerpo propenso a sufrir ataques cardíacos o accidentes cerebrovasculares. Por lo tanto, es vital tomar medidas preventivas y adoptar hábitos más saludables.

¿Cómo controlar el nivel de colesterol?

Una manera efectiva de contrarrestar los efectos negativos de los excesos del verano en el colesterol es a través de la regulación de la alimentación y la incorporación de productos naturales que ayuden a mantener niveles de colesterol saludables. En este sentido, productos como Citesterol con berberis, disponible en Bibefy, ofrecen una opción natural y efectiva para mantener el colesterol bajo control.

Citesterol con berberis, con su combinación de ingredientes naturales, puede ser una herramienta valiosa para combatir los efectos nocivos de los excesos veraniegos en los niveles de colesterol y, por ende, en el bienestar cardiovascular. Su formulación incluye componentes como el berberis y el cilantro, que contribuyen a regular el colesterol, así como también alcachofa, que ayuda a mantener niveles normales de lípidos en sangre y coenzima Q10, la cual actúa como antioxidante, evitando la peroxidación lipídica.

Este suplemento, apto para veganos, 100 % natural y libre de lactosa y gluten, ofrece una solución natural, efectiva y accesible para equilibrar el nivel de colesterol y mantener una salud cardiovascular óptima, de la mano de Bibefy.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/216651-colesterol-y-excesos-en-el-verano.htm