



A tudósok érdekes megállapítása: az evolúció szempontjából a túlsúlyos egyedek mindig előnyben voltak, hiszen nekik nélkülözések idején sokszorosan jobbak a túlélési képességeik.

Amióta azonban az élelmiszerek mindenki számára elérhetővé váltak (legalábbis a fejlett világban), az előny inkább hátránnyá változott. A világon 250 millió túlsúlyos ember éle, és számuk folyamatosan növekszik... Miért? Mert agyunk „harcol” a fogyókúrák ellen. A test az ösztönök mentén „ragaszkodik” a jóllakottsághoz; ha elegendő kalóriát kap, akkor elégedett a test is, a lélek (az agy) is. Ezért olyan nehéz lefogyni.

{jumi [reklam.php]}

A túlsúlyos emberek panaszkodnak, hogy a (fogyókúrák) étkezések befejezésekor sosem éreznek teltségérzetet. Mi a teendő? Meg kell „győzni” az agyat, hogy a test elegendő táplálékot kapott. A kutatóknak sikerült felfedezniük egy olyan molekulát (P57 a neve), a Hoodia kaktuszból vonták ki, amely gyorsan bekerült a hivatalos fogyasztószeres széles csoportjába. A tesztek e fogyasztószernek semmilyen mellék- és/vagy káros hatását nem észlelték. Mindenesetre sokkal kímélőbb, mint a drasztikus fogyókúrák és a koplalás, amelyek lelki problémákkal és a közismert jójóeffektussal járnak együtt.



A ValóVilág műsorvezetője, Lilu is kipróbálta már az új fogyasztószeret. „Fogyókúrázni nem igazán tudok és nem is szeretek. Imádok enni, képtelen vagyok lemondani a finom falatokról. Ez a kivonat viszont csökkenti az étvágyamat, elég csak befűjni a nyelvem alá, mielőtt nekilátnék a falatozásnak.”

Viszont semmilyen csodaszer nem helyettesítheti a változatos étrendet! Fontos, hogy a fogyókúrát az életmód „forradalmi” megváltoztatása is kísérje.

Petőfi Népe